XXXI Acapulco, Gro. CONGRESO NACIONAL DE DIABETES
FEDERACIÓN MEXICANA DE DIABETES, A.C.

Federación Mexicana de Diabetes, A.C.

Asociación Mexicana de Diabetes en el Estado de Guerrero, A.C.

Cuidados del adulto mayor que vive con diabetes…

Dr. Jorge Rafael Vázquez Flores.
Geriatra.

Agenda del día…

- Clasificación del Adulto Mayor.
- Monitoreo de glucosa.
- Metas de control.
- Actividad Física.
- Terapia Ocupacional.
- Cuidando al cuidador.

XXXI Acapulco, Gro. CONGRESO NACIONAL DE DIABETES

FEDERACIÓN MEXICANA DE DIABETES, A.C.

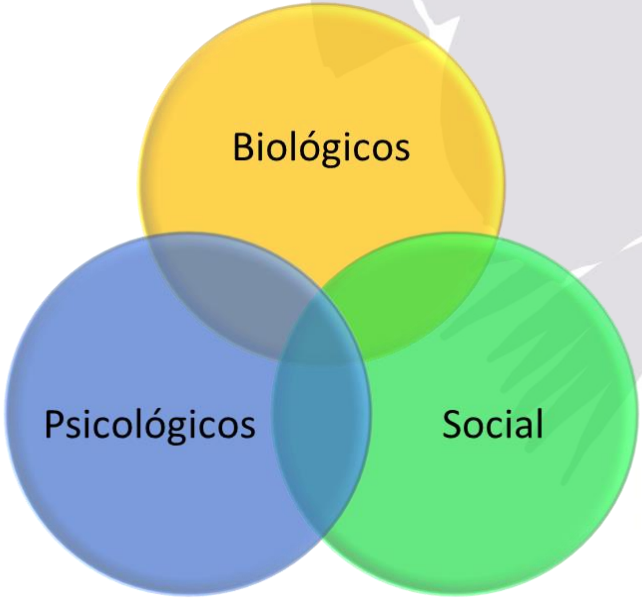
Clasificación del Adulto Mayor …

congresodediabetes.org

Acapulco, Gro. 14, 15 y 16 de Marzo 2019

Envejecimiento:

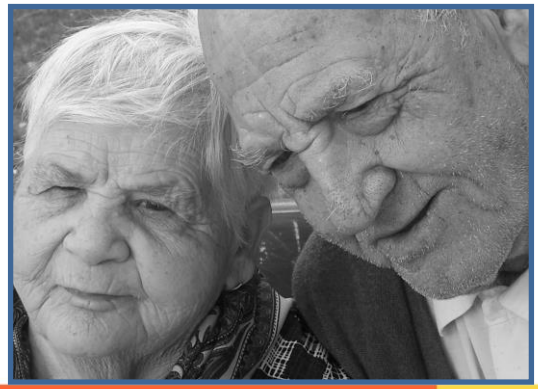
- Proceso ineludible y gradual como consecuencia de la acción del tiempo sobre los organismos vivos.
- Proceso multifactorial.
- Presentación y evolución es individual.

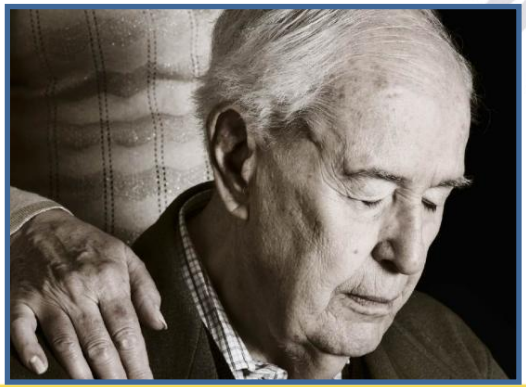


Adulto Mayor:

Personas a partir de 60 años en los países en desarrollo

Personas a partir de 65 años en los países desarollados





Clasificación del Adulto Mayor

Sano

Frágil

Geriátrico

XXXI Acapulco, Gro. CONGRESO NACIONAL DE DIABETES
FEDERACIÓN MEXICANA DE DIABETES, A.C.

