Encuentros
CONCIENCIA
Acercando la
INVESTIGACIÓN
al CIUDADANO

Hoy: DIABETES

"Empoderamiento del Paciente a través de las Nuevas Tecnologías"

Mar Elena

Profesora Contratada Doctora

Universidad de Sevilla

CEO *Alegra Salud*

Organizan:

Fundación Progreso y Salud
CONSEJERÍA DE SALUD Y BIENESTAR SOCIAL

Espacios SALUD INVESTIGA

- **Presentación**
- Tecnología y salud
- El presente
- Hacia donde vamos

Presentación

- Investigadora Colaboradora del **Hospital GU Virgen del Rocío**

- Campo de Experiencia en **Telemedicina** y tecnología aplicada a **la salud y el bienestar**

- Coordinadora del grupo de Telemedicina y Teleasistencia del **LLSA**

- Co-creadora del programa **Alegra Diabetes**

- Miembro de la **Sociedad Española de Diabetes** y Colaboradora de la **FEDE**

- Presentación
- **Tecnología y salud**
- El presente
- Hacia donde vamos

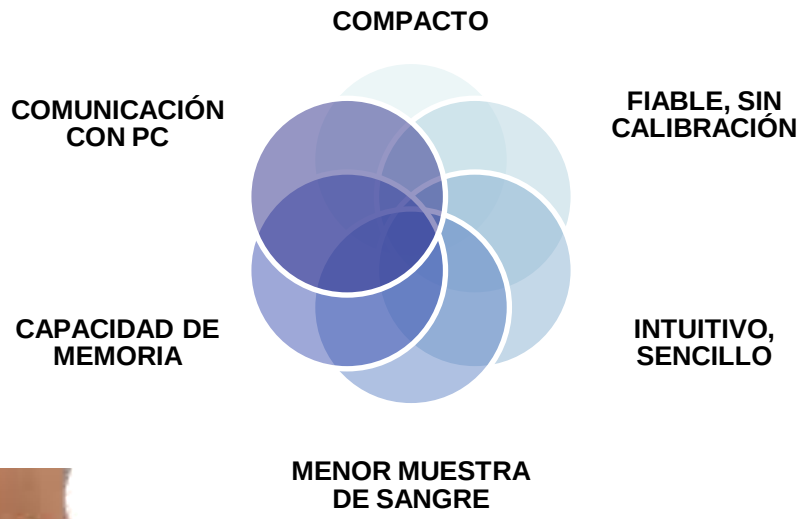
Tecnología y Salud

- **Un futuro que ya es presente:**
  - **Diagnóstico por imagen**
  - **Nuevas técnicas quirúrgicas**
  - **Instrumental sofisticado**
  - **…..**

Mejora de la calidad de vida y de la atención sanitaria

Tecnología y Salud

- En Diabetes, los avances en los últimos años también han sido muchos:
  - Glucómetros más eficientes y precisos
  - Bombas de insulina
  - Medicamentos mejorados
  - Aplicaciones informáticas

