



DIABETES ECHO 2019

Sesión 2:

ENTREVISTA MOTIVACIONAL

RETOS EN EL COMPROMISO
CON EL PACIENTE

MIGRANT CLINICIANS NETWORK



Declaración de ausencia de conflicto de interés

No tenemos interés alguno real o percibido relacionado con esta presentación, ni tenemos relación alguna con productos o compañías farmacéuticas, fabricantes de dispositivos biomédicos y/u otras corporaciones cuyos productos o servicios estén relacionados con áreas terapéuticas pertinentes.



Que
vamos a
tratar hoy?

PRINCIPIOS BASICOS

1

Expresa
empatía

2

Desarrolle
discrepancia

3

Maneje la
resistencia

4

Apoye la
autoeficacia



Empatía

- ✓ Expresar compasión
- ✓ Haga buen uso de habilidades no verbales.
- ✓ Resuelva Dificultades en compañía del paciente.
- ✓ Aceptación no significa aprobación
- ✓ La neutralidad es importante.



Discrepancia

- La discrepancia habla de las cosas que son y de cómo el paciente quiere que cambien.
- Trate de entender el fondo de la conversación de la expresada.
- Examine los determinantes sociales que afectan resultados.
- Establezca un correcto contexto cultural y lingüístico de la situación.





Resistencia

- Escuche activamente
- Use afirmaciones no preguntas.
- Use prueba de hipótesis “Si le entiendo correctamente dice usted que” ...
- Afirmaciones y validaciones mantienen al paciente pensado.
- La Resistencia muestra que usted va demasiado rápido. Se ha pasado usted de la línea.
- No use la presión...use un lenguaje llevadero.

Autoeficacia

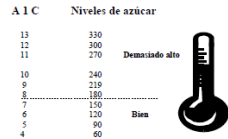
1. Crea que la posibilidad de cambio es un factor importante en la entrevista motivacional
2. Describa como la falta de entendimiento de la salud dificulta el progreso.
3. Colabore escribiendo más metas con el paciente.
4. El paciente es responsable en la escogencia y el ajustamiento de los cambios en su salud.



Recursos para los promotores de salud y sus pacientes:

Yo tomaré el control

Entiendo que tengo diabetes mellitus. Sé que la diabetes es una enfermedad grave que tendré por el resto de mi vida. Sé que si controlo el azúcar en mi sangre reduciré el riesgo de padecer un ataque cardiaco, ceguera, daños en los riñones y problemas circulatorios. Como sus proveedores de atención médica, le ayudaremos a mantener controlada su propia diabetes. Establecer metas y cambiar el comportamiento le ayudarán.



La hemoglobina A 1 C mide en qué medida su nivel de azúcar ha estado controlado durante los últimos 3 meses. Es importante vigilar la A 1 C. También son importantes la presión sanguínea, el colesterol LDL de baja densidad y el peso.

Metas: Para controlar 1) mi A1C 2) mi presión arterial 3) mi grasa en la sangre (LDL) 4) mi peso

Fecha	A1C La ideal es 6.5	Presión arterial Buena es igual a 130/80	LDL Buena es menos de 100	Peso Mi meta: _____

This product was developed by the RWJF Diabetes Self Management Program at Community Health Center, Inc. in Middletown, CT with support from the Robert Wood Johnson Foundation in Princeton, NJ.

Haré mi mejor esfuerzo para controlar mi diabetes. Mi primer paso será asistir a mis sesiones médicas y educativas. Fecha: _____

Salmon copy: for chart

White copy: for patient

	Cosas que haré.	Fecha en que comenzaré	Fechas de control (aún trabajando/manteniendo buenos hábitos)				
	Controlaré el azúcar en mi sangre según las instrucciones.						
	Tomaré mi medicamento						
	Tomaré una aspirina al día si se me indica hacerlo.						
	Haré ejercicio durante _____ min. _____ días/semana. Mi ejercicio será _____.						
	Bajaré _____ libras en _____ meses.						
	Comeré 3 comidas y _____ meriendas sanas al día.						
	Usaré aceite de oliva/canola.						
	Renunciare a las bebidas gaseosas con azúcar.						
	Dejaré/reduciré el consumo de sal.						
	Consumiré porciones más pequeñas.						
	Dejaré de fumar o reduciré el consumo de tabaco.						
	Revisaré mis pies en forma diaria.						
	Siempre estaré calzado con zapatos o pantuflas. Usaré calcetines con mis zapatos.						