Monitoreo de glucosa…

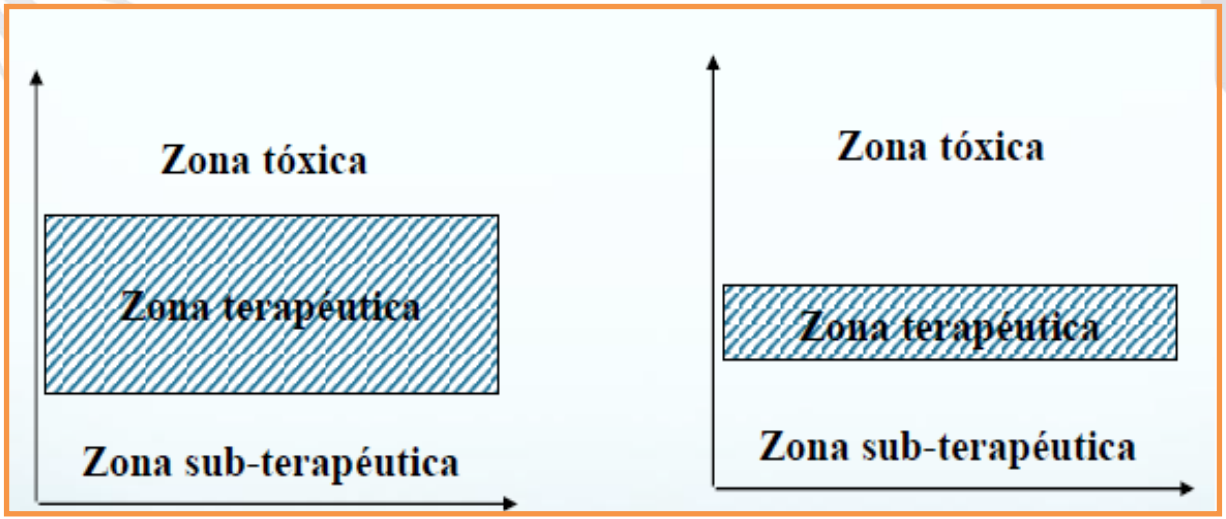
congresodediabetes.org

Acapulco, Gro. 14, 15 y 16 de Marzo 2019

Hipoglucemia:

- Entidad poco reconocida
- Uno de los aspectos más importantes a considera en el tratamiento de la diabetes
- Principal causa de complicaciones agudas
- Principal causa de suspender trapiento