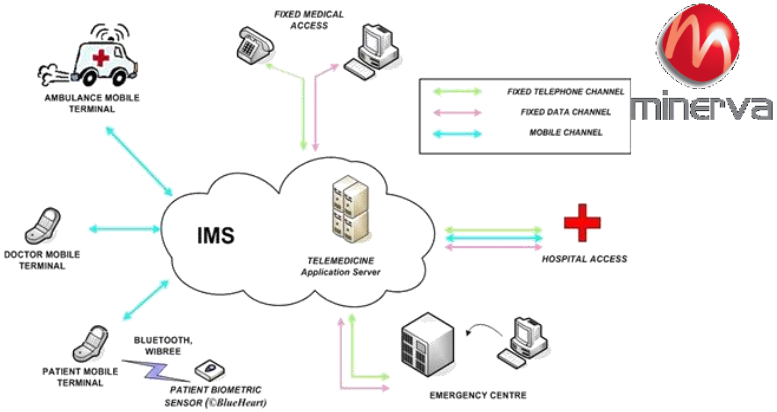


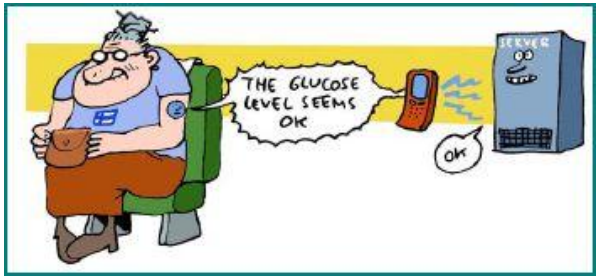
Tecnología y Salud

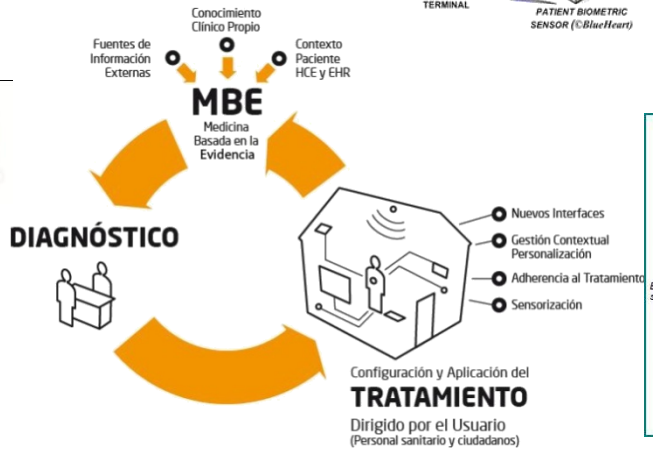
- … Y las promesas de las mejoras en estudio son abrumadoras:
  - Páncreas artificial
  - Glucómetros “sin pinchazos”
  - Parches inteligentes
  - Células madre
  - …

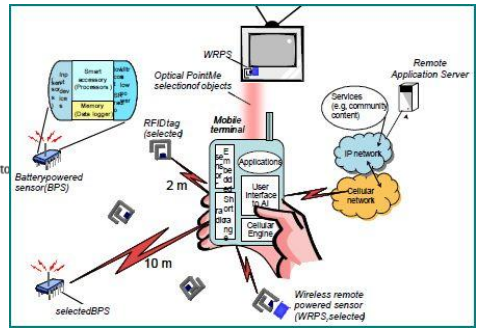
Tecnología y Salud

- A nivel europeo, Programa Marco y Horizonte 2020
- A nivel nacional, a través de los ministerios
- Regionales, encabezados por instituciones









Estas grandes promesas no se cumplen del todo
Mejoras que no terminan de ser realidades
¿Llegan al ciudadano?

Sólo tecnología no es suficiente

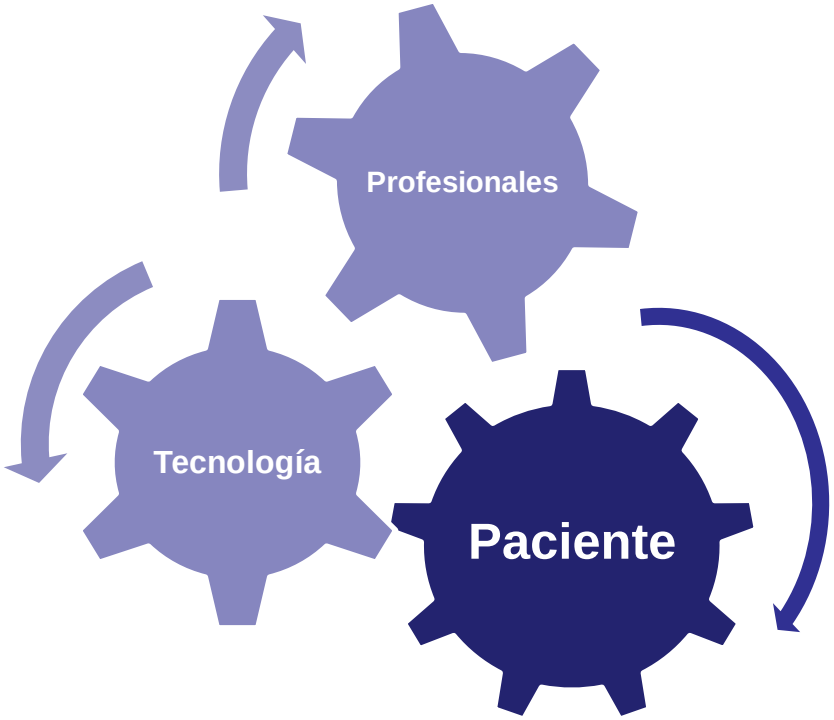
- Presentación
- Tecnología y salud
- **El presente**
- Hacia donde vamos

A día de HOY

- Las **Asociaciones** prestando su apoyo, aumentando la difusión y fomentando la cooperación con instituciones.

