

LA FAMILIA EN EL CONTROL DE LA DIABETES



Claudio Santana Román

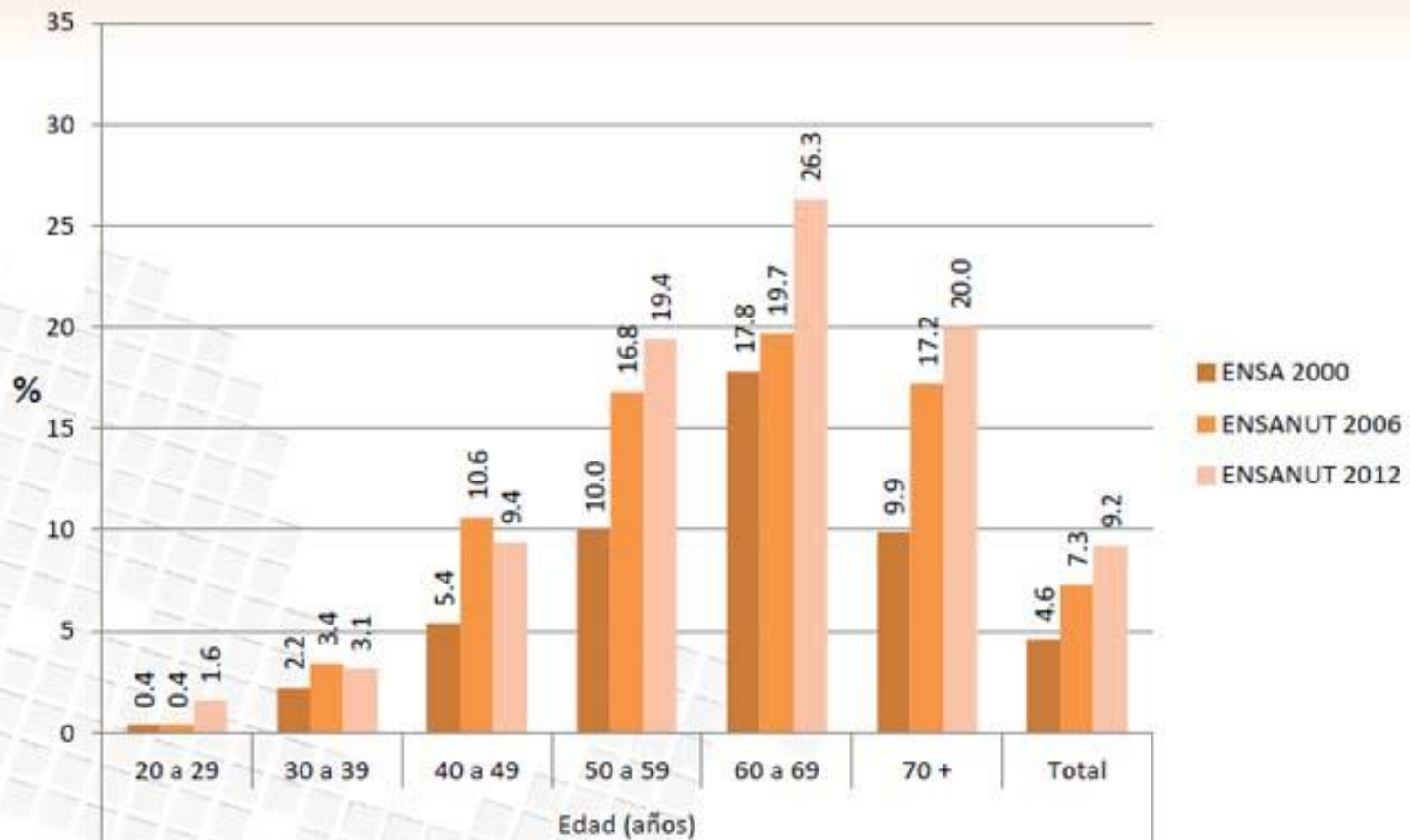
Acapulco Guerrero 15 de marzo 2019

La orientación familiar es un componente muy importante en el proceso de la prevención y tratamiento de la diabetes.

Objetivo:

- **Promover** la participación familiar en el control de la persona que vive con diabetes.
- Optimizar los recursos familiares, en el buen control del miembro familiar que vive con diabetes.
- La prevalencia en México es del 9.4 % en adultos.
- En México hay más de 10 millones de personas con diabetes y de estas:
- Sólo un 6 % se aplican insulina para su control.

Prevalencia de diabetes en adultos por diagnóstico previo en Encuestas Nacionales de Salud



Razón prevalencias	20 a 29	30 a 39	40 a 49	50 a 59	60 a 69	70 +	Total
2000 vs. 2006	1.0	1.5	2.0	1.7	1.1	1.7	1.6
2006 vs. 2012	4.0	0.9	0.9	1.2	1.3	1.2	1.3
2000 vs. 2012	4.0	1.4	1.7	1.9	1.5	2.0	2.0

¿QUÉ ES LA DIABETES?