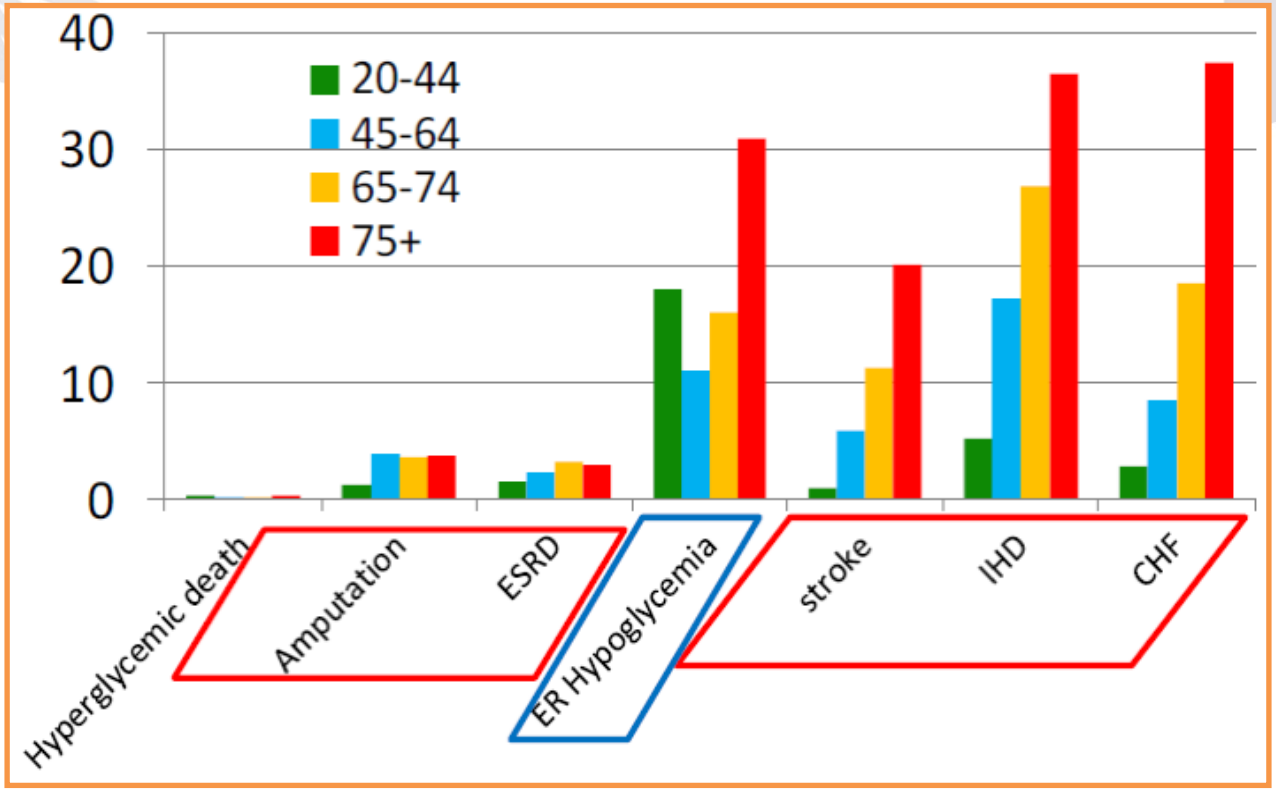
Efecto terapéutico de los medicamentos



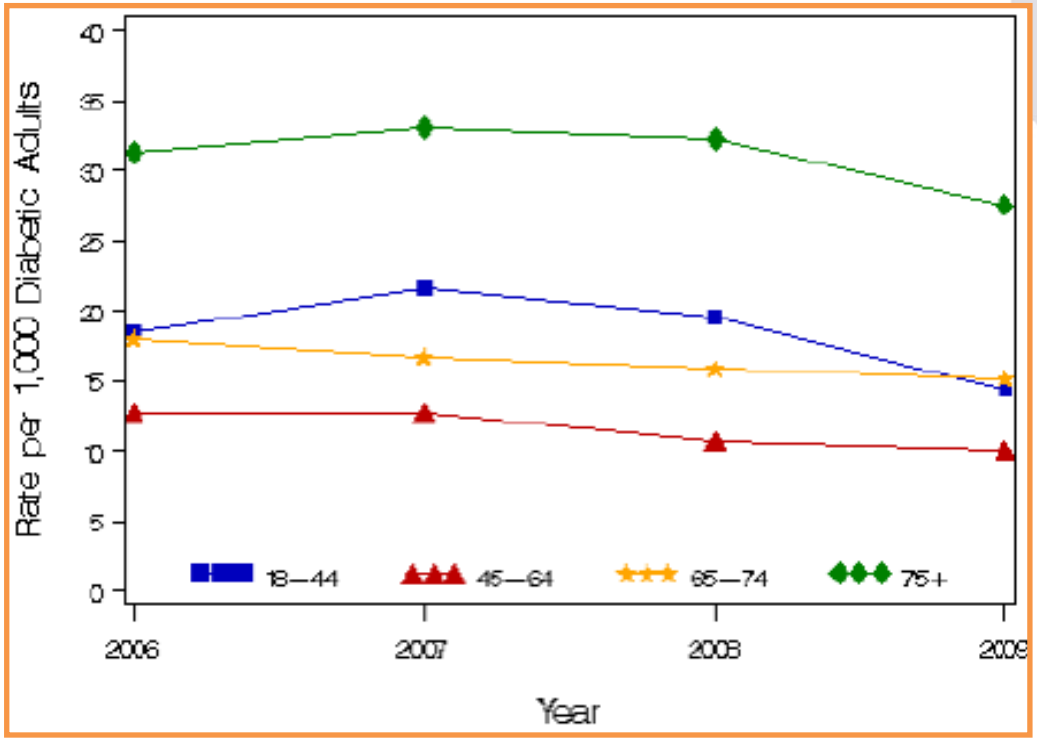
Adulto joven

Adulto Mayor

Complicaciones de la diabetes por edad



Visitas a urgencias por Hipoglucemias



Factores de riesgo para hipoglucemia

- Edad Avanzada.
- Mala red de apoyo.
- Abandono.
- Institucionalizados.
- Pobre ingesta de alimentos
- Ejercicios prolongados.
- Situación económica.

- Hospitalizaciones recientes.
- Polifarmacia.
- Medicamentos orales e insulina.
- Malnutrición.
- Enfermedad renal, hígado o corazón.
- Enfermedades de tiroides.
- Demencia y depresión.
- Inmovilidad.