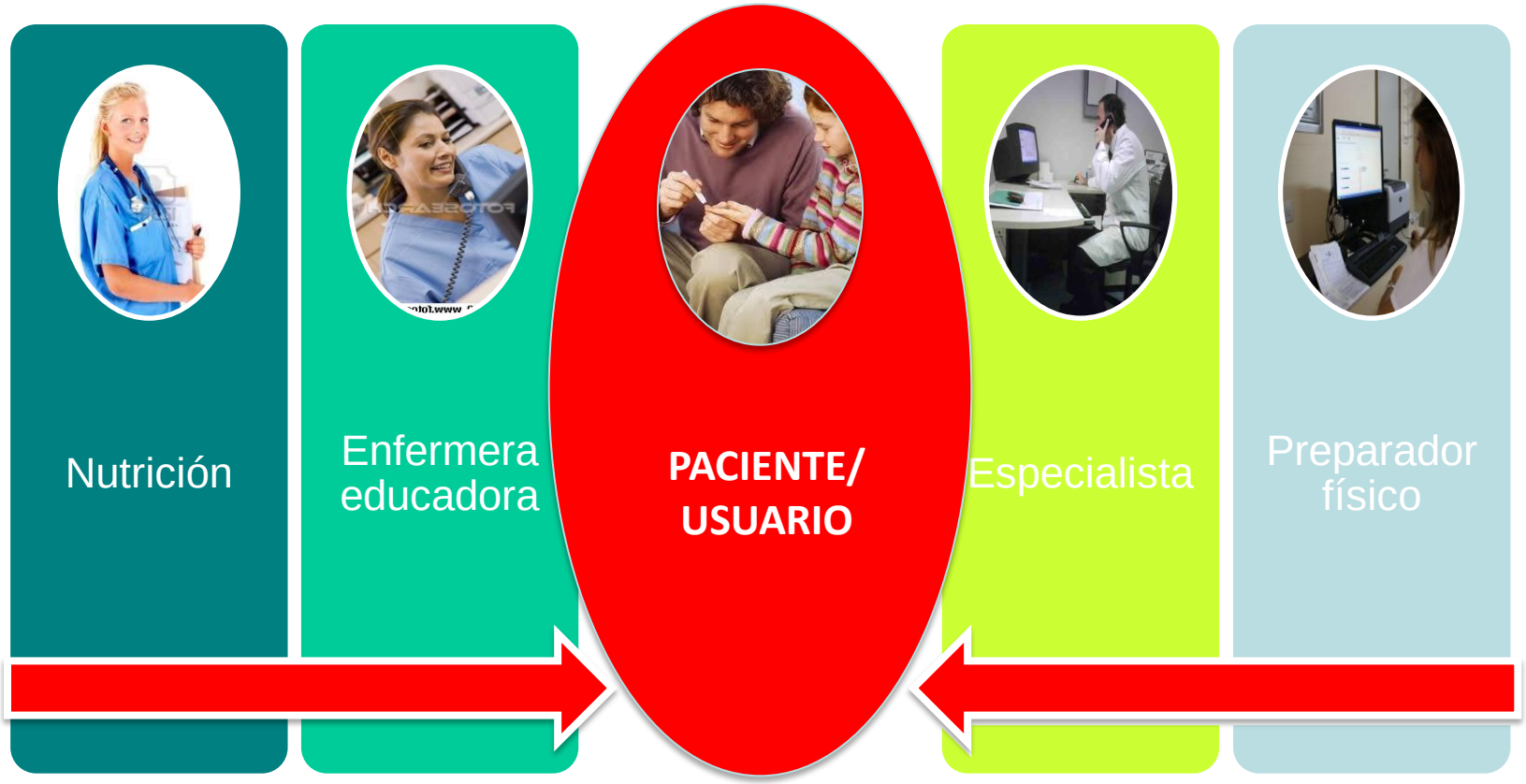
- Nuevas vías de acompañamiento basadas en las **tecnologías de la información y las comunicaciones**.

- **Internet** y la **telefonía móvil** son herramientas muy interesantes, al alcance de todos nosotros.



Un nuevo enfoque:

COMUNICACIÓN Y COLABORACIÓN



El paciente pasa de ser un **espectador** a ser el **centro de su tratamiento**: el paciente toma las riendas, para **aprender, comprender y mejorar su calidad de vida**

Es la **eSalud**, protagonizada por el **ePaciente**

UNIVERSIDAD DE SEVILLA

Alegra salud

El presente

- ¿Cómo está teniendo lugar este proceso?