¿QUIÉN PUEDE DESARROLLAR DIABETES?

- Cualquier persona puede desarrollar diabetes, la edad para su aparición tiende a ser menor en las nuevas generaciones sin importar el sexo, incluso en menores de edad, en etapa infantil y en la adolescencia.

¿CÓMO PUEDO SABER SI TENGO DIABETES?

- Conociendo sus diferentes factores de riesgo.
- Quienes tienen antecedentes familiares de diabetes.
- Hábitos inadecuados de su alimentación.
- Sedentarismo.
- Sintomatología relacionada con al diabetes.

DIAGNÓSTICO

Valores normales de glucosa

En ayuno o antes de comer

Entre 70 – 100 mg/dl

**2 horas después de comer (a partir
del primer bocado)**

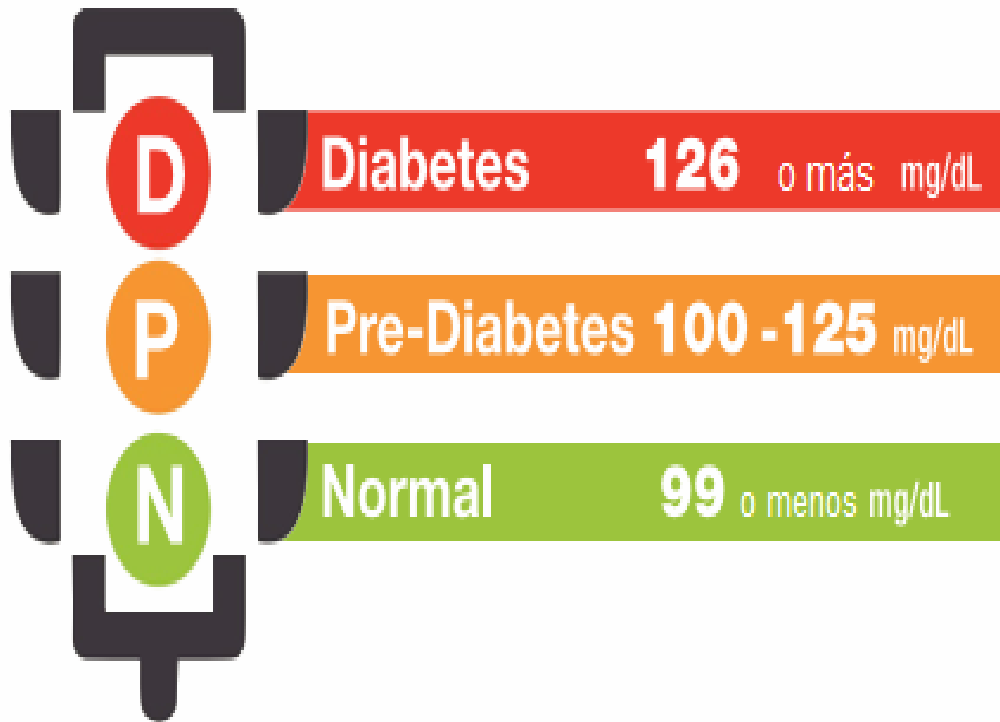
menor a 140 mg/dl

DIAGNÓSTICO

Existen 3 caminos para detectar la diabetes:

1. **En ayuno** Igual o más de 126 mg/dl.
2. **Postprandial** (2 horas después de una carga oral de glucosa)
Igual o más de 200 mg/dl.
3. **Casual** (a cualquier hora del día y acompañada de síntomas)
Igual o más de 200 mg/dl

¿PRE-DIABETES?



PRE-DIABETES O GLUCOSA ALTERADA EN AYUNO:

Se caracteriza por **elevación** anormal de la **glucosa** sanguínea pero sin alcanzar los valores diagnósticos de diabetes.

Y al realizar la prueba de tolerancia oral a la glucosa es **menor a 140 mg/dL.**

La Familia

La persona que vive con diabetes, requiere de la participación activa de la familia para su control.

Lo anterior genera cambios positivo en la dinámica y funcionalidad familiar.

LA DIABETES ES MULTIFACTORIAL

Se requiere modificar los factores de riesgo.

- Nuestro material genético.

Bases de la familia en la salud.

