



PARAULES



QUE

CUREN



ASSOCIACIÓ
DE DIABETIS
CATALUNYA

Les persones amb diabetis tipus 2 que formen part de grups de suport online tenen pitjor salut

Per Noelia Herrero
Creadora del blog Dulces Diabéticos i
investigadora de la UPF

La diabetis és una malaltia crònica que afecta molts aspectes de la vida de les persones i que requereix suport emocional i informatiu. Cada vegada és més habitual que les persones amb diabetis participin en comunitats digitals i que cerquin ajut en els anomenats Grups de Suport Digitals (en anglès OSG, *Online Support Groups*), com per exemple els grups que es poden trobar a Facebook, per tal de compartir experiències i obtenir informació sobre la malaltia. Un fenomen social que ha estat poc estudiat.

Aquest és l'objecte de recerca d'un estudi recent publicat al *Journal of Diabetes Science and Technology*, dut a terme per Noelia Herrero, autora del [blog Dulces Diabéticos](#) i investigadora a la Universitat Pompeu Fabra, Frederic Guerrero-Solé i Lluís Mas-Manchón, investigadors de la UPF. Conjuntament, aquests investigadors han buscat trobar correlacions entre la participació en aquests grups de suport i les possibles repercussions en la salut.

Pitjor salut per als participants dels grups de suport online

Per dur a terme l'estudi, els investigadors es van posar en contacte amb participants a tra-

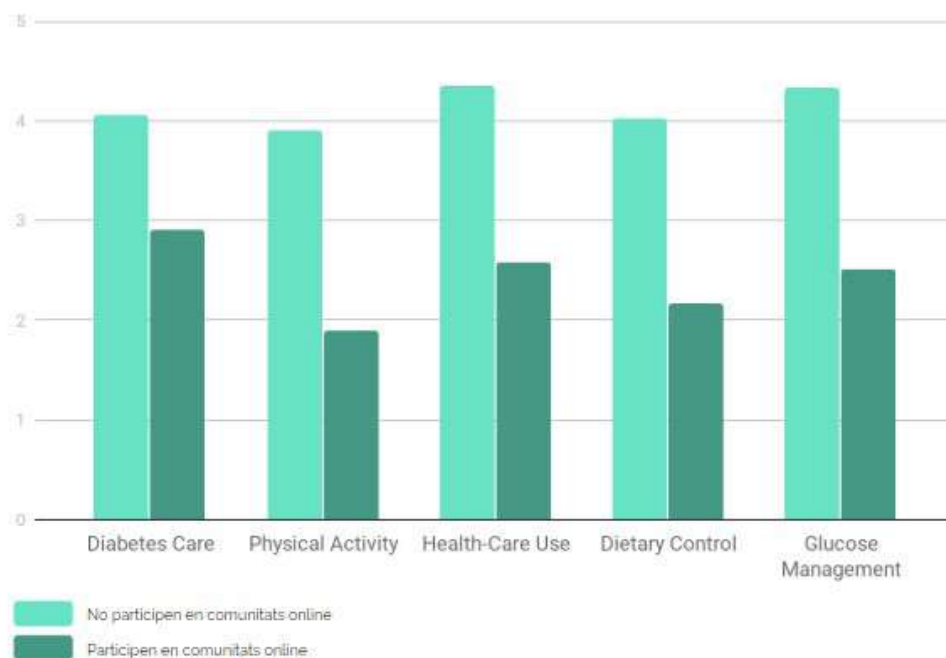
vés del web de Dulces Diabéticos, i de publicacions online a grups i fòrums sobre diabetis. Es van obtenir dades de 307 participants espanyols, el 68% amb diagnòstic de diabetis tipus 2, 27% amb diagnòstic de diabetis tipus 1 i la resta (5%) amb altres tipus de diabetis.

Els resultats de l'estudi manifesten que els participants en aquests fòrums mostren una pitjor cura de la diabetis, més complicacions relacionades amb la malaltia i pitjor salut que aquells que no participen.

