

XXVII JORNADAS DEL COMITÉ DE GRADUADOS: “ACTIVIDAD FÍSICA Y DIABETES”

Coordinación general: Carolina Gómez Martín

Secretaria: Carolina Muratore

El cuerpo humano está diseñado para estar en movimiento y la actividad física forma parte fundamental de un estilo de vida saludable. Sus beneficios son múltiples: mejora la calidad de vida y ayuda a prevenir el sobrepeso, la obesidad, entre muchas otras enfermedades crónicas.

Por su parte, la inactividad física, asociada entre otros factores a la urbanización y los avances tecnológicos, es el cuarto factor de riesgo en lo que respecta a la mortalidad mundial (6% de las muertes registradas en todo el mundo). Y se estima que la inactividad física es la causa principal de aproximadamente un 21-25% de los cánceres de mama y colon, el 27% de los casos de diabetes y aproximadamente el 30% de la carga de cardiopatía isquémica¹.

En personas con diabetes la actividad física es uno de los pilares del tratamiento. Todas las guías para el manejo de la diabetes la promueven y jerarquizan², pero la adherencia de las personas con diabetes a la actividad física está lejos de ser ideal³.

Como profesionales de la salud debemos promover un estilo de vida más activo en nuestros pacientes. Para ello debemos conocer los conceptos y evidencias que avalan a la actividad física como herramienta terapéutica efectiva y segura. Con este

objetivo, desde el Comité de Graduados la Sociedad Argentina de Diabetes (SAD), elegimos “Actividad Física y Diabetes” como tema central de las “XXVII Jornadas de Graduados en Diabetes,” realizadas en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, en septiembre de 2017. Dichas Jornadas se celebran cada dos años, teniendo como participantes a médicos egresados de la Escuela de Diabetes de la SAD, con representantes de casi todas las provincias de Argentina.

Junto con un brillante Panel de Expertos invitados y gracias a la colaboración y participación invaluable de los médicos graduados en diabetes formados en la SAD presentamos este resumen de los temas desarrollados en dichas Jornadas.

BIBLIOGRAFÍA

1. Organización Mundial de la Salud. Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. Disponible en: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/>.
2. Colberg S, Sigal RJ, Yardley JE, Riddell MC, Dunstan DW, Dempsey PC, Horton ES, Castorino K, Tate DF. Physical activity/exercise and diabetes: a position statement of the American Diabetes Association. *Diabetes Care* 2016; 39:2065-2079.
3. Thomas N, Alder E, Leese GP. Barriers to physical activity in patients with diabetes. *Postgrad Med J* 2004; 80:287-29.