

DIAS DE ENFERMEDAD



**DR. IGNACIO A. MARTINEZ DELGADO
DRA GRACIELA GOMEZ MARTINEZ**

26 04 14

**AQUÍ
NO ESTAN
PERMITIDOS
LOS
PENSAMIENTOS
NEGATIVOS**

Enseñanza y aprendizaje

Son las actividades mediante las cuales el personal de salud ayuda al paciente a aprender acerca de su enfermedad:

DIAS DE ENFERMEDAD

El resultado de la enseñanza no siempre es el aprendizaje



¿Cuándo fue la última vez que alguien le enseñó?

¿Aprendió algo?

PARA EL PACIENTE...

BLA, BLA, BLA, BLA, BLA

Secreción fisiológica de insulina en personas normales

Representación ilustrativa



Pollomsky KS, et al. Twenty-four-hour profiles and pulsatile patterns of insulin secretion in normal and obese subjects. *J Clin Invest* 1988; 81: 442-448.

JERINGAS

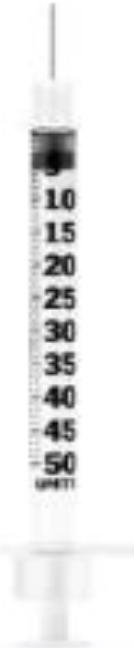
Jeringas de insulina U100



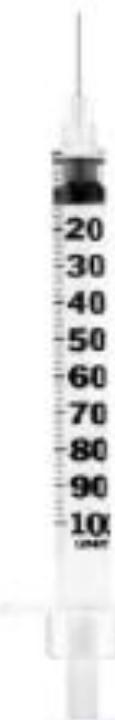
5
10
15
20
25
30
35
40
45
50



10
15
20
25
30
35
40
45
50



10
15
20
25
30
35
40
45
50



20
30
40
50
60
70
80
90
100

0,3 ml

30 unidades

Aguja 8 mm x 0,30 mm

Escala: 1/2 unidad

0,5 ml

50 unidades

Aguja 8 mm x 0,30 mm

Escala: 1 unidad

0,5 ml

50 unidades

Aguja 12,7 mm x 0,33 mm

Escala: 1 unidad

1 ml

100 unidades

Aguja 12,7 mm x 0,33 mm

Escala: 2 unidades

DIETA PARA DIABETICO



Dijo el
nutriólogo
que me podía
comer sólo
una al día...



*Definitivamente, las definiciones en
su diccionario son las mismas que en
el mío.*

**¿PORQUÉ LOS DIABÉTICOS NO PUEDEN
VENGARSE?**

A close-up photograph of a baby with dark hair, wearing a red and white plaid shirt. The baby is laughing heartily, with their mouth wide open and eyes squinted. The background is a soft-focus green field.

**POR QUE LA VENGANZA ES
DULCE**

¿Por qué es tan importante la educación del paciente?

- ❖ Mejora la calidad de vida
- ❖ Necesidad de información
- ❖ Las enfermedades crónicas relacionadas con el estilo de vida son frecuentes
- ❖ Uso más eficaz de los recursos
- ❖ Buen servicio y satisfacción del paciente

VALORACIÓN INICIAL

- Genera confianza
- Se definen las prioridades
- Se define el papel de la familia u otro tipo de apoyo.



