

## EL 17% DE LOS PACIENTES CON DIABETES TIPO 2 TIENE DEPRESIÓN

*>> Debido al alto control que requiere su tratamiento, es muy frecuente que esta enfermedad cause elevados niveles de estrés.*

*>> FEDE recuerda la importancia de cuidar especialmente la salud mental de las personas con diabetes para evitar complicaciones.*

*>> Las asociaciones de pacientes, las comunidades online, la familia y el entorno cercano del paciente son los principales apoyos emocionales de los afectados por la patología.*

**Madrid, 19 de octubre de 2023.** El número de personas afectadas por diabetes en el mundo sigue aumentando, llegando actualmente a los 537 millones de afectados. De ellos, más de 61 millones viven en el continente europeo, y casi 6 millones son españoles. Sin embargo, muchas personas desconocen el impacto que tiene en nuestro cuerpo. La diabetes mellitus tipo 2 es una enfermedad crónica, multifactorial con base genética y ambiental. A corto plazo es silenciosa, no duele y no molesta, pero a largo plazo cansa, agota y desmotiva. Por ello, es muy importante llevar un buen control de la patología y de su tratamiento.

Con motivo del **Día Mundial de la Salud Mental** que se celebra este mes de octubre, la **Federación Española de Diabetes (FEDE)** quiere destacar que la diabetes no afecta solo al cuerpo de los pacientes, sino que también está muy relacionada con la salud mental. Al tratarse de una patología crónica, exige niveles muy estrictos de autocuidado y constancia en la adherencia al tratamiento. Esto puede derivar en una tendencia capaz de causar impactos a nivel emocional como estrés, ansiedad o depresión. Según Iñaki Lorente, psicólogo experto en diabetes de la Asociación Navarra de Diabetes (ANADI), **el 31% de personas con diabetes se sienten “sobrepasadas” por la enfermedad, mientras que el 17% de los pacientes con diabetes tipo 2 tiene depresión.** Además, se estima que el trastorno de ansiedad generalizada está muy presente en las personas que sufren esta condición.

Por ello, la importancia de cuidar la salud mental de los afectados es fundamental en el tratamiento, ya que gracias a esto se puede aumentar el autocontrol sobre la patología y evitar complicaciones. No obstante, ante la incapacidad de los sistemas sanitarios públicos para dar una respuesta adecuada a estas necesidades, **las asociaciones de pacientes y las**



comunidades online, junto con los familiares y el entorno cercano, se sitúan como un pilar imprescindible para el apoyo emocional del paciente.

En este sentido, Juan Francisco Perán, presidente de la Federación Española de Diabetes (FEDE), señala que *“hay que ser consciente de que el cuerpo y la mente influyen entre sí de manera continua. Cualquier problema psicológico puede influir de forma negativa en otra enfermedad, como la diabetes. Por ello, es importante atender a ambos ámbitos. Los pacientes necesitan salud mental para poder estar en equilibrio interiormente y así poder manejar la enfermedad con recursos y con estrategias psicológicas que le ayuden a avanzar”*

Es por ello que, desde FEDE, se trabaje a través de diferentes campañas de concienciación, para dar visibilidad a todas estas comunidades y poner en valor la importancia del apoyo emocional para la mejora de la calidad de vida de los pacientes. Entre ellas destaca “No des la espalda a la diabetes”, que pone énfasis también en esa parte tan relevante como es la dimensión emocional de la patología.

#### Sobre FEDE

FEDE es la federación española de pacientes que cuenta con el mayor número de asociados en toda España. Es el **órgano representativo del colectivo de personas con diabetes que, a día de hoy, padecen cerca de 6.000.000 de personas**, para lo que cuenta con un total de 18 federaciones autonómicas y 123 asociaciones locales de personas con diabetes, distribuidas por todo el territorio nacional. Entre sus principales objetivos se encuentran defender los derechos de estas personas; contribuir al apoyo moral, físico y educativo del colectivo; fomentar y apoyar la educación diabetológica; promover la mejora de la asistencia sanitaria; prevenir, intervenir y detectar precozmente la diabetes, e impulsar y desarrollar el interés y el desarrollo de la investigación. Para más información: <http://www.fedesp.es>

#### Contacto de prensa:

EOLO COMUNICACIÓN

Alicia de la Fuente: [alicia@eolocomunicacion.com](mailto:alicia@eolocomunicacion.com)

Sara Borjabad: [saraborjabad@eolocomunicacion.com](mailto:saraborjabad@eolocomunicacion.com)

Tel.912416969