



ILEANA PONCE-GONZÁLEZ, MD, MPH, CNC



Objetivo General

Ayudar a la comunidad dirigir
la prevención y el control de
la diabetes con la
participación de los
Promotores de Salud y los
Trabajadores de Salud
Comunitarios (TSC)

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar los síntomas, signos, y las posibles complicaciones de la diabetes
- Describir cómo los niveles de glucosa pueden ser medidos en el cuerpo y los beneficios de llevar a cabo la revisión periódica de estos niveles
- Distinguir los factores biológicos y factores que predispone la gente a la diabetes y los tipos de diabetes (diabetes 1 y 2)
- Discutir el papel de los Promotores de Salud y los TSC en la prevención y control de la diabetes
- Demostrar cómo los TSC pueden utilizar el modelo ECHO para mejorar el acceso al tratamiento de la diabetes en su área



El Papel de los TSC en el Cuidado de los Pacientes con Diabetes



La prevención de la diabetes



La detección de la diabetes



Mejorando el control de la diabetes

Lo Que Vamos a Tratar Hoy



¿Qué es
la diabetes?

Los Tipos de Diabetes

1
2



¿Cuáles son
los signos y
síntomas de
la diabetes?

Las Complicaciones de la Diabetes



¿Cómo
prevenir
la diabetes
tipo 2?

¿Quién debe
hacerse
prueba de
la diabetes?



¿Cómo
controlar la
diabetes?

¿Qué recursos
están disponibles
para ayudar a los
pacientes con
diabetes?

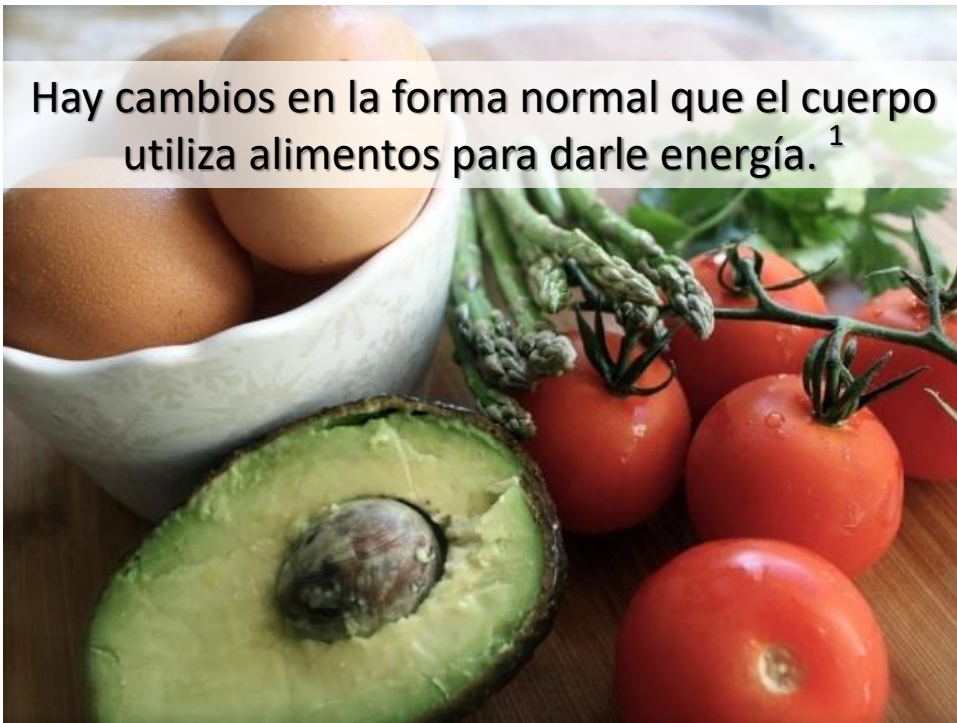


Una actividad
interactiva para
compartir las mejores
prácticas y recursos
para los TSCs para
el control de la
diabetes utilizando
el proyecto ECHO.



¿Qué es
la diabetes?

Hay cambios en la forma normal que el cuerpo
utiliza alimentos para darle energía.¹




Diabetes provoca el aumento de glucosa en la sangre.