DIAS DE ENFERMEDAD



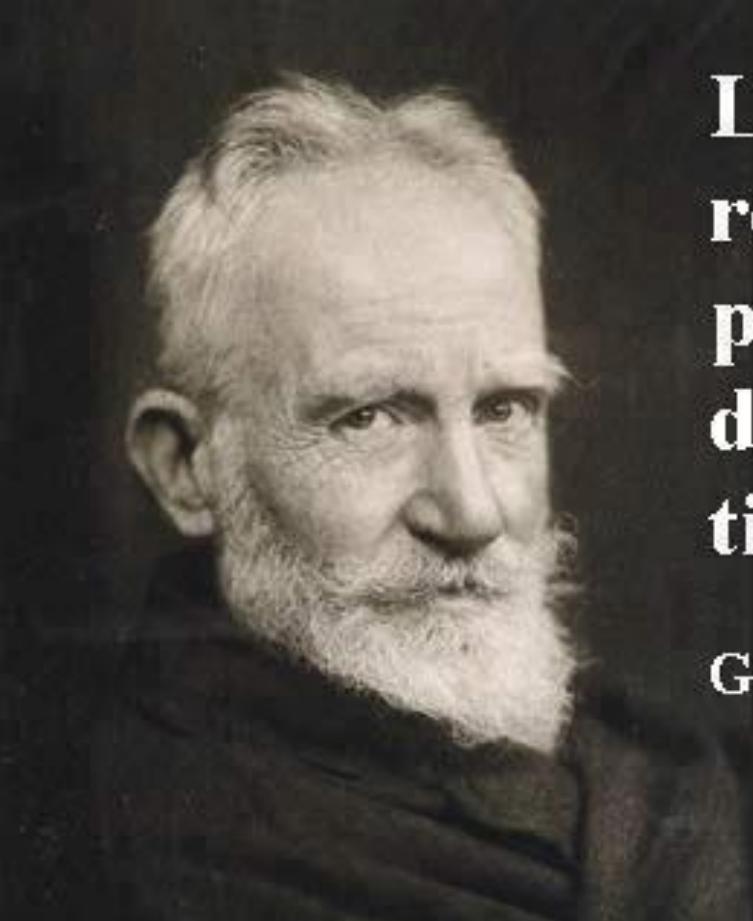
Hay una importante diferencia entre lo que se quiere y lo que se necesita aprender dependiendo de la perspectiva de la persona con diabetes y la del profesional sanitario que la atiende

Retención memorística

Las personas retienen
el 10%...de lo que leen
el 20%...de lo que oyen
el 30%...de lo que ven
el 50%...de lo que ven y oyen
el 70%...de lo que dicen
el 90%...de lo que dicen y hacen

Auto cuidado y relación terapéutica

- ❖ La diabetes exige auto cuidado
- ❖ Las personas con diabetes aportan el 99% de los cuidados
- ❖ Derecho y responsabilidad de toma de decisiones
- ❖ Apoyo y educación continuados como parte de una relación terapéutica

A black and white portrait of George Bernard Shaw, an elderly man with a full, white beard and receding hairline, looking slightly to his left with a thoughtful expression.

**La libertad significa
responsabilidad;
por eso, la mayoría
de los hombres le
tiene tanto miedo.**

George Bernard Shaw.

DIAS DE ENFERMEDAD

- ❖ ¿Qué decisiones tomaría una persona en días de enfermedad?
- ❖ ¿Qué podría influir sobre dichas decisiones?

Comunicación

Pregunta abierta

¿A qué hora se toma la medicación cuando está en casa?

Pregunta cerrada

¿Se toma su medicación a la hora cuando está en casa?



**“Uuuy no doctor, no me acuerdo del
nombre de la pastilla que tomo hace 20
años. Pero es una pastillita blanca, de
esas que tienen raya en medio
¿Si sabe cuáles son, verdad?**

DIAS DE ENFERMEDAD



DIAS DE ENFERMEDAD

- ❖ Un “día de enfermedad” es cualquier momento en que una infección u otro estrés físico esté presente en el cuerpo.
- ❖ Resfriado común, gingivitis, diarrea, infección urinaria o una infección en el pie.
- ❖ Estrés de una cirugía o una fractura.
- ❖ Antes de enfermarse, debe analizar su plan para manejar los “días de enfermedad” con su médico.



1. Naces



2. Creces



3. Te duele el epigastrio



4. Te autorecetas omeprazol



5. Mueres por que era un infarto en la base del corazón.

¿Cómo los “días de enfermedad” afectan el control de la glucosa en la sangre?

