



Daria Roca Espino<sup>(1)</sup>, Iñaki Lorente Armendáriz<sup>(2)</sup>, Santy Conde Barreiro<sup>(3)</sup>.

(1) Enfermera Práctica Avanzada en Diabetes. Hospital Clinic de Barcelona

(2) Psicólogo y orientador escolar. Colegio Sagrado Corazón – Pamplona

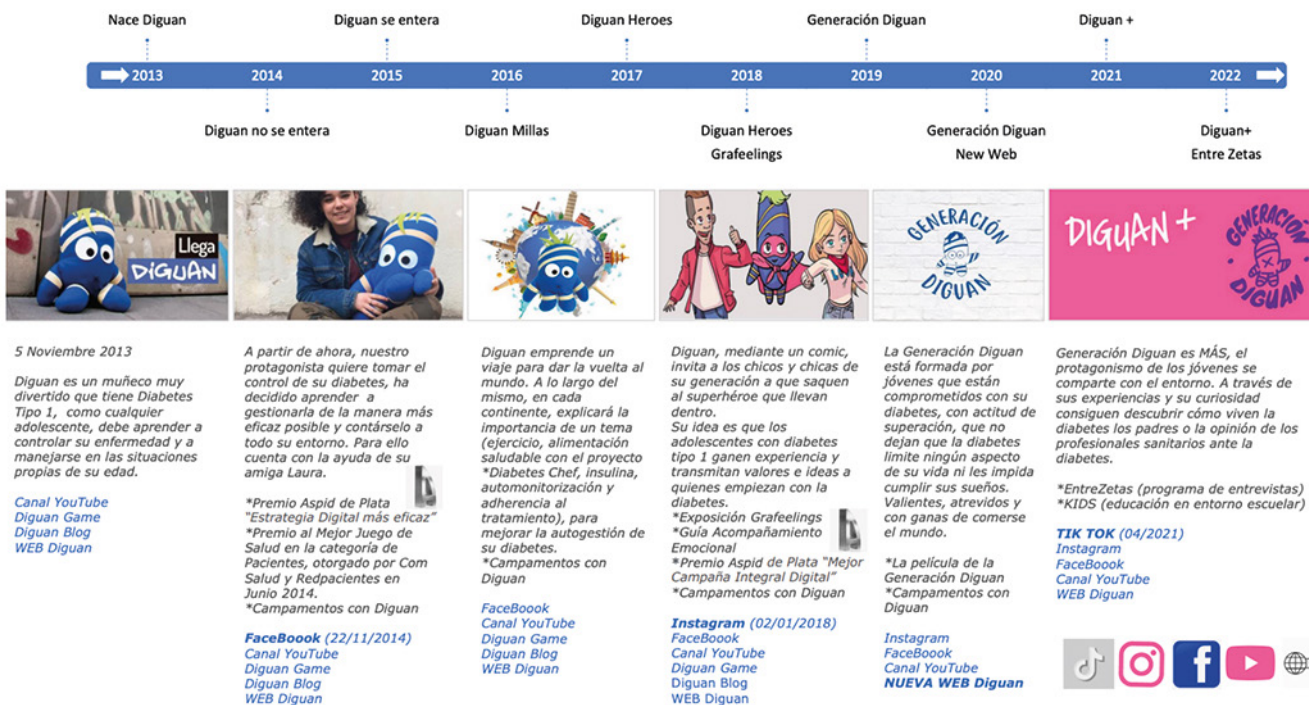
(3) Pediatra en el centro de salud de Barbastro (Huesca)

# X Aniversario del proyecto educativo Diguan

**D**iguan es un programa de acompañamiento educativo para adolescentes con diabetes tipo 1 (DM1) cuyo objetivo principal es fomentar la educación terapéutica en diabetes, reforzar la importancia de la adherencia y la autogestión de la diabetes entre los adolescentes. Adicionalmente busca mejorar la salud emocional y el conocimiento general sobre la DM1 para la

normalización de la enfermedad en el entorno. El programa Diguan fue ideado en 2013 con metodología Design Thinking, por un equipo multidisciplinar de profesionales sanitarios, diseñadores y personas con diabetes. Diguan cuenta con el aval de la Sociedad Española de Endocrinología Pediátrica (SEEP), Sociedad Española de Diabetes (SED), Federación de Española de Diabetes (FEDE) y el apoyo de Sanofi.

