

# **2019 ECHO Diabetes: Retos y Prácticas Exitosas en el Manejo de la Diabetes**

Presentado por –  
Migrant Clinicians Network



# Nuestro Equipo MCN-ECHO



Lois Wessel RN, CFNP  
Facultad principal  
Experta clínica



Jillian Hopewell,  
MPA, MA  
Facultad de Contenido



Martha Alvarado, BS  
Coordinadora del Programa  
de Educación y  
Capacitación en Línea  
Asistente técnica



Diana Lady, Promotora de  
Salud Principal, Kansas  
Statewide Farmworker Health  
Program



Fernando Molina,  
Coordinador de Promotoras  
de Salud y Alcance,  
Community Health  
Partnership of Illinois

**Sesión 1:  
Diabetes 101**

# **EI ROL DE LOS PROMOTORES DE SALUD Y LA DIABETES**

**17 DE ENERO 2019**

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.**

# Pre-encuesta

Las preguntas de esta encuesta son generales, sobre varios aspectos de la diabetes. No son específicos a esta sesión y en su lugar cubren todos los temas que se tratarán durante esta serie.



¡Todas las respuestas son anónimas!

# 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)

# 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

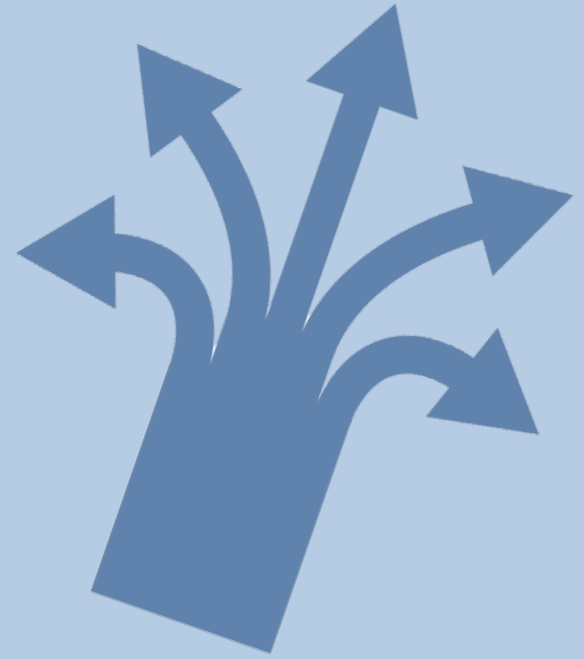
1

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?



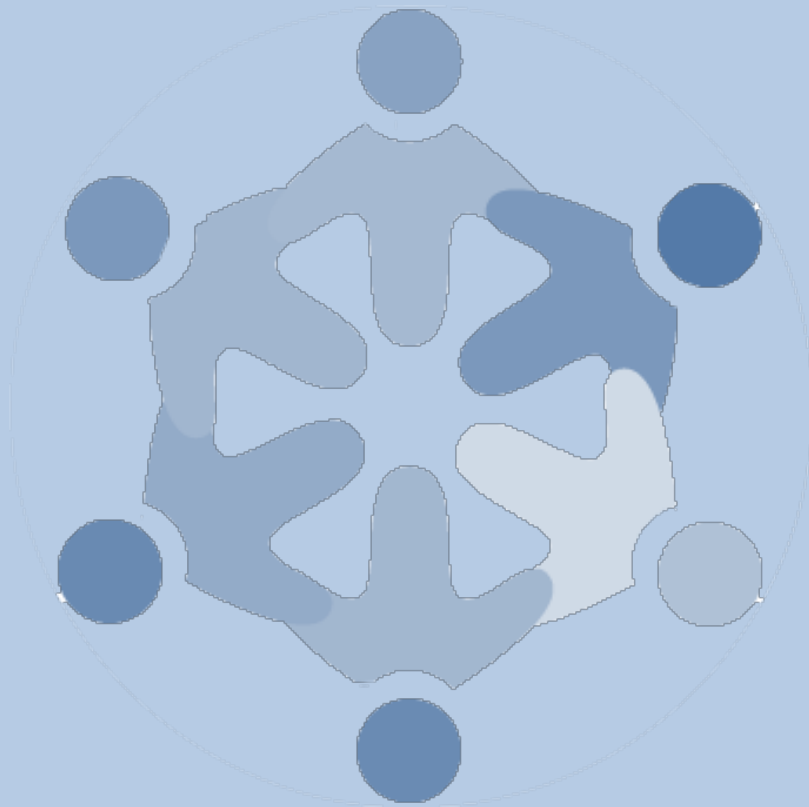


¿Cómo  
controlar la  
diabetes?