Los Factores Biológicos ¹

- El páncreas libera insulina en la sangre.
- La insulina ayuda a la glucosa de los alimentos entrar a las células.
- Si el cuerpo no produce suficiente insulina, o si la insulina no funciona correctamente, la glucosa no puede entrar a las células.
- Los niveles de glucosa en la sangre son elevados



Factores Predisponentes ²

- Teniendo una historia familiar de diabetes
- La obesidad aumenta el riesgo de tener diabetes Tipo 2
- Raza: las razones no están claras, pero los afroamericanos, hispanos, indios americanos, y asiático-americanos tienen un mayor riesgo.
- Tener el colesterol alto
- Fumar y tener la presión alta
- Dar luz a un bebé que pesó más de 9 libras al nacer
- Tener un estilo de vida sedentario

<http://www.idf.org/node/26455?language=es>

Los Tipos de Diabetes

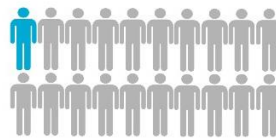
1

2

La Diabetes Tipo 1



Niños/adolescentes



Menos común (menos de 1 de cada 20 personas tiene este tipo de diabetes)

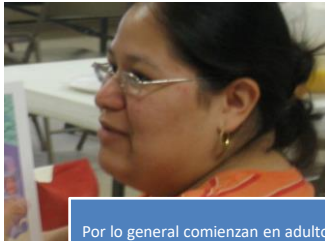


El cuerpo no produce suficiente insulina para mover el azúcar de la sangre a los músculos

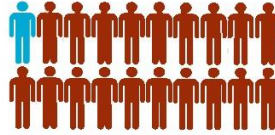


Requiere inyecciones de insulina todos los días para controlar

La Diabetes Tipo 2



Por lo general comienzan en adultos



Es el tipo más común de diabetes (más de 19 de cada 20 personas tienen este tipo de diabetes)



El cuerpo no produce suficiente insulina para mover el azúcar desde la sangre dentro los músculos



El sobrepeso y la inactividad aumenta la probabilidad de tener la diabetes tipo 2



¿Cuáles son los signos y síntomas de la diabetes?

Diabetes ⁴

PRINCIPALES SÍNTOMAS



Tambien:

- Tener heridas que se curan lentamente
- Tener piel reseca
- Visión borrosa

Las
Complicaciones
de la Diabetes



Daños en el cuerpo por una Diabetes mal controlada ^{5,6}

LOS OJOS
HAY DAÑO EN LOS TEJIDOS QUE LUBRICAN Y DAN SOPORTE AL OJO. POR ELLO, SE PUEDE PERDER LA VISTA.

LA PIEL
SE TORNA SENSIBLE, SECA Y OPACA; AL TIEMPO QUE ES PRESA FÁCIL DE LAS INFECCIONES.

EL HÍGADO
SE PUEDE TORNAR GRASO O BIEN SE GENERA INSUFICIENCIA.

LOS PIES
EL PIE DIABÉTICO GENERA UNA HERIDA QUE NO CICATRIZA Y, POR LO TANTO, SE CORRE EL RIESGO DE AMPUTACIÓN.

LOS NERVIOS
EL PACIENTE INDICA DOLOR, HORMIGUEO, SENSACIÓN DE CHOQUES ELÉCTRICOS Y DEMÁS EFECTOS POCO PLACENTEROS.

LA BOCA
LA ENCÍA Y LOS DIENTES COLAPSAN Y ES POSIBLE QUE HAYA TAMBIÉN PÉRDIDA DE PIEZAS DENTALES.

EL CORAZÓN
LOS INFARTOS SON LA PRIMERA CAUSA DE FALLECIMIENTO DE LOS PACIENTES CON DIABETES.

LOS RIÑONES
HAY FALLA RENAL Y COLAPSAN LOS ÓRGANOS.

DIABETES

¿Cómo se puede prevenir la diabetes?



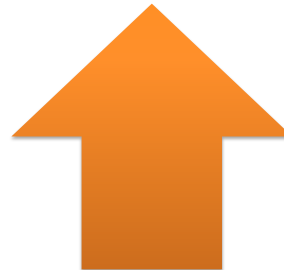
El riesgo es menor ^{2,6}
con:

- La pérdida de peso
- El ejercicio
- Una dieta de comida saludable
- Dejar de fumar



El riesgo se aumenta
con:

- La obesidad
- Si fuma
- La falta de ejercicio
- La dieta con mucho carbohidrato, pobre en fibras



¿Quién debe
hacerse
prueba de
la diabetes?