Automonitoreo:

	Desayuno		Comida		Cena		
Día	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post	3am
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							

Automonitoreo:

	Desayuno		Comida		Cena		
Día	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post	3am
1	120						
2		276					
3			98				
4				298			
5					189		
6						160	
7							45
8	226	172	110	280	160	168	122

Cuando llamar a mi Geriatra

- Demasiado enfermo para comer normalmente
- Alteraciones en mi estado de alerta.
- Temperatura >37.8°C
- Diarrea aguda por mas de 6 horas.
- Glucosas menores a 80 mg/dL o mayores a 250 mg/dL.
- Descontrol agudo de glucosa.
- Problemas para respirar.
- Perdida de peso de 2.5 kg o más en 1 mes.

XXXI Acapulco, Gro. CONGRESO NACIONAL DE DIABETES
FEDERACIÓN MEXICANA DE DIABETES, A.C.

Metas de control…

congresodediabetes.org

Acapulco, Gro. 14, 15 y 16 de Marzo 2019

Individualizar el tratamiento y metas

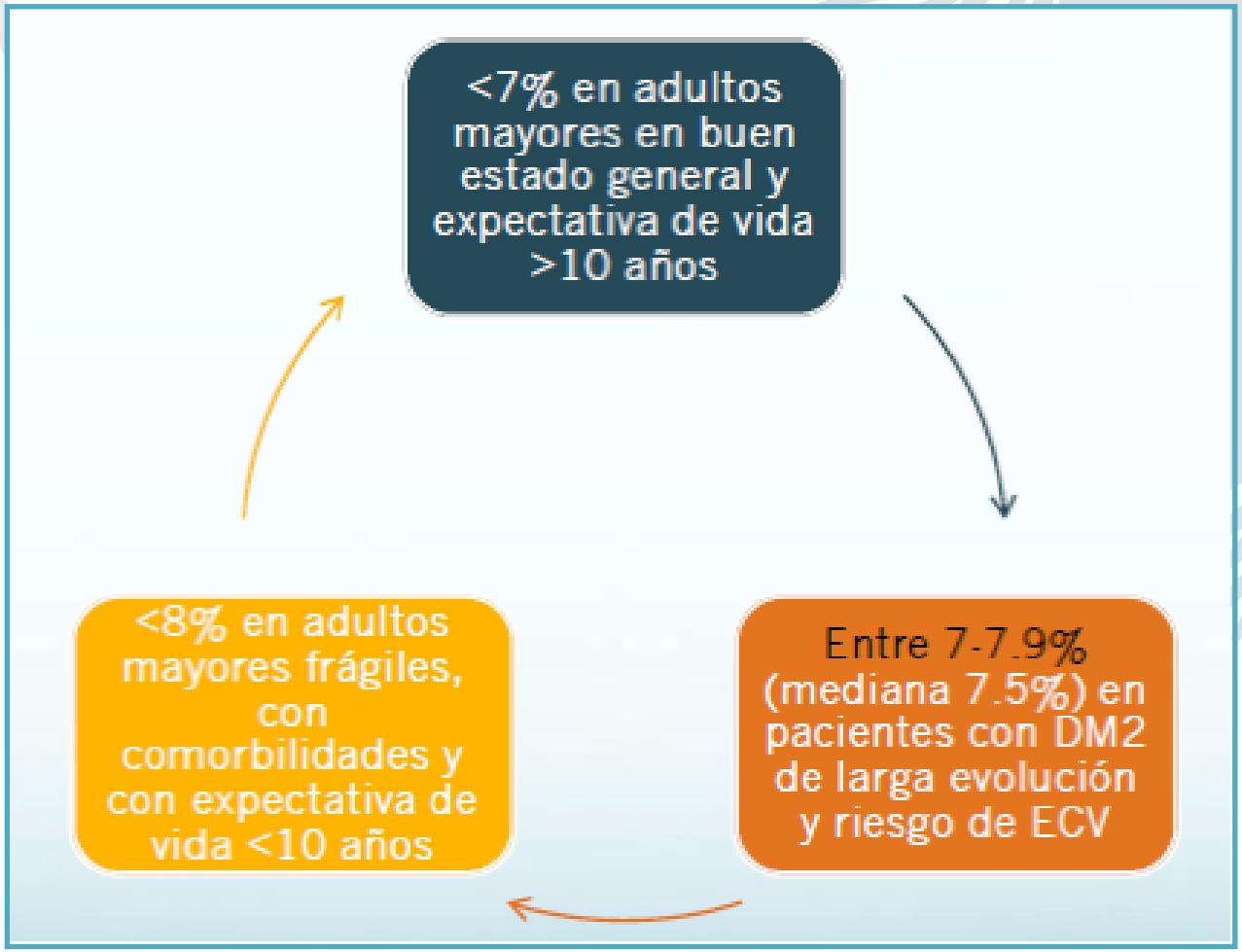
- Población heterogénea
- Manejo conjunto de la hiperglucemia y factores de riesgo
- Fragilidad
- Evitar hipoglucemia, hipotensión e interacciones debido a polifarmacia
- Auto-cuidado