¿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?

# Diabetes provoca el aumento de glucosa en la sangre.





La diabetes se puede prevenir. Si usted tiene diabetes hay maneras de controlar la enfermedad y mantener una mejor calidad de vida.



# Los Factores Biológicos <sup>1</sup>

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 <sup>2</sup>



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

# 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



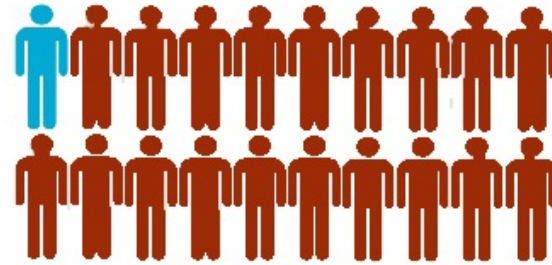
Requiere inyecciones de insulina todos los días para controlar



# 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 <sup>4</sup>

## PRINCIPALES SÍNTOMAS



Tambien:

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

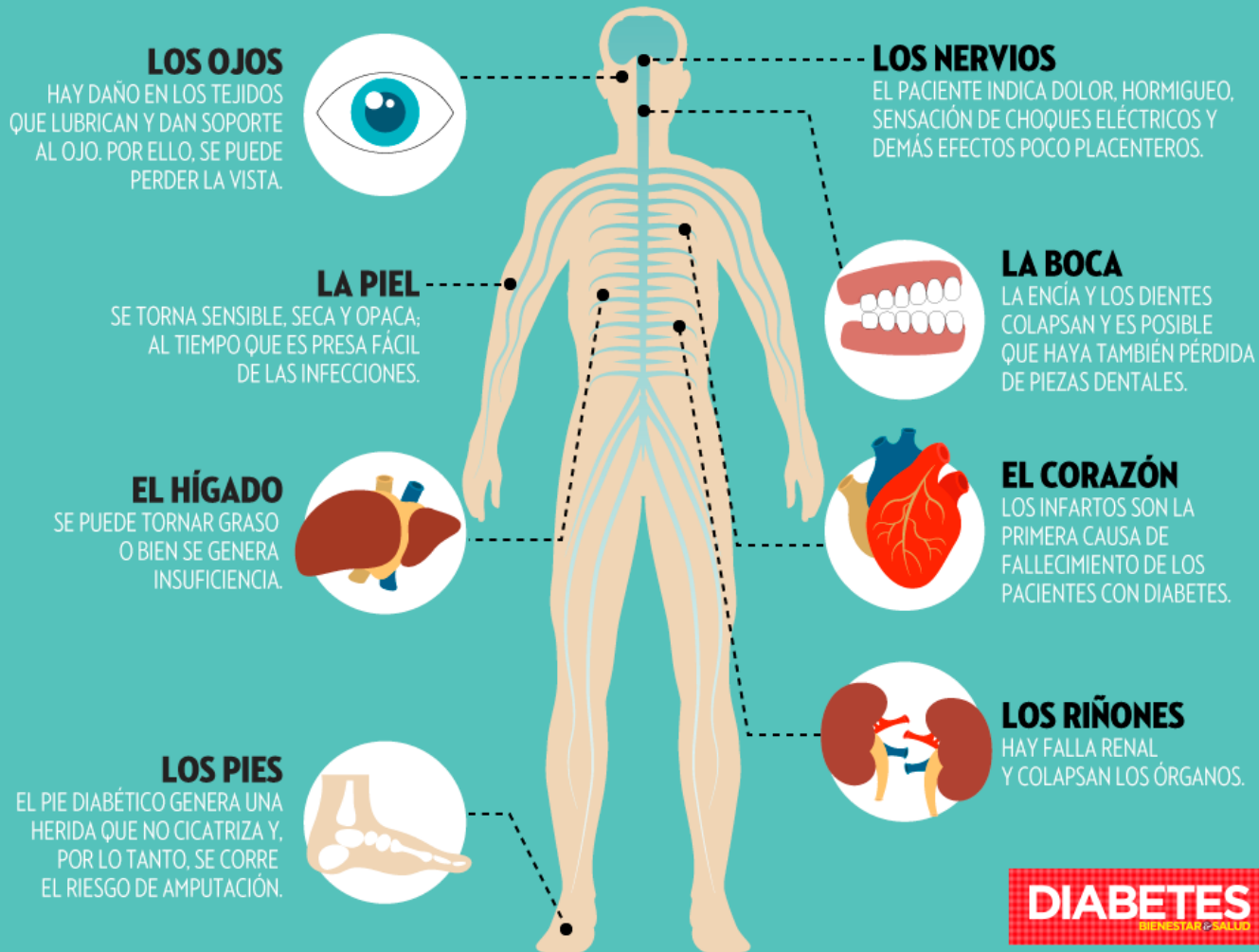