¿Quién debe hacerse la prueba de la diabetes? ¹



Las personas mayor de 45 años



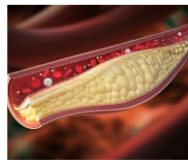
Las personas que estan de sobrepeso



Los fumadores



Las personas con presión arterial alta



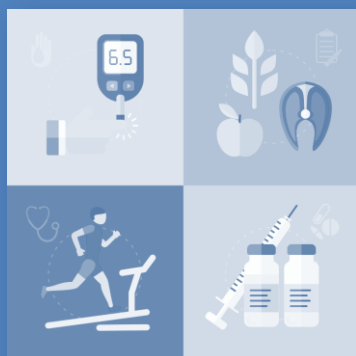
Las personas con colesterol alto



Las personas que tienen antecedentes familiares que fueron diagnosticados con diabetes

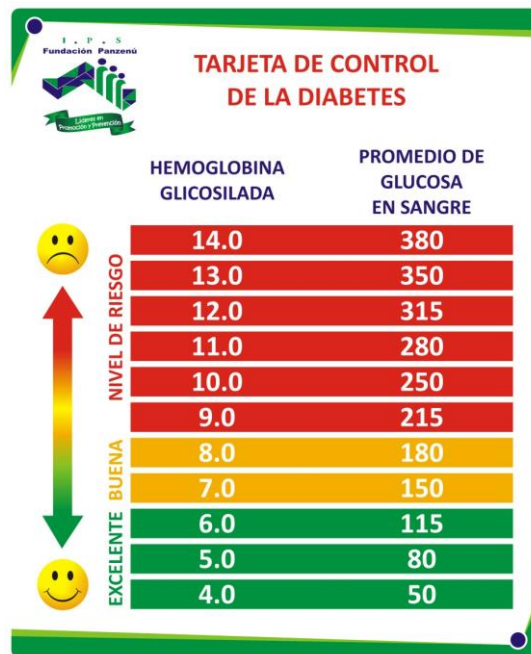


Las mujeres que han tenido un recién nacido que pesó 9 libras o más



¿Cómo controlar la diabetes?

¿Está bien controlada mi diabetes? ^{7,8}



Decisiones sobre su estilo de vida, dieta, ejercicio, y el control de peso ^{8,9,10}



Conozca a su equipo de atención médica ^{7,8}

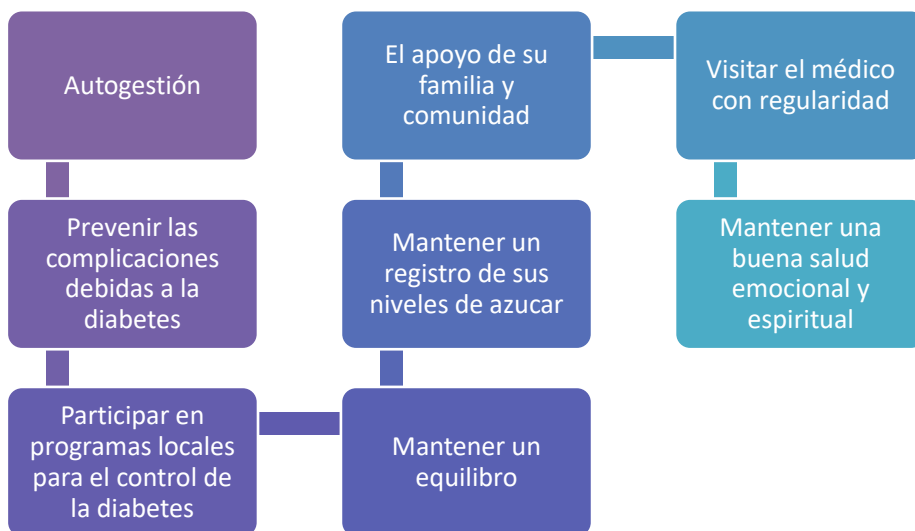
	Dentistas	Médicos especializados en diabetes	Educadores de diabetes	
Dietistas	Oftalmólogos (médicos que especializan en los ojos)	Podólogos (médicos que especializan en los pies)	Familia y amigos	Consejeros de salud mental
Enfermeras	Enfermeras especializadas	El personal farmacéuticas	Trabajadores sociales	Trabajadores de Salud Comunitarios

¿Qué recursos están disponibles para ayudar a los pacientes con diabetes?