- ❖ Por lo general, existe hiperglucemia durante una enfermedad.
- ❖ Medicamentos : ajustes.
- ❖ Incluso si hay menos ingesta de alimentos
- ❖ Automonitoreo: ayudará al paciente y a su médico a determinar la cantidad de medicamentos que necesita.

¿Cómo saber si existe hiperglicemia cuando hay enfermedad?

- ❖ Glucómetro.
- ❖ Recomendable medir nivel con más frecuencia que lo habitual.
- ❖ Cada 4 a 6 horas.
- ❖ Terapia de insulina intensiva: puede necesitar controlar la glucosa cada 2 a 4 horas



¿Qué hacer si las lecturas de la glucosa son altas?

- ❖ Si el nivel de glucosa es > 250 mg/dl en dos controles seguidos debe llamar a su médico.
- ❖ DM1 + cetonas en la orina alto : Acudir al Hospital.

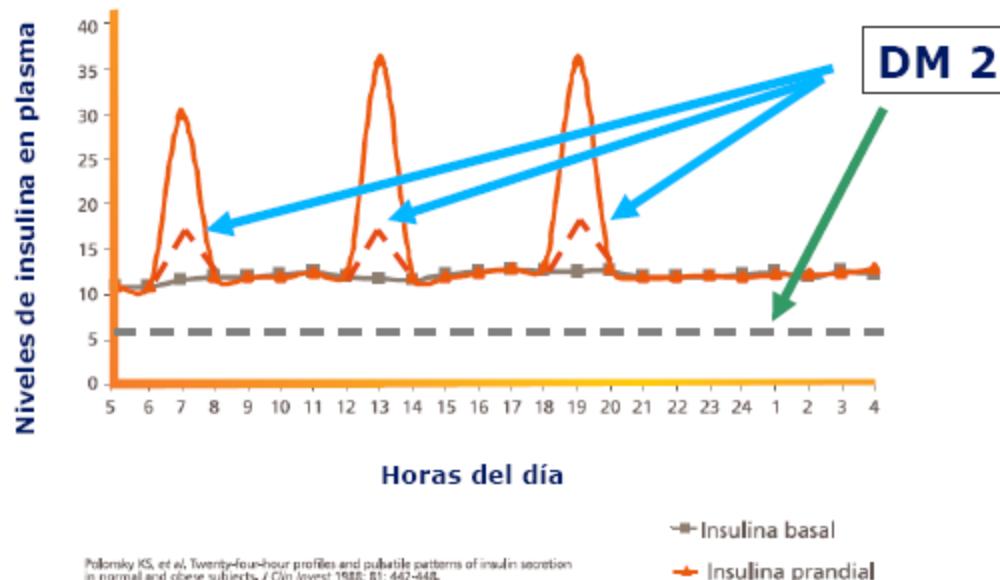
¿Debo tomar mi medicamento si no puedo comer?

- No dejar de tomarlos a menos que el médico se lo indique.
- No medicamentos = hiperglucemia = hospitalización



Secreción *insuficiente* de insulina en personas con DM 2

Representación ilustrativa



¿Qué hacer si no puedo comer mis comidas regulares?

- ❖ Manténgase bien hidratado. Beba al menos 8 onzas de agua u otras bebidas sin calorías ni cafeína cada hora.
- ❖ Intente comer alimentos ligeros para proporcionar calorías y carbohidratos similares a su plan de alimentación habitual.
- ❖ Si no puede retener alimentos sólidos, beba líquidos que proporcionen aproximadamente 50 gramos de carbohidratos cada 3 a 4 horas.

¿Qué hacer si no puedo comer mis comidas regulares?



Alimentos ligeros para días de enfermedad

Alimento	Porción	Gramos de carbohidratos
Galletas de soda	4 – 6	15
Cereal cocido	½ taza	15
Sopas	1 taza	15 – 20
Jugo de frutas	½ taza	15
Gaseosa regular	¾ de taza	15
Gelatina regular	½ taza	20
Paletas de helado	1	24
Budín regular	½ taza	30
Sorbete	½ taza	30
Helados	½ taza	15
Caldo	1 taza	-
Leche	1 taza	12
Budín sin azúcar	½ taza	15
Yogurt sin sabor y endulzado artificialmente	1 taza	17
Yogurt con sabor a frutas	1 taza	40 – 60

¿Cuándo necesito llamar a mi médico?