Asociación	Meta de tratamiento
American Diabetes Association/ American Geriatric Society	**Sano** **- HbA1c <7.5%** - Glucosa en ayuno y preprandial: 90-130 mg/dl - Antes de dormir: 90-150 mg/dl **Frágil con enfermedades crónicas o deterioro cognitivo leve a moderado** **- HbA1c <8%** - Glucosa en ayuno y preprandial: 90-150 mg/dl - Antes de dormir: 100-180 mg/dl **Frágil con enfermedades crónicas en etapa terminal, deterioro cognitivo moderado a severo** **- HbA1c <8.5%** - Glucosa en ayuno y preprandial: 100-180 mg/dl - Antes de dormir: 110-200 mg/dl **Residentes de asilos** **- HbA1c <8.5%** - Glucosa en ayuno y preprandial: 100-180 mg/dl - Antes de dormir: 110-200 mg/dl
European Society of Cardiology/European Association for the Study of Diabetes	**HbA1c <8%**

Kirkman MS, Briscoe VJ, Clark N, et al. J Am Geriatr Soc 2012;60(12):2342–56.

Asociación	Meta de tratamiento
International Diabetes Federation	**Funcionalmente independiente:** **HbA1c ≤7.5%** **Funcionalmente dependiente:** **HbA1c ≤8.0%** **Frágil/demencia:** **HbA1c ≤8.5%**
International Association of Gerontology and Geriatrics/European Diabetes Working Party for Older People/International Task Force of Experts in Diabetes	**Sanos:** **HbA1c ≤7.5%** **Frágiles (con comorbilidades, funcionalmente dependientes, enfermedades multisistémicas, en asilos, con demencia):** **HbA1c ≤8.5%**

International Diabetes Federation Global Guideline for Managing Older People with Type 2 Diabetes. 2013. Available at: http://www.idf.org/guidelines/managing-olderpeople-type-2-diabetes.


<7% en adultos mayores en buen estado general y expectativa de vida >10 años
Entre 7-7.9% (mediana 7.5%) en pacientes con DM2 de larga evolución y riesgo de ECV
<8% en adultos mayores frágiles, con comorbilidades y con expectativa de vida <10 años

XXXI Acapulco, Gro. CONGRESO NACIONAL DE DIABETES
FEDERACIÓN MEXICANA DE DIABETES, A.C.

Actividad Física…

congresodediabetes.org

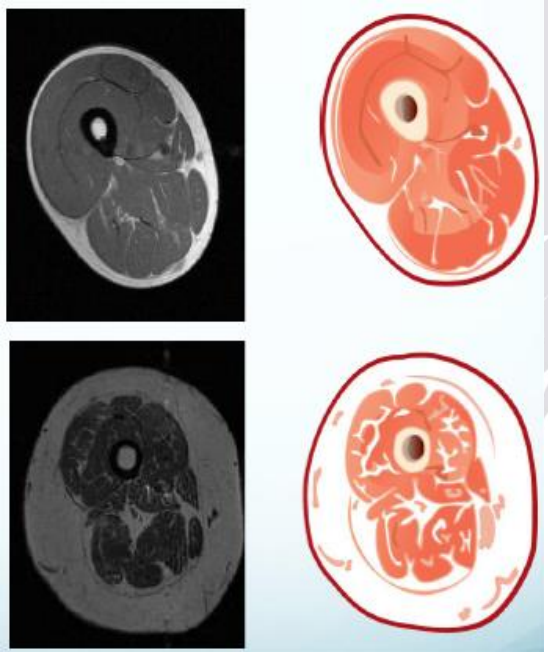
Acapulco, Gro. 14, 15 y 16 de Marzo 2019

- Adultos mayores con diabetes experimentan una perdida acelerada de la fuerza de extremidades inferiores y de la calidad muscular.

- Infiltración de grasa al músculo.

