GAIAP | Grupo Aragonés de Investigación en Atención Primaria

14 DE NOVIEMBRE •
DÍA MUNDIAL DE LA DIABETES

Investigación en diabetes

Evidencia cientifica para prevenir, cuidar y mejorar la atención en **Atención Primaria**



Personas y población

Prevención y hábitos

Innovación digital

Atención Primaria

Proyectos, estudios y resultados

GAIAP | Grupo Aragonés de Investigación en Atención Primaria

Proyecto de investigación GAIAP

¿Podemos mejorar varios hábitos de salud desde Atención Primaria?

Estudio EIRA3 · Ensayo en Atención Primaria

3.264 participantes previstos

¿Qué buscaba?

Promover hábitos saludables y reducir riesgos cardiovasculares y de depresión en personas de 45 a 75 años.

¿Cómo se planteó?

Consejos en consulta, actividades grupales y recursos comunitarios, comparados con la atención habitual.

¿Qué se evaluó?

Cambios en alimentación, actividad física y tabaco; riesgos para la salud, coste-efectividad y aplicación en centros de salud.

Proyecto EIRA3 · PI15/00896 · Instituto de Salud Carlos III

Más info

GAIAP | Grupo Aragonés de Investigación en Atención Primaria

Publicación científica GAIAP

¿Qué factores se relacionan con la calidad de vida cuando tenemos diabetes?

Estudio EIRA · Calidad de vida · Atención Primaria

694 personas con diabetes

¿Qué analizó?

Se estudiaron hábitos y calidad de vida de personas de 45 a 75 años con diabetes al inicio de EIRA.

Resultado principal

La **salud mental** mostró una **asociación significativa** con la **calidad de vida.**

Otro hallazgo

La actividad laboral y la HbA1c también se asociaron con la calidad de vida. El hábito de riesgo más común fue la **baja adherencia a la dieta mediterránea.**

Revista Española de Salud Pública (2021)

Más info

GAIAP | Grupo Aragonés de Investigación en Atención Primaria

Publicación cientifica GAIAP

¿Podemos mejorar los hábitos de vida cuando tenemos diabetes?

Ensayo clínico EIRA · Atención Primaria

694 personas con diabetes

¿Qué analizó?

Una intervención individual, grupal y comunitaria de 12 meses centrada en alimentación, actividad física y tabaco.

Resultado principal

Mejoró significativamente la adherencia a la dieta mediterránea.

Otro hallazgo

No se encontraron mejoras significativas en la glucosa, la actividad física ni el tabaquismo.

International Journal of Environmental Research and Public Health (2021)

Más info

GAIAP | Grupo Aragonés de Investigación en Atención Primaria

Publicación científica GAIAP

¿Pueden las especias mediterráneas ayudar a controlar la glucosa en la diabetes tipo 2?

Revisión sistemática y metaanálisis · Diabetes tipo 2

77 estudios incluidos en la revisión

¿Qué analizó?

Revisó estudios de intervención y combinó 45 en el metaanálisis para evaluar si hierbas y especias de la dieta mediterránea mejoran la glucosa, la HbA1c y la insulina en adultos con diabetes tipo 2.

Resultado principal



Canela, cúrcuma, jengibre, comino negro y azafrán mostraron una **mejoría significativa de la glucosa en ayunas.**

Otro hallazgo

Solo el **jengibre** y el **comino negro** mejoraron la **HbA1c**; solo la **canela** y el **jengibre** redujeron la **insulina**.

Nutrients (2024)

Más info

GAIAP | Grupo Aragonés de Investigación en Atención Primaria

Proyecto de investigación GAIAP

¿Podemos mejorar la vida con diabetes tipo 2 cambiando nuestros hábitos?

CARE4DIABETES · Proyecto europeo · 2023–2026

≈860 pacientes previstos en los pilotos

¿Qué buscaba?

Mejorar la salud y la calidad de vida de personas con diabetes tipo 2 mediante cambios en sus hábitos.

¿Cómo se planteó?

Adaptar y evaluar un programa de hábitos saludables en 12 países europeos, con equipos sanitarios multidisciplinares.

¿Qué se evaluó?