# Las Complicaciones de la Diabetes



# *Daños en el cuerpo por una*

# *Diabetes mal controlada*

5,6





¿Cómo se  
puede  
prevenir la  
diabetes?



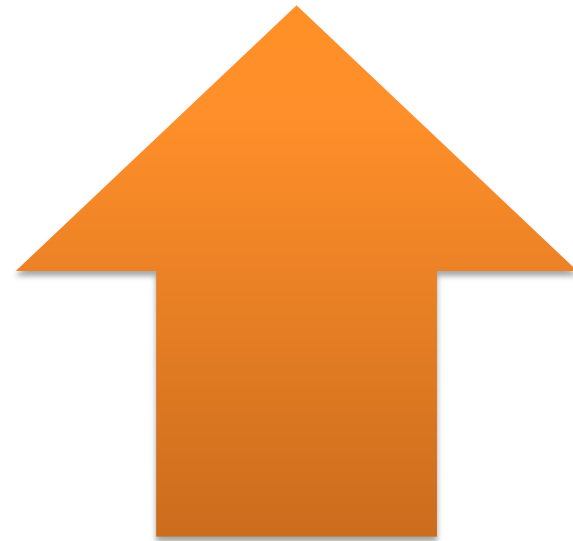
El riesgo es menor <sup>2,6</sup>  
con:

- 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? <sup>1</sup>



Las personas mayor de 45 años



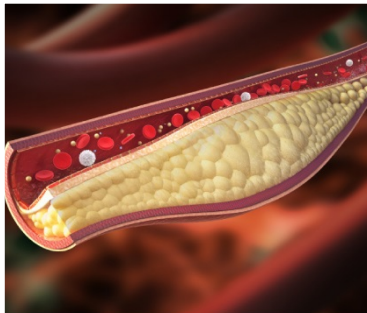
Las personas que estan de sobrepeso



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?

**TARJETA DE CONTROL  
DE LA DIABETES**

¿Está bien controlada mi diabetes? <sup>7,8</sup>

	HEMOGLOBINA GLICOSILADA	PROMEDIO DE GLUCOSA EN SANGRE
NIVEL DE RIESGO	14.0	380
	13.0	350
	12.0	315
	11.0	280
	10.0	250
	9.0	215
BUENA	8.0	180
	7.0	150
	6.0	115
	5.0	80
EXCELENTE	4.0	50