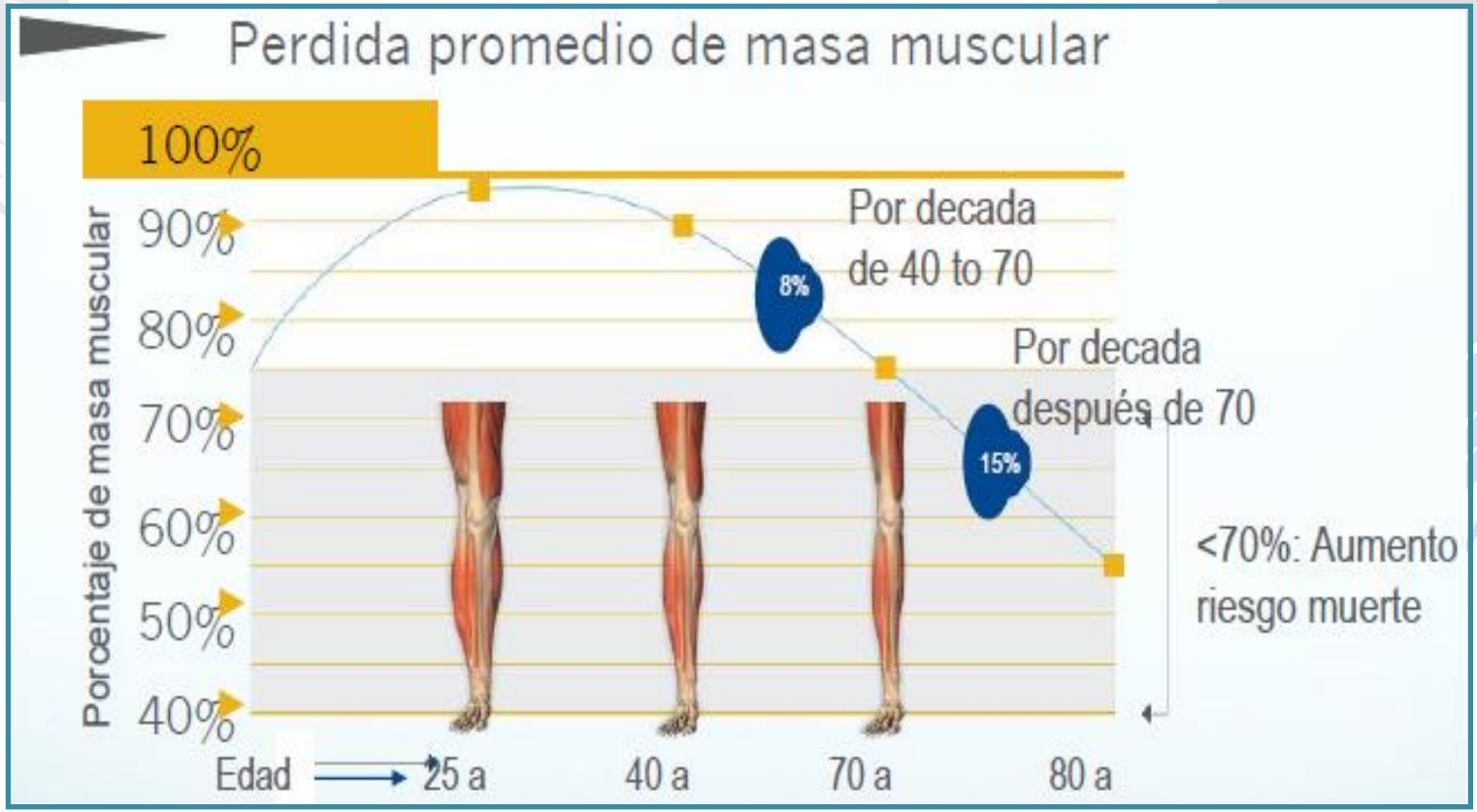
- Afectación de los nervios.