Un **paciente informado** realiza mejor su tratamiento, y podrá **cooperar con su equipo médico** de una forma más eficiente, aprendiendo a gestionar su **SALUD** día a día

Sistemas de autogestión de la diabetes

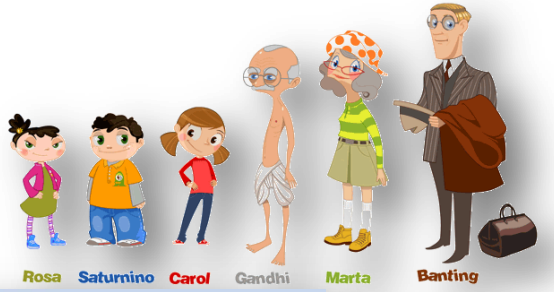
- **Aplicaciones para PC** muy útiles para recoger los datos de glucemia:
  - registrar en lugar de anotar: análisis más avanzado, gráficas, datos más ordenados y sistemas de autocontrol, para tener nuestra información disponible de forma cómoda

- **APPS móviles en auge**: son la nueva generación, la evolución natural de los sistemas de PC, con un tremendo auge en este momento.

- **Nuevas opciones**:
  - Registro del ejercicio
  - Control de la dieta
  - Registro de la medicación
  - Análisis de los datos

Educación diabetológica

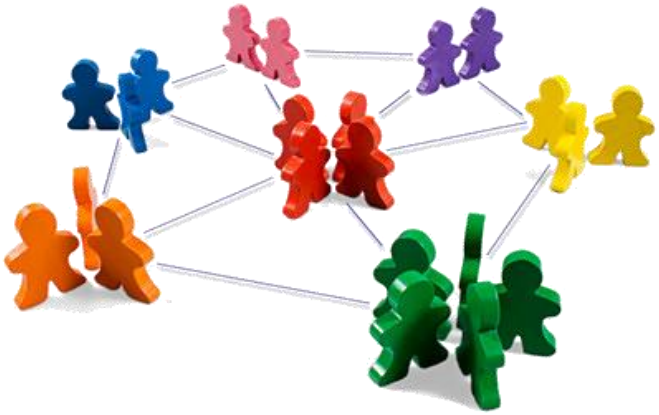
- Es fundamental **conocer la diabetes**:
  - **Aprender** sobre la alimentación, el ejercicio, interpretación de las glucemias o los síntomas de una bajada es imprescindible
  - El uso de **herramientas audiovisuales**, juegos interactivos, vídeos, etc. es muy interesante, especialmente para **niños**



Redes sociales y web 2.0

En los últimos años destacan las redes sociales y foros específicos sobre **salud**, en general, y **diabetes**, en particular. Destacan proyectos que unen el registro de datos clínico del paciente con el concepto de red social, colaborativa y de soporte.

Las redes sociales son, así, un **punto de encuentro** con otras personas que viven una situación similar y que pueden ofrecernos muchas cosas:



COMPRENSIÓN, CONSEJOS Y

EXPERIENCIA

Universidad de Sevilla

Alegra salud

• **Comunidad en español**, con más de **15000** usuarios en todo el mundo, donde **compartir experiencias y aprender sobre la diabetes**.

- Apartado de noticias de interés
- Nutrición y recetas
- Grupos y foros temáticos,…
- Tele-consulta y chats temáticos con profesionales sanitarios

Universidad de Sevilla

Alegra salud

• **Patients like me:**

• Casi **120.000 usuarios** en todo el mundo

• Comparten sus **síntomas, experiencias y tratamiento**

• Participan en grupos en función de sus necesidades y su enfermedad.

• Además, permite llevar un **registro de datos de interés**, como la presión arterial, el peso, etc.

SocialDiabetes

es el sistema de autogestión para la diabetes mellitus tipo 1

- **Sistema de Autogestión de la diabetes tipo 1**, gran capacidad de datos y de análisis automático.

- Además de ofrecer una **funcionalidad** muy interesante como agenda, ha sido diseñado como una **red social**, con el uso del teléfono móvil, y abierta a la comunicación y el diálogo.

- Gratis con funcionalidad limitada, o mediante suscripción para una versión completa y funcional.

UNIVERSIDAD DE SEVILLA

Alegra salud

• Existen un gran número de **grupos, boletines informativos y foros** de gran interés para pacientes, profesionales y familiares.

