

DIABETES: ¿CÓMO CUIDAR A NUESTROS PACIENTES?

MAYO 2010

CONTENIDO:

QUE HACER PARA CONTROLAR LA DIABETES 2

CUESTIONARIO DE USO EXCLUSIVO PARA LA ATENCIÓN FARMACÉUTICA 3

FICHA DE CONTROL PARA PACIENTES 4

¿QUÉ ES LA DIABETES Y QUE TIPOS EXISTEN?

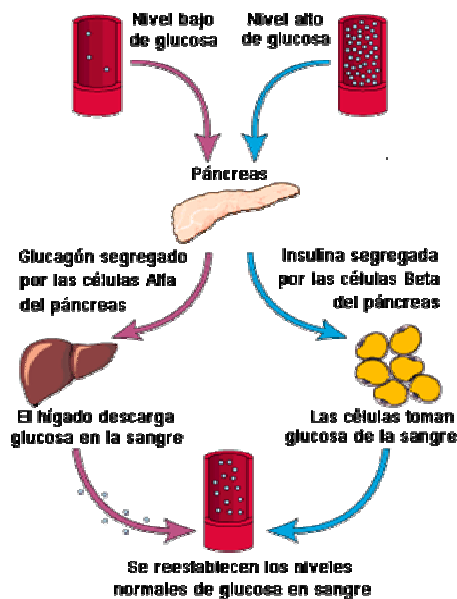
La diabetes es una enfermedad en la que los niveles de glucosa de la sangre están altos. La glucosa proviene de los alimentos que se consumen. La insulina, es segregada por las células beta de los islotes de Langerhans del páncreas, esta hormona interviene en el aprovechamiento metabólico de los nutrientes, sobre todo con los hidratos de carbono. Su déficit provoca la diabetes mellitus y su exceso provoca hiperinsulinismo con hipoglucemia.

Diabetes tipo 1

Característicamente se da en la época temprana de la vida y se debe a un déficit absoluto de insulina, dado por la destrucción de las células beta del páncreas por procesos autoinmunes o idiopáticos. Sólo cerca de 1 entre cada 20 personas diabéticas tiene diabetes tipo 1. Este tipo de diabetes se conocía como diabetes mellitus. En ella, las células beta del páncreas no producen insulina o apenas producen. En los primeros años de la enfermedad suelen quedar reservas pancreáticas que permiten una secreción mínima de insulina (este período se denomina luna de miel).

Diabetes tipo 2

Se caracteriza por un complejo mecanismo fisiopatológico, cuyo rasgo principal es el déficit relativo de producción de insulina y una deficiente utilización periférica por los tejidos de glucosa (resistencia a la insulina). Se desarrolla a menudo en etapas adultas de la vida, y es muy frecuente la asociación con la obesidad; anteriormente llamada diabetes del adulto, diabetes relacionada con la obesidad, diabetes no insulino dependiente. Varios fármacos y otras causas pueden, sin embargo, causar este tipo de diabetes.



GRUPOS DE RIESGO

La OMS señala a la farmacia como Centro de atención sanitaria totalmente integrado al sistema de salud; el farmacéutico está en una posición única para mejorar el cuidado de los pacientes diabéticos; la tarea de la identificación debe ser asumida por el farmacéutico, quien deberá evaluar especialmente a aquellos pacientes excedidos de peso, mayores de 40 años, que tengan antecedentes familiares de diabetes, que hayan sufrido diabetes gestacional o pertenezcan a minorías étnicas determinadas. La vasta mayoría de las personas con esta patología no diagnosticada se encuentran en este grupo, y recordemos que según las estadísticas "por cada paciente diagnosticado hay otro que no lo sabe".

SINTOMAS

Los **síntomas** de la diabetes tipo 2 pueden incluir: fatiga, sed, pérdida de peso, visión borrosa y micciones frecuentes. Algunas personas no tienen síntomas. Un análisis de sangre puede mostrar si tiene diabetes.









Niveles recomendados de glucosa en la sangre para personas con diabetes

| | |
|---|--------------|
| Antes de las comidas | de 70 a 130 |
| De 1 a 2 horas después de haber empezado una comida | menor de 180 |

¿QUÉ HAY QUE HACER PARA CONTROLAR LA DIABETES?