This product was developed by the RWJF Diabetes Self Management Program at Community Health Center, Inc. in Middletown, CT with support from the Robert Wood Johnson Foundation in Princeton, NJ.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Nombre del paciente: _____ Fecha de nacimiento: _____
Expediente No. _____ Salmon copy for chart; white for patient

This product was developed by the RWJF Diabetes Self Management Program at Community Health Center, Inc. in Middletown, CT with support from the Robert Wood Johnson Foundation in Princeton, NJ.

Otro ejemplo de recursos para los promotores/as de salud y sus pacientes

Promedio de HbA1c %	Tabla de glucosa en la sangre	Cómo se puede sentir	Lo que puede hacer	Azúcar en la sangre
14.0 →	PELIGROSO Hiperglicemia Daño al cerebro, ojos, corazón, riñones y los pies	Cansancio	<input type="checkbox"/> Siga tomando sus medicinas como se las recetó su doctor <input type="checkbox"/> Chequee su nivel de azúcar con frecuencia y anote el número <input type="checkbox"/> Siga su plan de comidas <input type="checkbox"/> Beba mucha agua <input type="checkbox"/> Evite la comida y la bebida azucarada <input type="checkbox"/> Haga ejercicio si se puede	← 360
13.0 →		Hambre extrema		← 330
12.0 →		Infecciones		← 300
11.0 →		Mareo		← 270
10.0 →		Orina con más frecuencia		← 240
9.0 →	Control insuficiente Daño al cerebro, ojos, corazón, riñones, y los pies	Vision borrosa	<input type="checkbox"/> Siga su plan de comidas <input type="checkbox"/> Haga ejercicio regularmente <input type="checkbox"/> Siga tomando sus medicinas como se las recetó su doctor	← 210
8.0 →		Problemas de la piel		← 180
7.0 →		Sed extrema		← 150
6.5 →	BUEN CONTROL Recomendado para la mayoría de personas con diabetes	Puede sentirse bien	<input type="checkbox"/> Siga su plan de comidas <input type="checkbox"/> Haga ejercicio regularmente <input type="checkbox"/> Siga tomando sus medicinas como se las recetó su doctor	← 140
4.5 →		Puede sentirse bien		← 100
Bajo de 4.0	PELIGROSO Hipoglicemia Daño al cerebro y corazón	Hambre extrema	<input type="checkbox"/> Chequee su nivel de azúcar. Si está menos de 70, coma 15g de azúcar (4oz de jugo o 1 cucharadita de azúcar). <input type="checkbox"/> Espere 15min y chequee su azúcar otra vez. Si esta menos de 70, coma 15g más de azúcar. <input type="checkbox"/> Coma una merienda con proteína, y llame a su médico si su azúcar queda menos de 80.	Bajo de 70
	Temblores			
		Perdida de conciencia		
		Sudor frío		
		Confusión		

¿Que preguntas abiertas
podemos usar?

Preguntas Abiertas vrs Cerradas

Abiertas

Vrs

Cerradas

¿Hasta donde...

Dijo usted ...?

¿Que tan frecuente...

Haga....?

¿Porque?...

Puede usted...?

Hábleme acerca de...

Así debe ser...?

Ayúdeme a entender...