## Evolución



- Incorporación del Programa KIDS de la Federación Internacional de Diabetes (IDF) para mejorar el conocimiento de la diabetes en las escuelas y promover hábitos de vida saludables.
- 2 premios ASPID a la “Estrategia Digital más eficaz” y 1 premio al Mejor Juego de Salud.
- Guía de acompañamiento emocional (1)
- >1.000 participantes en los Talleres de Salud Emocional de 2015 a 2020.
- 12 exposiciones itinerantes **GRAfeelings**



Celebrando el 10º aniversario del programa Diguan el 19 de abril de 2023: Dr. Toni Pérez Pérez, Presidente de la Sociedad Española de Diabetes; Dra. Itxaso Rica Echevarría, Presidenta de la Sociedad Española de Endocrinología Pediátrica; Juan Francisco Perán, Presidente de la Federación Española de Diabetes; Dra. Sonia Gaztambide, Presidenta de la Fundación Sociedad Española de Diabetes; Shirley Gil Parrado, Directora General de Sanofi General Medicines Iberia; Dr. Luis Antonio Castaño, Presidente de la SEEP en el momento de la creación del proyecto Diguan en 2013



## » ¿POR QUÉ EL NOMBRE DE DIGUAN?

En ese trabajo inicial para dar forma al proyecto se hizo hincapié en evitar que se identificara al protagonista con un sexo en concreto. Se pretendía que, de una manera u otra, cualquier adolescente pudiera verse reflejado/a en el protagonista y en las situaciones a las que se iba a enfrentar. Así que se buscó una estética que no fuera ni masculina ni femenina y lo mismo con el nombre. En una de las sesiones se plantearon varias propuestas. Entre las más plausibles estaba la de "DONE".

El resultado del nombre estaba relacionado con la "D" de "Diabetes" y "ONE" para hacer referencia a la de Tipo 1.

Gustó la idea, pero no acababa de materializarse en un nombre adecuado hasta que alguien sugirió "españolizarlo" y escribirlo como se pronunciaba. Como iba dirigido a adolescentes se buscó

darle un toque humorístico y pronunciarlo tal y como sería en el "inglés de instituto". De ahí surgió el nombre de DIGUAN.

## ¿QUÉ TIENE DE BUENO EL PROYECTO DIGUAN?

### ¡Qué hemos llegado a los 10 años!

Ha sido un éxito rotundo. Sabemos que lo que no aporta desaparece, y este persiste a los 10 años, eso significa que lo que hemos hecho ha valido la pena, ayudando a diferentes jóvenes, adolescentes, familias, amigos... Hemos visto que es útil en momentos de transición de la vida de una persona con diabetes, en una etapa como la adolescencia, que como todos sabemos no es fácil. Parte del éxito de Diguan radica en la población seleccionada, en que es una estrategia digital en constante evolución para adaptarse a las nuevas tendencias en las redes sociales (RRSS) y que además, puede ser complementada por otras intervenciones en el terreno »





» que generan sinergias potenciando su impacto.

### ¿DÓNDE PODEMOS ENCONTRAR A DIGUAN? ¿SOIS MUCHOS?

Diguan se ha ido adaptando, buscando su lugar allí donde están presentes los jóvenes con diabetes, por eso ha ido creciendo en las redes sociales donde están presentes los jóvenes, hasta llegar a tener:

- 26.100 seguidores en Facebook
- 3.800 seguidores en Instagram
- 202 suscriptores en Youtube
- 240 vídeos en Youtube
- 300 seguidores en TIK TOK

### ¿SÓLO SE OS PUEDE LOCALIZAR A TRAVÉS DE LAS REDES SOCIALES?

En absoluto. A lo largo de estos 10 años hemos estado presentes en campamentos de adolescentes con diabetes de toda España. Hemos constatado que tiene especial relevancia para abordar la salud emocional de los y las adolescentes con diabetes.

Por ello, las actividades son diseñadas por el equipo Diguan asesorados por psicólogos expertos en diabetes y llevadas a cabo siempre por profesionales de la psicología.

Además, a lo largo de este año han sido varios los países de Latinoamérica interesados en "replicar" dichas actividades en los campamentos de sus respectivos países.

»

**EL PROYECTO DIGUAN PRETENDÍA QUE, DE UNA MANERA U OTRA, CUALQUIER ADOLESCENTE PUDIERA VERSE REFLEJADO/A EN EL PROTAGONISTA Y EN LAS SITUACIONES A LAS QUE SE IBA A ENFRENTAR. ASÍ QUE SE BUSCÓ UNA ESTÉTICA QUE NO FUERA NI MASCULINA NI FEMENINA Y LO MISMO CON EL NOMBRE**

» Del trabajo realizado en esos campamentos, también nació la exposición itinerante de **GRAfeelings** que recorrió la mayoría de las comunidades autónomas buscando sensibilizar, tanto a los profesionales implicados y familiares como al público en general sobre las emociones que experimentan los y las adolescentes en relación con la diabetes Tipo 1.