# Decisiones sobre su estilo de vida, dieta, ejercicio, y el control de peso <sup>8,9,10</sup>

Mantenimiento de niveles normales de glucosa en la sangre



Tener una dieta equilibrada saludable



Chequeos regulares con su médico o centro de atención primaria



Control de la presión arterial



Control de los niveles de colesterol



Control del peso



Ejercicio



# Conozca a su equipo de atención médica <sup>7,8</sup>

	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

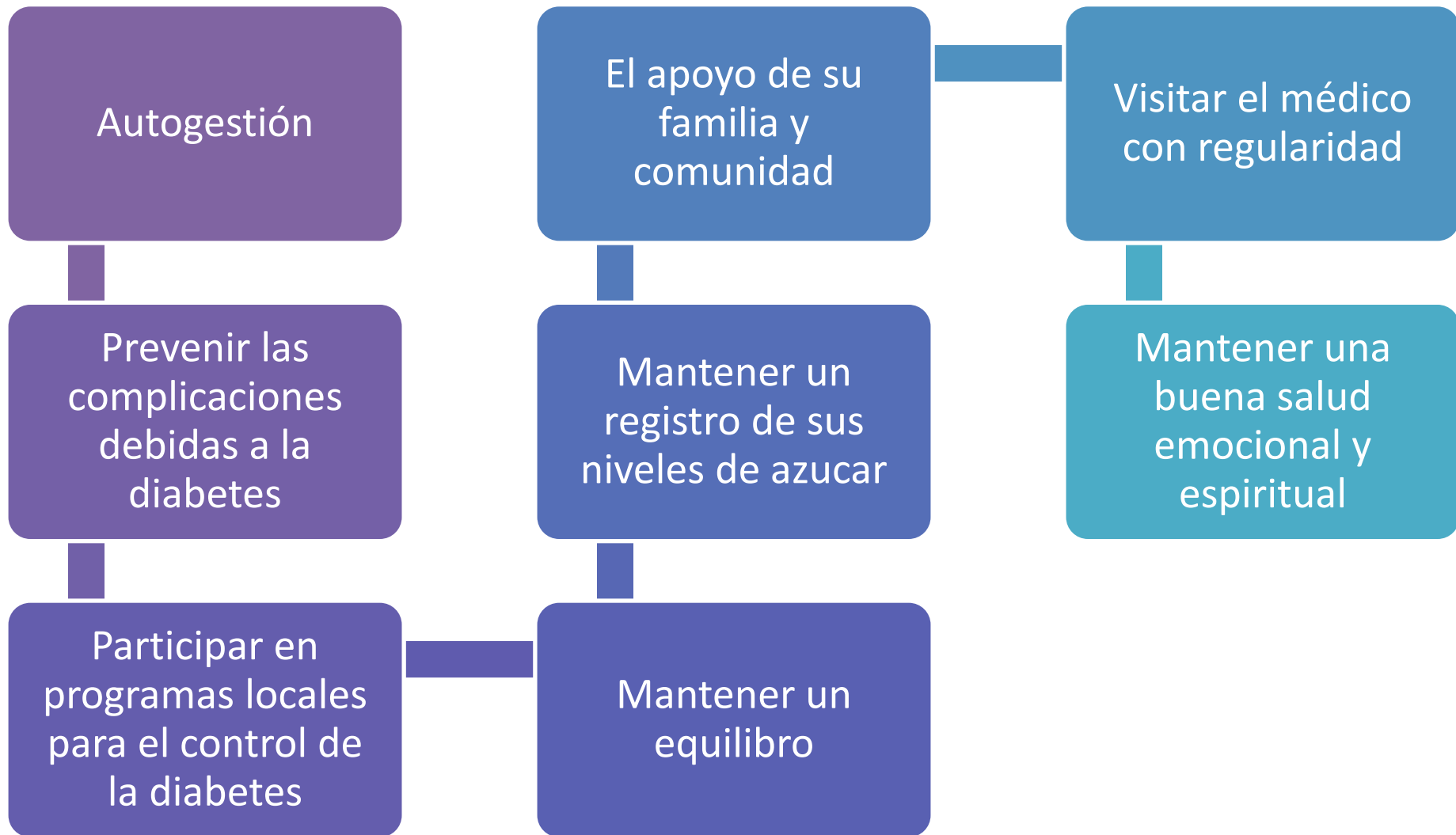
¿Qué recursos  
están disponibles  
para ayudar a los  
pacientes con  
diabetes?