El bienestar, el control de la glucosa y la posibilidad de mantener el programa en los sistemas de salud.

CARE4DIABETES · EU4Health · 2023–2026

Más info

GAIAP | Grupo Aragonés de Investigación en Atención Primaria

Publicación científica GAIAP

¿Cómo cambió el seguimiento de la diabetes durante la pandemia en Aragón?

Estudio retrospectivo · Aragón · 2019–2021

91.120 personas con diabetes tipo 2 en 2019

¿Qué analizó?

Registros sanitarios de personas con diabetes tipo 2 o dislipidemia en Aragón entre 2019 y 2021.

Resultado principal

Sin análisis de HbA1c: del **11,64 %** en 2019 al **14,48 %** en 2021.

Otro hallazgo

Diagnósticos nuevos de diabetes tipo 2: **4.049** en 2020 frente a **5.998** en 2021.

Frontiers in Medicine (2023)

Más info

GAIAP | Grupo Aragonés de Investigación en Atención Primaria

Publicación científica GAIAP

¿Cómo cambió la atención a la diabetes durante el confinamiento?

Estudio observacional · Aragón · COVID-19

86.615 personas con diabetes sin infección por COVID-19

¿Qué analizó?

Comparó el control de la diabetes, los medicamentos y la atención sanitaria antes y después del confinamiento.

Resultado principal

No se observaron cambios clínicamente relevantes en el control de la diabetes.

Otro hallazgo

Disminuyeron las visitas sanitarias y la dispensación de varios medicamentos para la diabetes.

International Journal of Environmental Research and Public Health (2022)

Más info

GAIAP | Grupo Aragonés de Investigación en Atención Primaria

Proyecto de investigación GAIAP

¿Podemos detectar antes el riesgo de diabetes tipo 2 con herramientas digitales?

DigiCare4You · Proyecto europeo · 2021–2026

10.000+ familias como población objetivo

¿Qué buscaba?

Favorecer la detección precoz y la prevención de diabetes tipo 2 e hipertensión en las familias.

¿Cómo funciona?

Cuestionario digital para detectar riesgo y, cuando procede, pruebas de glucosa y presión arterial.

¿Dónde se aplicó?

En Albania, Bulgaria, Grecia y España, conectando centros de salud, escuelas y comunidad.

DigiCare4You · Horizonte 2020 · Proyecto 945246

Más info

GAIAP | Grupo Aragonés de Investigación en Atención Primaria

Publicación científica GAIAP

¿Cuántas personas con diabetes tipo 2 tienen enfermedad renal crónica?

Estudio ERCAR-DM · Aragón · Atención Primaria

31,4 % de las personas con diabetes tipo 2 presentaron enfermedad renal crónica.

¿Qué analizó?

Estudió registros clínicos de adultos con diabetes tipo 2 en Aragón entre 2017 y 2021 para conocer la frecuencia de enfermedad renal crónica y su registro clínico.

Resultado principal

El **47 %** de los casos de enfermedad renal crónica **no figuraban registrados** en la historia clínica.

Otro hallazgo

El **56,81 %** de las personas con diabetes tipo 2 y enfermedad renal crónica no recibían el **seguimiento renal anual** descrito en el estudio.

Primary Care Diabetes (2024)

Más info

GAIAP | Grupo Aragonés de Investigación en Atención Primaria

DOSSIER CIENTÍFICO GAIAP

Investigación en diabetes

Evidencia y proyectos desde Atención Primaria

6 publicaciones científicas • 3 proyectos de investigación

Prevención

Estudios sobre estilos de vida, factores de riesgo y promoción de hábitos saludables.

Innovación digital

Herramientas digitales y participación comunitaria para detectar y acompañar mejor.

Atención Primaria

Investigación aplicada para mejorar el cuidado de las personas con diabetes.



Nuestra trayectoria en diabetes

- **2013** EVIDENT III
- **2015** EIRA3
- **2019** DESVELA
- **2021–2026** DigiCare4You
- **2023–2026** CARE4DIABETES

Desde la Atención Primaria, en GAIAP investigamos para **comprender mejor la diabetes, impulsar la prevención y mejorar la calidad de vida** de las personas.

Más en www.gaiap.es