Como nota curiosa, hay que señalar que la primera se montó en el Hospital Materno Infantil del Gregorio Marañón (Madrid).

Acogieron la exposición diversas ciudades como: Barcelona, Lugo, Vigo, Murcia, Sevilla, Zaragoza, Valladolid, Valencia, entre otras.

También hemos tenido presencia en muchas de las ediciones del **Diabetes Experience Day (DED)** en las que con el comité asesor diseñamos actividades educativas en formato taller dirigidas a aquellos adolescentes que acuden a dichos eventos. Como ejemplo ilustrativo, en el DED de 2018 se dedicó el taller con adolescentes a explorar cómo las redes sociales pueden ser un apoyo en el manejo de la diabetes. En 2019 se diseñó la actividad con el objetivo de recoger sus ideas sobre los aspectos en que Diguan les podía ayudar.

## ¿CUÁLES SON VUESTRAS TAREAS COMO COMITÉ ASESOR?

Siempre se ha buscado la cercanía y llegar a los y las adolescentes para poder influir positivamente en la gestión de su diabetes.

Lo que realmente marca la diferencia con otros proyectos es lograr esa cercanía, pero sin perder ni un ápice de rigor científico.

De ahí que seamos tres personas con perfiles profesionales distintos las que colaboramos en el proyecto. De tal manera que, por encima de cualquier cosa, esté la veracidad de lo transmitido. Además, intentamos también transmitir con claridad, utilizando su propio lenguaje de forma que los adolescentes que reciban los mensajes puedan entenderlo.

## Nuestras tareas consisten en:

- Diseñar mensajes adecuados y oportunos para que los especialistas que están detrás puedan adaptarlos al ámbito de las redes sociales.
- Responder a las dudas planteadas por los usuarios a través de los canales habilitados para tal fin.
- Diseñar y ejecutar talleres con adolescentes.

Así, en muchas de las ediciones del Diabetes Experience Day, hemos realizado actividades con aquellos adolescentes que han acudido al evento.

## ¿CÓMO SE GESTIONA, ELABORA Y DIFUNDE EL CONTENIDO?

Un equipo de 4 profesionales de la comunicación digital con demostrada experiencia en diabetes, coordinados estrechamente con los asesores del proyecto Diguan, elabora trimestralmente un calendario de contenidos para las diferentes redes sociales, y diseña las ilustraciones, vídeos o imágenes que sean necesarias.

Esta planificación es validada permanentemente por los asesores y la empresa Sanofi antes de su publicación.

Este mismo equipo de comunicación es el encargado de responder a los usuarios de las redes sociales, también con la supervisión previa de los asesores, consiguiendo así que el proyecto Diguan acompañe digitalmente a las personas y familias con diabetes.

## ¿CUÁLES SON LOS PRÓXIMOS PASOS?

En nuestra mente está seguir cerca de los/as adolescentes con diabetes y su red de apoyo, crear contenidos nuevos y de interés para que ellos puedan sentirse acompañados por Diguan mientras siguen aprendiendo sobre el control de su diabetes, ojalá que 10 años más, y los que vengan!

Nuestro sueño como equipo es convertir a Diguan en una herramienta imprescindible para la educación en diabetes de niños, jóvenes, familiares y personas de su entorno. **D**

## REFERENCIAS

1. I. Lorente y G. Peralta. Guía de Acompañamiento Emocional. Para las familias de niños y adolescentes con Diabetes. [https://canaldiabetes.com/wp-content/uploads/2020/02/AF\\_Guia-Acompa%C3%B1amiento-Emocional-v.DEFonline.pdf](https://canaldiabetes.com/wp-content/uploads/2020/02/AF_Guia-Acompa%C3%B1amiento-Emocional-v.DEFonline.pdf) (Accesible 28 de julio de 2023)
2. Peralta G, Lorente I, Roca D, Hurtado FJ, Queralt M y Grupo de Trabajo de psicólogos del proyecto DIGUAN 2015. Estado Emocional del adolescente con diabetes frente a las diferentes situaciones cotidianas. Ciencia y Evidencia (ISSN 2174-8101). Vol 1, ene 2016: 3-16.
3. Peralta G, Lorente I, Roca D, Hurtado FJ, Queralt M y Grupo de Trabajo de psicólogos del proyecto Diguan-2016. Afrontamiento de los estados emocionales negativos en el adolescente con Diabetes. "Proyecto Diguan se va de campamentos 2016". Ciencia y Actualidad (ISSN 2253-6485). Vol 1, nov 2016: 3-11.