



Comunicación de resultados genéticos en diabetes

Decálogo para profesionales sanitarios de la Atención Primaria

Utilizar un lenguaje claro y sin tecnicismos

En lugar de decir "usted tiene una mutación en el gen X", se puede explicar "hemos encontrado un pequeño cambio en su información genética que podría influir en cómo su cuerpo maneja el azúcar"

1

Contextualizar el resultado

Es importante que el paciente entienda qué implica su resultado en términos prácticos

"No significa que vaya a desarrollar diabetes con seguridad, sino que tiene una predisposición mayor de lo normal; con buenos hábitos de vida, podemos reducir ese riesgo"

2

Relacionar la información con la historia clínica del paciente

Si un paciente con sobrepeso y antecedentes familiares de diabetes obtiene un resultado genético que indica predisposición a DM2, se le puede decir "dada tu predisposición genética y tu peso actual, es especialmente importante que mantengamos controlados tus niveles de azúcar con dieta y ejercicio"

Así el paciente ve la relevancia directa del resultado genético en su caso concreto

3

Abordar implicaciones familiares

Comentar si sería aconsejable que ellos también consideren realizarse pruebas genéticas

Por ejemplo, si el resultado sugiere una forma monogénica de diabetes (como MODY), se puede explicar "este tipo de hallazgo suele ser hereditario; sería buena idea informar a tus familiares directos para que consulten con su médico si necesitan hacerse pruebas"

4

Evitar alarmismo innecesario

Información de manera tranquila, neutral y enfocada en las acciones a seguir

Información de manera tranquila, neutral y enfocada en las acciones a seguir "hemos encontrado una variante genética; no estamos seguros de si tendrá algún efecto negativo, pero estaremos vigilantes y podemos tomar medidas preventivas"

5

Usar ejemplos prácticos

Relacionar los resultados con situaciones cotidianas

Comparar una predisposición genética con "tener más bolitas en una rifa"; no garantiza que "toque la rifa" (desarrollar la enfermedad), pero aumenta las posibilidades, por lo que conviene tomar precauciones

6

Responder preguntas frecuentes de manera estructurada

Anticipar las dudas más comunes de los pacientes y tener respuestas claras y concisas preparadas

*"¿Significa este resultado que definitivamente tendré diabetes?"; se puede responder "No necesariamente. Esto indica un riesgo más alto de lo normal, pero con un estilo de vida saludable podemos reducir mucho ese riesgo".
"¿Deberían mis hijos hacerse la prueba?"; se puede contestar: "Depende del caso; podríamos evaluar su situación con calma y considerar pruebas genéticas si es pertinente"*

7

Fomentar el asesoramiento genético cuando sea necesario

"podemos derivarte a un asesor genético, que es un especialista que te ayudará a entender en profundidad este resultado y sus implicaciones para ti y tu familia"

8

Proporcionar material de apoyo

Este material de apoyo refuerza lo conversado y sirve de recordatorio para el paciente

9

Motivar al paciente a tomar decisiones informadas:

Empoderar al paciente

"aunque tienes una predisposición, llevando una alimentación saludable, haciendo ejercicio regularmente y controlando tu peso, puedes disminuir mucho la probabilidad de desarrollar la enfermedad"

10