- ❖ Demasiado enfermo para comer normalmente y no puede retener alimentos durante más de 6 horas
- ❖ Diarrea aguda por más de 6 horas
- ❖ Perdida de peso de 2.5 kg o más de peso
- ❖ Temperatura 39°C por más de 24 horas
- ❖ Glucosa de 60 mg/dl o permanece sobre los 250 mg/dl
- ❖ cetonas en su orina positivas
- ❖ Problemas para respirar
- ❖ Somnoliento o no puede pensar con claridad.



**LLEVAS DOS MESES
CON ESE DOLOR**

Y VIENES A LAS 4 AM??

DIABETES: REGISTRO PARA DÍAS DE ENFERMEDAD
HOJA DE INFORMACION PARA EL PACIENTE Y SU FAMILIA

FRECUENCIA	PREGUNTA	RESPUESTA				
Todos los días	¿Cuánto pesa hoy?	Yo peso _____ libras				
Todas las mañanas y tardes	¿Cuál es su temperatura?	_____ a.m. _____ p.m.				
Cada 4 horas (o antes de cada comida)	¿Qué cantidad de medicamentos para la diabetes tomó?	Hora/Dosis:				
Cada 4 horas (o cada vez que orine)	¿Cuál es su nivel de glucosa en la sangre?	Hora/Nivel:				
	¿Cuál es su nivel de cetonas en la orina?	Hora/Cetonas:				
Cada 4 a 6 horas	¿Cómo es su respiración?	Hora/Estado: <ul style="list-style-type: none"> • G = Bueno; no presenta falta de aire • E = Falta de aire al hacer ejercicios • R = Falta de aire en reposo 				

Solo aquellos
que cargan
su propia
agua, conocen
el valor de
cada gota
derramada.



Meniz

DIAS DE ENFERMEDAD

- ❖ CETOACIDOSIS
- ❖ ESTADO HIPEROSMOLAR
- ❖ HIPERGLUCEMIA AGUDA
- ❖ HIPOGLUCEMIA

Plan Estratégico



PÍDALE AYUDA A SU MÉDICO O A UN EDUCADOR DE
DIABETES.
SU MEDICO O EDUCADOR ES DE 24 HRS

Plan Estratégico

- Si ha estado enfermo o ha tenido fiebre durante un par de días y no nota ninguna mejoría.
- Si ha tenido vómitos o diarrea durante más de seis horas.
- Si tiene una cantidad moderada o elevada de cetonas en la orina.
- Si sus niveles de glucosa son mayores de 240 aún después de haberse administrado la dosis extra de insulina que indica su plan para los días de enfermedad.

Plan Estratégico

- ❖ Si toma PASTILLAS para la diabetes y la glucemia asciende a más de 240 antes de la comidas y se mantiene por encima de ese valor por más de 24 horas.
- ❖ Si tiene síntomas que pueden indicar cetoacidosis o deshidratación o alguna otra afección grave (por ejemplo, si le duele el pecho, tiene dificultad para respirar, su aliento huele a fruta, o si los labios o la lengua están secos y agrietados).
- ❖ Si no está seguro de qué es lo que debe hacer para cuidar su salud.