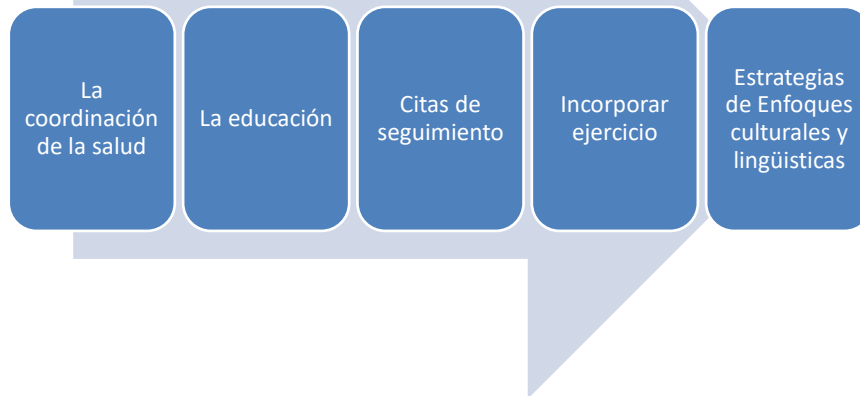


Personal





Centro de Salud



¿Cuales son los recursos disponibles a nuestra comunidad para ayudar a los pacientes a controlar su diabetes?



El Proyecto ECHO ¹⁴



¿Preguntas?

Ileana Ponce-Gonzalez,
MD, MPH

Migrant Clinicians
Network, Inc.

Senior Advisor for
Scientific and
Strategic Planning

iponce-gonzalez@migrantclinician.org

(512) 579-4543



Referencias

1. <https://www.niddk.nih.gov/health-information/health-communication-programs/ndep/espanol/corro-riesgo/se-puede-prevenir/pages/diabetesispreventable-es.aspx>
2. <https://www.niddk.nih.gov/health-information/health-communication-programs/ndep/espanol/corro-riesgo/tome-pasos/Pages/TakeSmallSteps-es.aspx>
3. <http://www.idf.org/node/26455?language=es>
4. <https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/diabetes/guia-para-personas-diabetes-tipo-1-tipo-2>
5. <http://www.diabetesbienestarysalud.com/>
6. <https://www.texashealth.org/Pages/Bienvenidos%20a%20Texas%20Health.aspx>
7. <https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/diabetes/4-pasos-para-controlar-diabetes-por-vida>
8. <http://www.cdc.gov/diabetes/ndep/people-with-diabetes/taking-care.html>
9. <https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/diabetes/prevenir-problemas-diabetes/mantenga-sanos-corazon-vasos-sanguineos>
10. <http://www.nhlbi.nih.gov/health-spanish/health-topics/temas/hbp>
11. http://patienteducation.stanford.edu/programs_spanish/diabetesspan.html
12. <http://dshs.texas.gov/Spanish.aspx>
13. <http://www.diabetes.org/es/vivir-con-diabetes/tratamiento-y-cuidado/el-control-de-la-glucosa-en-la-sangre/control-de-la-glucosa.html>
14. <http://www.migrantclinician.org/project-echo>

Recursos adicionales

- <https://medlineplus.gov/spanish/diabetes.html>
- <http://www.cdc.gov/diabetes/spanish/index.html>
- <https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/diabetes/prevenir-problemas-diabetes>
- <https://www.niddk.nih.gov/health-information/health-communication-programs/ndep/espanol/informacion-salud/mi-plan-actividad/Pages/publicationdetail.aspx>
- <https://medlineplus.gov/spanish/diabetes.html>
- <https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/diabetes/corroriesgo-diabetes-tipo-2>
- <https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/diabetes/prevenir-problemas-diabetes>