Noviazgo



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

congresodediabetes.org

Bases de la familia en la salud

◆ Fecundación



◆ Durante la fase neonatal



Desde el día del nacimiento es importante que los padres demuestren al bebe todo su afecto a través del contacto físico

Durante el 1er mes de la vida de un bebe los padres deben realizar un importante esfuerzo para adaptar sus horarios a las necesidades del nuevo miembro de la familia



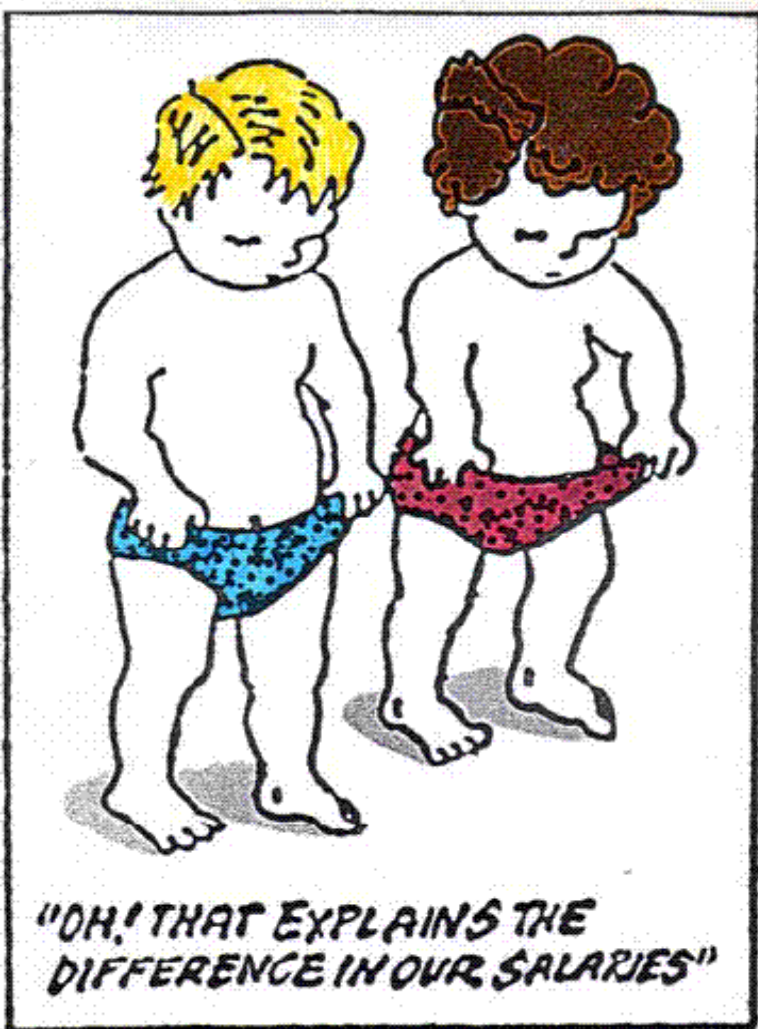
Bases de la familia en la salud

◆ La infancia

Desarrollo de la personalidad



◆ Desigualdad entre hombres y mujeres.



"Oh! eso explica la diferencia en nuestros salarios"



Bases de la familia en la salud

La calidad de vida es importante en las diferentes etapas de la vida.

- para el bienestar inmediato
- para la salud
- Para el desarrollo posterior.

Bases de la familia en la salud

Históricamente, la familia sus formas y funciones son condicionadas por:

- ✧ El carácter.
- ✧ las relaciones sociales en su conjunto.
- ✧ el nivel de desarrollo cultural de la sociedad.

La familia es un mediador entre el individuo y la sociedad.

Los individuos pertenecen a distintos grupos.

Pero solo a la familia le interesa el individuo en su totalidad en todas las facetas de su vida.

Las organizaciones políticas, la iglesia, la escuela, los amigos, se limitan a una sola faceta.

Para que la interacción entre los miembros de una familia sea la mejor posible:

- El sistema familiar será capaz de:
 - Estar unido como grupo.
 - Enfrentar las crisis.
 - permitir el crecimiento individual de sus miembros.
 - permitir el intercambio o interacción entre ellos.
 - Respetar la autonomía y el espacio del otro.
 - La comunicación deberá ser clara y directa.
 - Las funciones de sus miembros estarán bien establecidas.

Consejos para apoyar las personas que viven con diabetes.

Busque información sobre diabetes ahora mismo.

Hagan cambios juntos.

Fijen metas cortas alcanzables.

Colabore con el equipo multidisciplinario de salud.

Registro de mis cuidados para la diabetes

**Azúcar en la sangre (A1C) –
Por lo menos dos veces al año**

Mi meta: _____

Fecha

Resultado

Presión arterial – En cada visita médica

Mi meta: _____

Fecha

Resultado

Colesterol – Una vez al año

Mi meta: _____

Fecha

Resultado

En cada visita	Fecha	Resultado
Chequeo de los pies		
Revisión del plan de auto monitoreo		
Chequeo del peso		
Revisión de los medicamentos		
Una vez al año	Fecha	Resultado
Examen dental		
Examen completo de los ojos con dilatación de las pupilas		
Vacuna contra la gripe o influenza		
Por lo menos una vez	Fecha	Resultado
Vacuna contra la (neumonía)		
Vacuna contra la hepatitis B		

¡Gracias!