- Desequilibrio:
- Formación ------- Destrucción



Neuropatia Periférica (NP)
50–70% AM con DM tienen NP
Inestabilidad Postural
Problemas de balance
Atrofia Muscular
Actividad Limitada
Desacondicionamiento
Incremento de Caidas

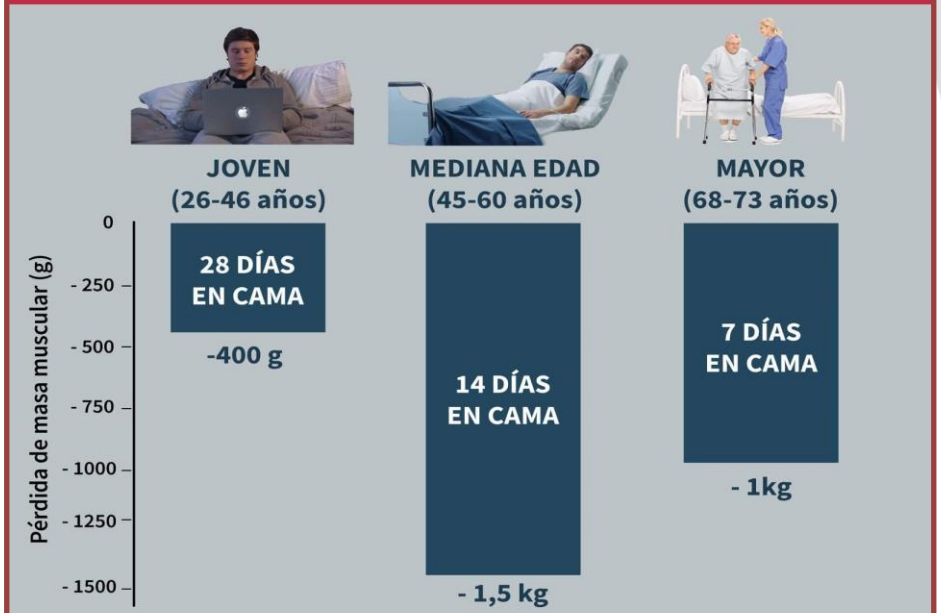
Sarcopenia:


Perdida promedio de masa muscular
100%
90%
80%
70%
60%
50%
40%
Porcentaje de masa muscular
Por decada
de 40 to 70
8%
Por decada
después de 70
15%
<70%: Aumento
riesgo muerte
Edad
25 a
40 a
70 a
80 a