El control de la diabetes es un esfuerzo en equipo. Entre el Farmacéutico, Médico y el PACIENTE miembro más importante

EL PACIENTE DEBE:

| | |
|--|---|
|  | Seguir el plan de comidas saludables que elaboraron junto con el su médico o nutricionista. |
|  | Realizar actividad física durante 30 minutos casi todos los días. |
|  | Tomar los medicamentos según las indicaciones. |
|  | Medirse los niveles de glucosa en sangre todos los días. Cada vez que lo haga, deberá anotar el resultado en la hoja de registro. |
|  | Revisarse los pies diariamente para ver si hay cortaduras, ampollas, llagas, hinchazón, enrojecimiento o si tiene las uñas doloridas. |
|  | Cepílese los dientes y usar hilo dental todos los días. |
|  | Controle su presión arterial y colesterol. |
|  | No fume. |

EL PROFESIONAL MÉDICO CADA VEZ QUE EXAMINE A SU PACIENTE DEBE:

| | |
|--|---|
| Registros de glucosa en la sangre | Ver y evaluar los registros de glicosa del paciente |
| Su peso | Controlar el peso. |
| | Hablar sobre cómo lograr su peso deseado de una manera que le dé resultado. |
| Su presión arterial | Para la mayoría de las personas con diabetes, la presión arterial deseada es menor de 130/80. |
| | Aconsejar al paciente cómo lograr la presión arterial deseada. |
| Sus medicamentos | Hablar con su paciente sobre cualquier problema que pueda haber tenido o tener con los medicamentos para la diabetes. |
| Los pies | Revisar los pies para ver si hay lesiones y enseñar al paciente como controlarse el mismo |
| Su programa de actividad física | Hablar con el paciente para establecer un plan de ejercicio adecuado |

RECOMENDACIONES GENERALES PARA EL PACIENTE

| | |
|--|---|
| Prueba A1C | Esta prueba es recomendable 2 veces por año, es la prueba de la Hemoglobina glicada, nos da la historia de los niveles de glucemia en sangre de los últimos 3 meses |
| Lípidos en sangre | Colesterol total (el nivel deseado es menor de 200) , LDL (el nivel deseado es menor de 100) , HDL (para los hombres el nivel deseado es mayor de 40; para las mujeres el nivel deseado es mayor de 50), Triglicéridos (el nivel deseado es menor de 150). Se recomienda dos veces al año |
| Pruebas de función renal | Mediante esta prueba se analizan los niveles de proteínas en sangre y orina, estas pruebas nos indican como están funcionando los riñones. Es recomendable una vez al año |
| Consultar al oculista | Se recomienda una vez por año |
| Examen dental | Es recomendable visitar al dentista dos veces al año para una limpieza dental y un chequeo. |
| Vacuna contra la gripe y neumonía | vacunarse una vez al año contra la gripe y si tiene mas de 64 años, vacunarse cada 5 años contra la neumonía |

FICHA DE CONTROL PARA PACIENTES

| FICHA DIARIA PARA USO DEL PACIENTE | | | | N y A: _____ Edad: _____ |
|------------------------------------|----------------------------|-----------------------------|-----|---|
| Fecha | Control diario de glucemia | Control de Presión arterial | | Medicación diaria (Este espacio se completa con los horarios en que toma la medicación y se marca cada vez que consume la dosis) |
| | | Max. | Min | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

Se recomienda que el paciente tenga esta ficha en algún sitio visible de su casa, que la complete diariamente, y cuando se acerque a la farmacia la lleve, de esta manera el paciente se verá comprometido a cumplir el tratamiento

¿CUÁLES SON LAS ETAPAS A SEGUIR POR EL FARMACÉUTICO PARA BRINDAR ATENCIÓN FARMACÉUTICA AL PACIENTE DIABÉTICO?

- 1- Estar informado con material actualizado
- 2- Identificar al paciente
- 3- Determinar el grado de cuidado que requiere el diabético: para esto el farmacéutico puede proponerle a su paciente llenar el cuestionario de uso exclusivo para atención farmacéutica para la evaluación de pacientes diabéticos, al revisarlo, el farmacéutico puede determinar el grado de cuidados que requiera el paciente, evaluar donde el paciente puede tener dificultades; y con esa información, determinar qué productos puede recomendarle para el cuidado de la diabetes.



BIBLIOGRAFÍA

Guía sobre Diabetes de la Medline.

PERETTA, Marcelo. Reingeniería Farmacéutica . Editorial panamericana. 2° edición. 2005

Dirección General:

Farm. Martha B. Iturrieta
Correo: director_cimed@uccuyo.edu.ar

Coordinación Técnica:

Farm. Lorena Echevarría
Correo: coordinadortechnica_cimed@uccuyo.edu.ar

Asistentes:

Gisela Acosta
Ariel Ganam
Darío García
Elisa Calzado



Dirección: Av. Libertador 1890 (Oeste) San Juan

Tel: 0264-4262406

cimedresponde@uccuyo.edu.ar

www.uccuyo.edu.ar