Use materiales prácticos no
escritos



Asegúrese De Usar

Afirmaciones



Reflexiones



Resumir



Auto-Reflexiones Universales

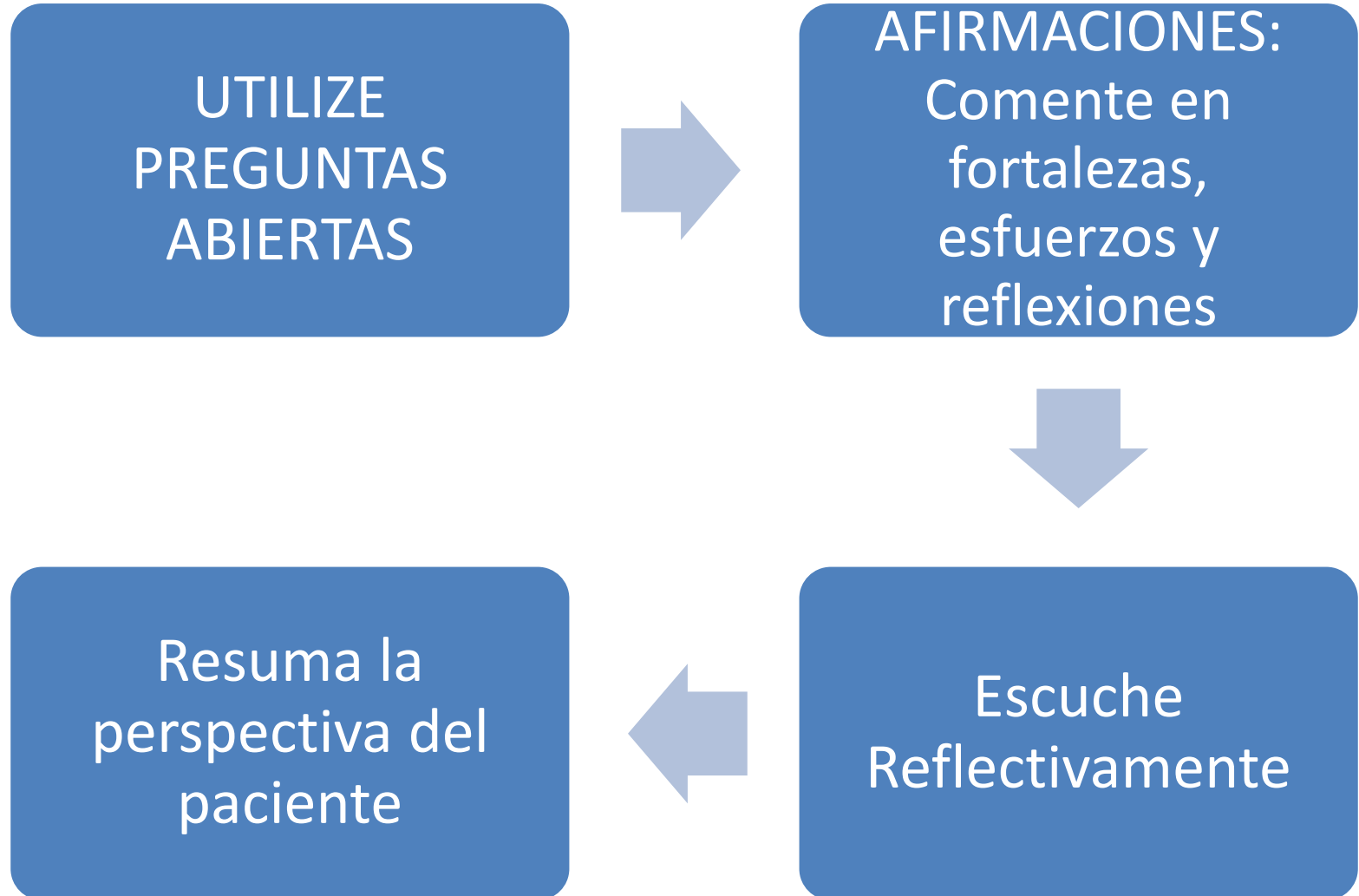
- ✓ Suena que ha sido muy difícil para usted.....
- ✓ Parece que usted no esta contento...
- ✓ Suena como si usted no estuviera de acuerdo con...
- ✓ Parece que todavía no esta listo...
- ✓ Suena como que usted tiene problemas con.....

Errores mas comunes

- Hacer preguntas que encierren al paciente
- Confrontar y rechazar
- Creer que usted es el único experto en el tema
- Etiquetar al paciente
- Usar prematuras conclusiones
- Culpar al paciente



RESUMEN



Estrategias en casos de Resistencia y recaídas

- Reconozca los factores socio-determinantes que afectan la recocida.
- Explore factores de riesgo que afecten el progreso
- Reconozca si hay desinterés por aspectos de tipo cultural/ familiar.
- Exprese claridad en relación el tiempo para ver resultados.
- Examine si hay decisiones ambivalentes que contradicen lo que el paciente quiere hacer.



Tarea para la próxima sesión:

Examine que recursos locales tiene en su comunidad.



RECURSOS

- <https://www.redalyc.org/pdf/799/79925205.pdf>
- <https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/864/VegaTocaV.pdf?sequence=1>
- <http://www.diabetes.org/food-and-fitness/food/planning-meals/create-your-plate/>
- Yo Tomaré el Control:
http://www.diabetesinitiative.org/resources/spanishMaterials/documents/8-CHC-SelfManagementGoals-Spanish-RWJ047915_resources_web.pdf