Registro



Nivel de cetonas en
orina (g/L)

.05-0.15 (rosa claro)	Escasa
0.4 (rosa oscuro)	Moderada
0.8-1.6 (rojo)	Abundante

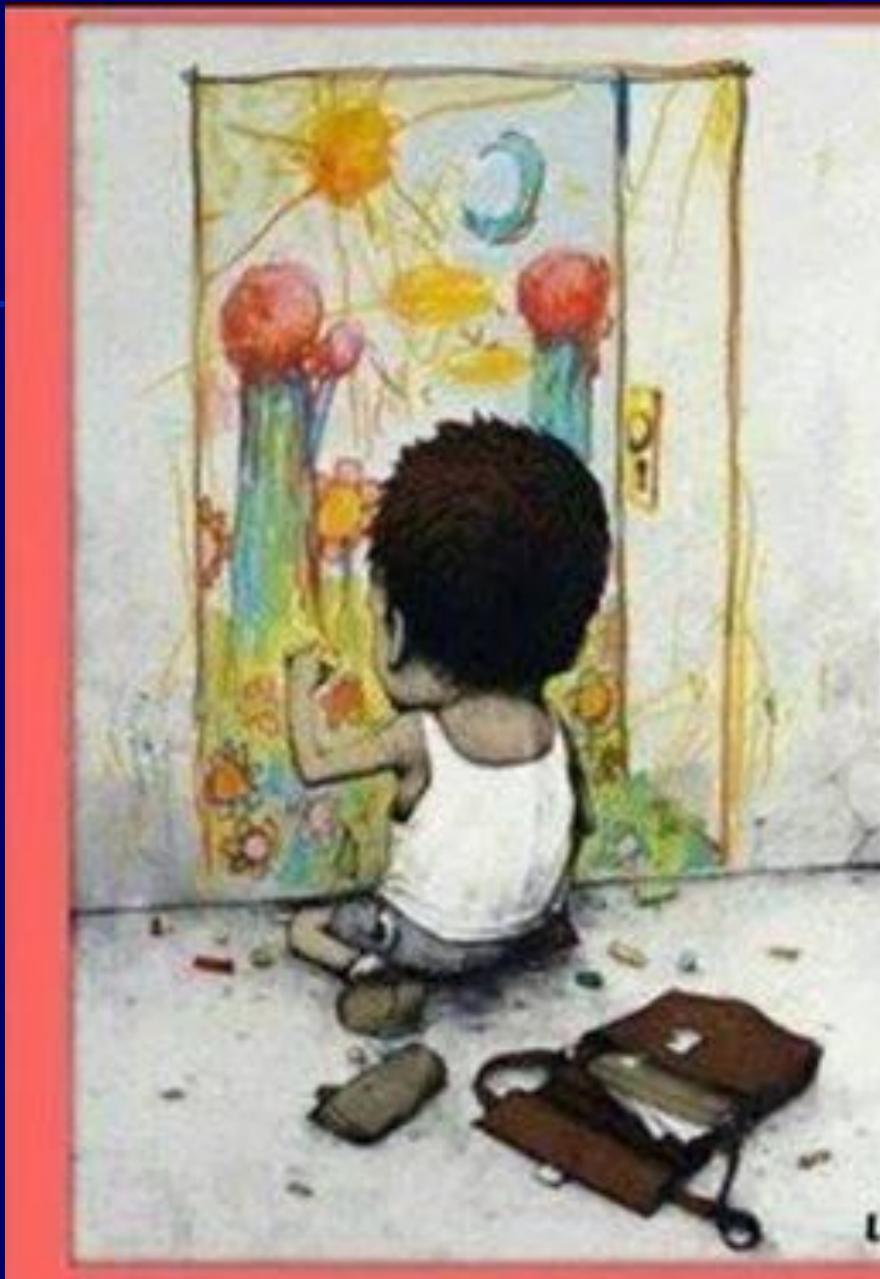


Da tu primer paso ahora. No importa que no veas el camino completo. Da el primer paso y el resto del camino irà apareciendo a medida que camines.

"La educación
no cambia al
mundo,
cambia a las
personas que
van a cambiar
al mundo"

~Paulo Freire

LOS PETAOS DE AHLAM



Pensar es gratis.

No hacerlo sale carísimo.

CONCLUSIONES

- Esta sesión fue encaminada **al saber, el saber hacer, y el saber ser....**
- Uno es relacionado a tener el conocimiento, el segundo a poder aplicarlo y el tercero a saber compartirlo de manera correcta.

GRACIAS POR SU ATENCION