Es van mesurar la seva cura de la diabetis, el nivell d'activitat física, l'ús de la salut i recomanacions del metge, el control dietètic i la gestió de la glucosa, obtenint sempre millors resultats les persones que no feien ús dels grups online (sent un 5 la millor puntuació, i un 0 la pitjor).

La idea era trobar correlacions entre la participació de les persones amb diabetis a grups de suport online i altres aspectes de la seva vida, com el seu benestar emocional o la seva salut. És a dir, si el fet de participar en grups de diabetis a Facebook té alguna implicació en la salut dels pacients.

Concretament, es va veure que mentre només el 39% de les persones que no participen als



grups de suport tenen complicacions derivades de la diabetis, en el cas dels participants aquesta xifra augmentava fins el 95%.

Resultats altament significatius en diabetis tipus 2

L'anàlisi de les dades de l'estudi ha mostrat que **les persones amb diabetis que participen en aquests grups tenen, en general, pitjor salut que aquelles que no ho fan i, a més, també tenen més complicacions derivades de la malaltia** (neuropaties, nefropaties, etc.).

No obstant això, aquesta connexió, de moment, no és estadísticament significativa per als usuaris de diabetis tipus 1, però és molt forta per als usuaris de diabetis tipus 2, cosa que podria ser deguda al seu comportament, ja que les persones amb diabetis tipus 1 conviuen amb la malaltia des de ben joves, quan tot just estan establint els seus comportaments i rutines i molt sovint guiats pels pares, mentre que les persones amb diabetis tipus 2 ja tenen uns

costums i un estil de vida establerts durant la seva etapa adulta i veuen més afectacions a la seva vida després de ser diagnosticats.

¿Per què passa això?

Arribats a aquest punt, és natural fer-se la següent pregunta: “per què les persones que participen a grups de suport acaben tenint resultats negatius en la seva salut?”.

L'estudi **no busca causalitats, sinó correlacions**. No podem establir la causa, només sabem que els participants ens han donat pitjors resultats en les escales relacionades amb la salut. Un altre estudi previ publicat al 2019, mostrava que podia haver resultats positius a nivell emocional. Per tant, pot ser que, tot i que la participació comporti conseqüències negatives a nivell de salut, pugui ser beneficiosa pel benestar emocional dels pacients.

Una possible causa podria ser la **veracitat de la informació** que trobem als grups de Facebook, on qualsevol pot compartir el que vulgui sobre

nutrició, pautes, medicació... Si ens creiem una experiència emocional, podem sentir-nos més propers a altres persones i millorar la sensació que tenim de suport, de tenir algú al nostre costat. Però si ens creiem recomanacions a nivell de medicació que no són correctes o específiques pel nostre cas, les conseqüències poden ser desastroses.

Vinculació amb les fake news

Les conclusions d'aquesta recerca són molt rellevants perquè les persones amb diabetis, com també passa amb les que pateixen altres malalties, busquen informació i suport a internet i les

xarxes socials, i podria ser que la informació que hi trobin no sigui fiable i la seva consulta acabi sent contraproductent per a la seva salut. Al final, hem de tenir sempre present que els usuaris de grups de Facebook no són, en general, professionals de la salut, i que per tant comparteixen informació basada en els seus coneixements (sovint, limitats).

Així, recomanem seguir unes pautes responsables a l'hora de consumir informació online sobre diabetis per tal d'evitar les conseqüències negatives que poden tenir les *fake news* a la nostra salut.

5 Pautas para consumir información online



Noelia Herrero | www.dulcesdiabeticos.com

Enllaç a l'estudi:

Noelia Herrero, Frederic Guerrero-Solé i Lluís Mas-Manchón (2020), "[Participation of Patients With Type 2 Diabetes in Online Support Groups is Correlated to Lower Levels of Diabetes Self-Management](https://doi.org/10.1177/1932296820909830)", Journal of Diabetes Science and Technology, 7 de març, <https://doi.org/10.1177/1932296820909830>