INACTIVIDAD FÍSICA Y REPOSO EN CAMA

fissac.com

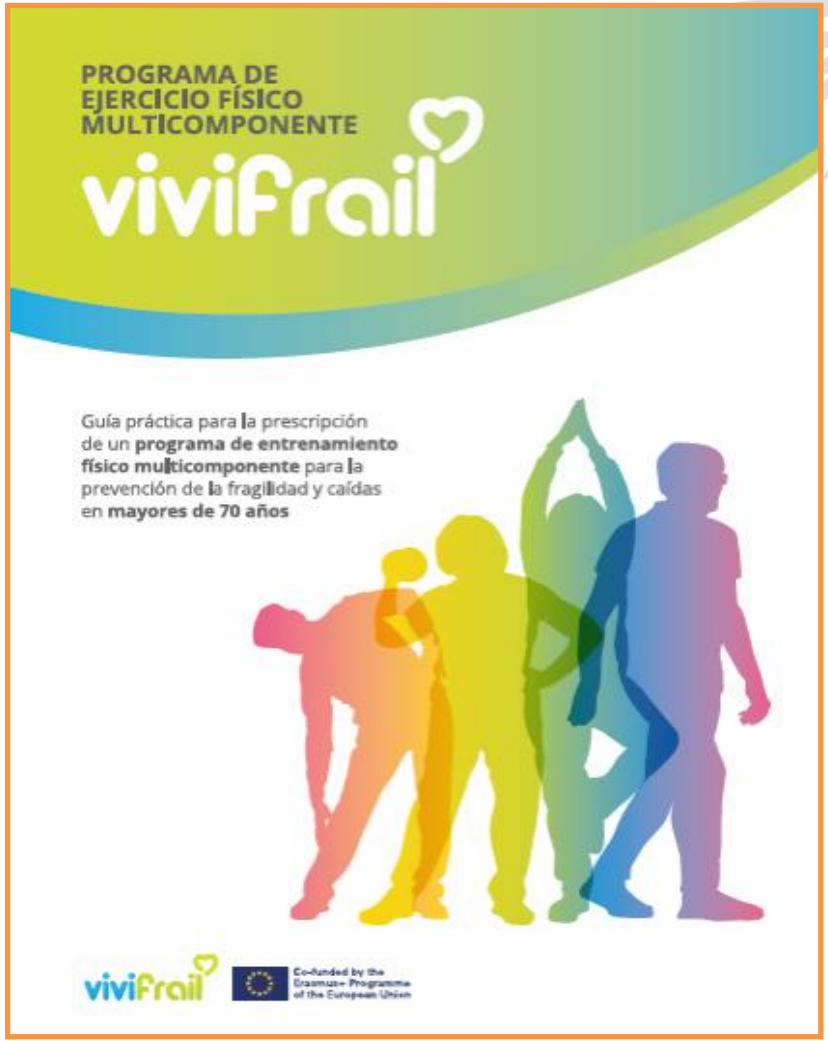
PÉRDIDA DE MASA MUSCULAR



Paddon-Jones, Douglas, et al. The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism, 2004
English, Kirk L., et al. The American journal of clinical nutrition, 2015
Arentson-Lantz, Emily, et al. Journal of aging and physical activity, 2018

fissac.com

diseño & edición
ACG
adrián castillo garcía


PROGRAMA DE
EJERCICIO FÍSICO
MULTICOMPONENTE
vivifrail
Guía práctica para la prescripción de un programa de entrenamiento físico multicomponente para la prevención de la fragilidad y caídas en mayores de 70 años
vivifrail
Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

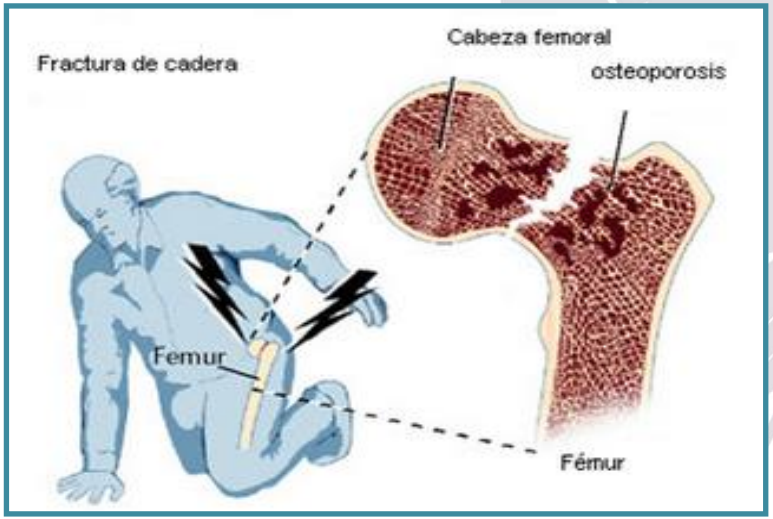
Ejercicios recomendados:

Ejercicios recomendados:

La caminata en mi Cuerpo:

La caminata en mi Cuerpo:

Caídas



Fractura de cadera

XXXI Acapulco, Gro. CONGRESO NACIONAL DE DIABETES
FEDERACIÓN MEXICANA DE DIABETES, A.C.

Terapia Ocupacional…

congresodediabetes.org

Acapulco, Gro. 14, 15 y 16 de Marzo 2019

La diabetes es un factor de riesgo para demencia.

Enf. Alzheimer

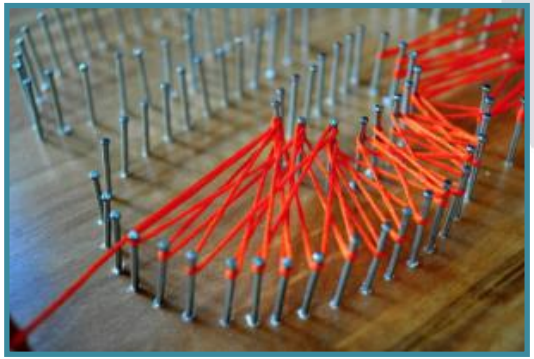
2 veces mas riesgo

Demencia Vascular

3 veces mas riesgo

XXXI Acapulco, Gro. CONGRESO NACIONAL DE DIABETES
FEDERACIÓN MEXICANA DE DIABETES, A.C.

Actividades el taller



XXXI Acapulco, Gro.

CONGRESO NACIONAL DE DIABETES

FEDERACIÓN MEXICANA DE DIABETES, A.C.

Disfruten su taller…..

La información contenida en este documento pertenece a FEDERACIÓN MEXICANA DE DIABETES, A.C. Este documento y toda la información relacionada con el mismo es CONFIDENCIAL, por lo que no podrá ser compartido y/o divulgado a otras personas físicas y/o morales sin autorización por escrito de FEDERACIÓN MEXICANA DE DIABETES, A.C.