• Desde temas generales a aspectos específicos, como la alimentación o asuntos legales.

• **Revistas digitales gratuitas**, destaca la de la Federación de Diabéticos Españoles, la revista mensual **En3d**.

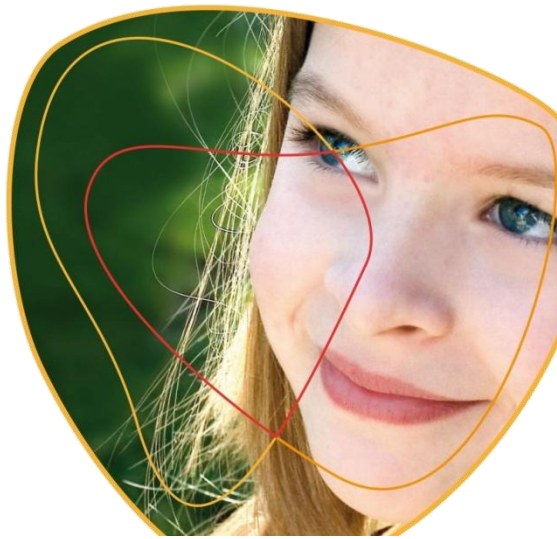
• **Blogs,** una fuente de información muy importante, donde personas con sus inquietudes y vivencias escriben y comparten su experiencia, para ayudar a otros.

- Presentación
- Tecnología y salud
- El presente
- **Hacia donde vamos**

Autogestión + red de apoyo profesional

- Creemos que la unión de estas tendencias y herramientas es una clave para el futuro:

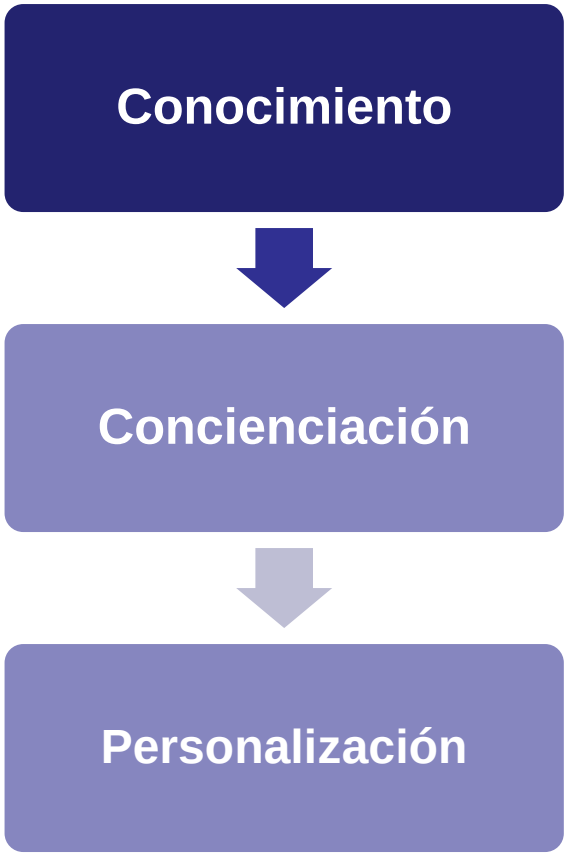
- **Autogestión del paciente**: pacientes más **formados e informados** -> **autosuficientes** en el día a día.
- **Red de apoyo profesional**: especialización y seguimiento personal -> **seguridad y tranquilidad**
- **Telecuidado**: permite comunicación cercana y fluida entre profesional y paciente -> **eficaz, cómodo y eficiente**.



PREVENCIÓN Y SEGUIMIENTO:

+ SALUD

Toma las Riendas de tu Salud



- En el cuidado de la diabetes, la **formación** de la persona con diabetes, es fundamental para garantizar su **calidad de vida**, basada en unos **hábitos saludables** y el **conocimiento** de su enfermedad.

- Apoyo de un **equipo profesional**, que ofrezca su **apoyo continuo y personal** al paciente, mirando por el bienestar y la seguridad del paciente.

Encuentros
CONCIENCIA
Acercando la
INVESTIGACIÓN
al **CIUDADANO**

Muchas gracias por su atención

MAR ELENA
656658159

marelen@us.es
www.alegrasalud.es

Organizan:

Fundación Progreso y Salud
CONSEJERÍA DE SALUD Y BIENESTAR SOCIAL

Espacios SALUD INVESTIGA