

Nombre del alumno:

Nuria Jesabel Ramirez Pascacio

Nombre del profesor:

Doc. Cindy de los Santos Candelaria

Licenciatura:

Enfermería

Materia:

Patología de Adulto

Nombre del trabajo:

Ensayo del tema:

“Adecuado control y cuidados del paciente diabético”

ADECUADO CONTROL Y CUIDADOS DEL PACIENTE DIABÉTICO.

La diabetes es una enfermedad ocasionada por la incapacidad del páncreas para producir insulina en cantidades suficientes, o bien, por utilización ineficaz de la misma en el organismo. La insulina es una hormona producida en el páncreas que regula el azúcar en la sangre, aportándonos la energía para vivir. Si la insulina no puede llegar a las células para convertirse en energía, el azúcar se acumula en la sangre hasta alcanzar niveles perjudiciales.

Algunas complicaciones dentro de la diabetes es no poder controlar la hiperglucemia (aumento del azúcar en la sangre) que con el tiempo puede poner en peligro a los órganos principales del cuerpo. La diabetes puede ocasionar enfermedades cardiovasculares como infartos y/o embolias, también ceguera, insuficiencia renal crónica, IAM, retinopatía diabética, neuropatía diabética, pie diabético y amputación a consecuencia de infecciones e impotencia. Según las previsiones de la Organización Mundial de la Salud (OMS), la diabetes será la séptima causa de muerte para el 2030.

Existen cuatro tipos de diabetes: Diabetes Mellitus tipo 1, Diabetes Mellitus tipo 2, Diabetes gestacional y Tipos específicos de Diabetes. Actualmente, la DIABETES MELLITUS TIPO 2 representa cerca del 90% de los casos a nivel mundial y es ocasionada por la utilización ineficaz de la insulina. Hasta hace poco, este tipo de diabetes solo se observaba en adultos, pero se ha incrementado su presencia en niños y adolescentes.

La manifestación clínica dentro de la enfermedad de la diabetes tipo 2 llegan a desarrollar lentamente, incluso se puede llegar a tenerlo por muchos años sin ni siquiera saberlo. Algunos de los signos y síntomas son los siguientes: aumento de la sed, necesidad de orinar a menudo, aumento del apetito, pérdida de peso involuntaria, fatiga, visión borrosa, llagas que tardan en sanar, infecciones frecuentes y zonas de piel oscurecida, habitualmente en axilas y cuello.

Los factores que aumentan el riesgo a padecer diabetes de tipo 2 son:

- **Peso:** es factor principal, pero no tienes que tener exceso de peso para tener diabetes tipo 2.
- **Distribución de la grasa:** cuando almacenas grasa en el abdomen.
- **Inactividad:** la actividad física ayuda a controlar el peso.
- **Antecedentes familiares:** el riesgo aumenta cuando familiares cercanos tienen esta enfermedad.
- **Raza.** Los afroamericanos, hispana, indoamericana y asiaticoamericana tiene mayor riesgo.
- **Edad:** el riesgo aumenta a medida que envejeces, ya que las personas adultas tienen menor ejercicio, pero como lo mencione en un principio últimamente han estado padeciendo los niños, adolescentes y jóvenes adultos.
- **Prediabetes:** la prediabetes es un trastorno en el cual el nivel de azúcar en sangre es alto.

- Diabetes gestacional: si la mujer embarazada tuvo diabetes gestacional aumenta el riesgo.

Para poder identificar la diabetes se utilizan métodos diagnósticos con los cuales se pueden llegar a evaluar los niveles de glucemia. Para poder diagnosticar esta enfermedad aparte de la manifestación clínica, existen también estudios de laboratorio que nos pueden dar a conocer valores de la glucosa que se encuentra en nuestro cuerpo, estos valores son los siguientes:

La glucosa anormal de ayuno: se refiere al hallazgo de concentración de glucosa en ayuno, por arriba del valor normal (>100 mg/dl); pero, por debajo del valor necesario para diagnosticar la diabetes (<126 mg/dl).

Glucosa posprandial: presencia de la concentración de glucosa capilar 2 horas después de la ingesta de alimento, inicia desde el momento de ingerir el primer bocado (140 mg/dl).

Intolerancia a la glucosa: hallazgo de concentración elevada de glucosa plasmáticas, 2 horas después de tomar una carga de 75 g de glucosa en agua, por arriba del valor normal (140 mg/dl); pero por debajo del valor necesario para diagnosticar diabetes (<200 mg/dl.)

La diabetes no se llega a curar, sin embargo se puede llegar a controlar y más que nada prevenir. Algunas formas de prevención y control de esta enfermedad son las siguientes: controlar el peso corporal en niveles saludables, realizar actividad física, llevar una dieta sana y balanceada, evitar fumar, evitar el abuso del alcohol. Las opciones de una vida saludable ayuda a evitar la diabetes tipo 2, incluso cuando ya se ha recibido el diagnóstico es bueno tener la alternativa de una vida saludable para evitar complicaciones. Es importante también monitoreos constantes de los niveles de glucosa y seguir el tratamiento prescrito, se sabe que aunque se tomen los medicamentos, las opciones de estilo de vida saludables siguen siendo esenciales para prevenir o controlar la diabetes.

Algunas metas de control dentro de la diabetes son las siguientes:

Glucemia preprandial: en 80.130 mg/dl

Glucemia postprandial: <180 mg/dl

HbA1c: $<7\%$

Colesterol: <200 mg%dl

Triglicéridos: <150 mg/dl

HDL: >40 mg/dl en mujeres y >50 mg/dl en hombres

Presión arterial: $<140/90$ mmHg

Como profesionales de la salud se nos es encomendado participar dentro del cuidado y la atención a las personas con los problemas de salud, por ello; para poder enfrentar esta enfermedad crónica que es la diabetes, debemos de empezar con la prevención primaria que está dedicado especialmente a la promoción a la salud, donde se implementan mejores estilos de vida, que incluyen una buena

alimentación y el ejercicio. Los enfermeros junto con otros profesionales, es nuestro deber realizar campañas para enfrentar esta enfermedad y hacerle saber a la población, lo que causa la diabetes y las complicaciones graves que ocurren en esta enfermedad. Ahora bien cuando la enfermedad ya se encuentra dentro de las personas, es importante recordales el control estricto respecto a sus medicamentos y el chequeo de su glucosa, la asistencia al médico es importante para llevar un buen control. Cuando llegan a ocurrir las complicaciones, enfermería tiene la habilidad y el conocimiento para poder intervenir con las curaciones necesarias y así mejorar la calidad de vida del paciente.

BIBLIOGRAFÍAS:

- GPC. Intervenciones de Enfermería para la Prevención de Complicaciones Crónicas en pacientes con Diabetes Mellitus en el Primer Nivel de Atención
- GPC. Tratamiento de la Diabetes Mellitus Tipo 2 en el Primer Nivel de Atención. Guía de referencia rápida
- GPC. Tratamiento de la Diabetes Mellitus Tipo 2 en el Primer Nivel de Atención. Evidencias y recomendaciones.
- <https://www.mayoclinic.org>