Personal

# Personal





# Centro de Salud



# Centro de Salud

La  
coordinación  
de la salud

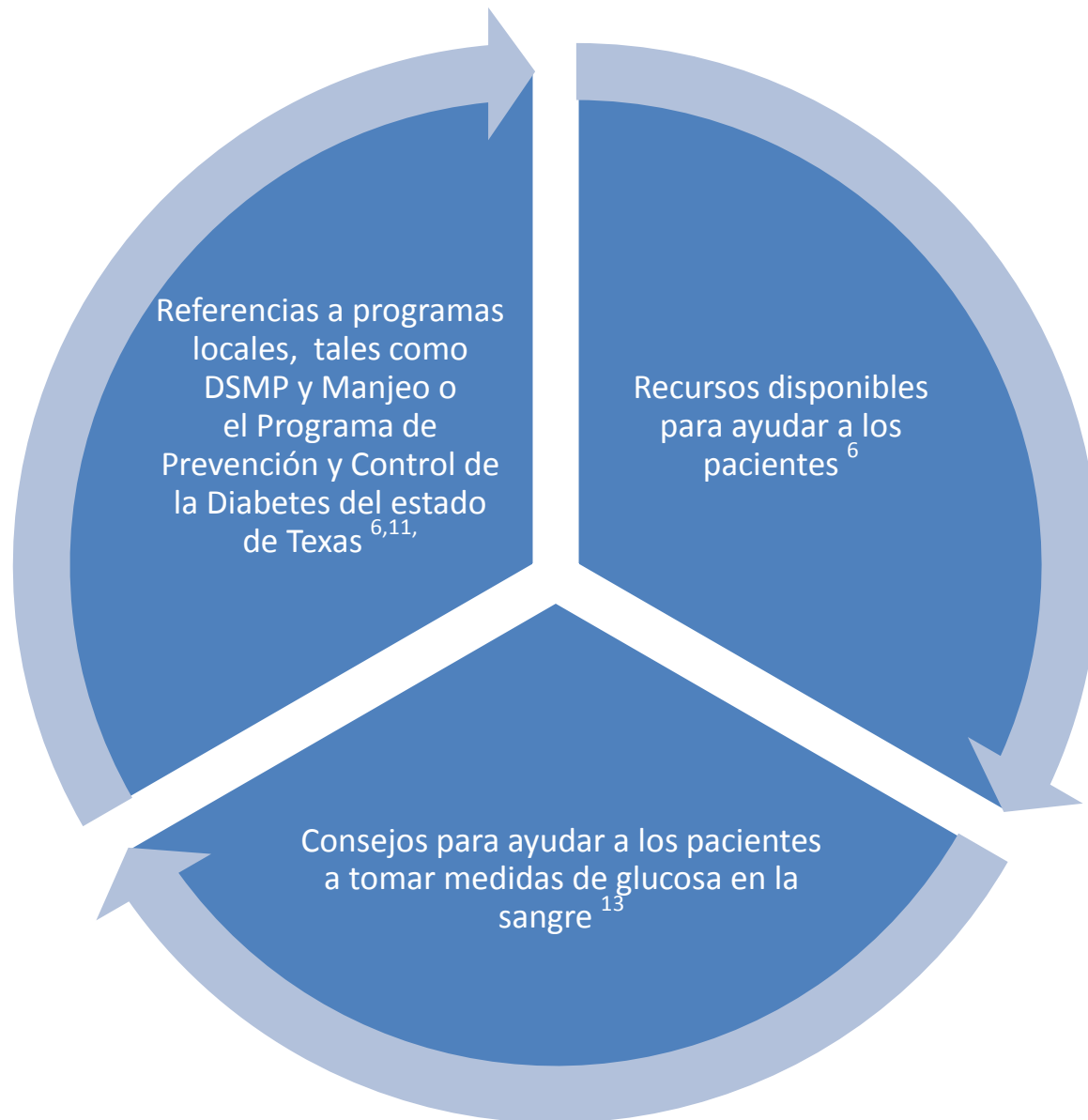
La educación

Citas de  
seguimiento

Incorporar  
ejercicio

Estrategias  
de Enfoques  
culturales y  
lingüísticas

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



# El Proyecto ECHO <sup>14</sup>



# Encuesta Posterior



# Referencias

1. <https://www.niddk.nih.gov/health-information/health-communication-programs/ndep/espanol/corro-riesgo/se-puede-prevenir/pages/diabetespreventable-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](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>