

**Nombre del alumno:**

Jennifer Jamilet Ventura Hernández

**Nombre del profesor:**

Dra. Cindy Lizeth De Los Santos Candelaria

**Cuatrimestre:**

6to cuatrimestre “enfermería” Semiescolarizado

**Grupo:**

“A”

**Materia:**

Patología del adulto

**Nombre del trabajo:**

Ensayo del tema:

“Adecuado control y cuidados del paciente”

Frontera Comalapa, Chiapas a 23 de mayo del 2020.

## ADECUADO CONTROL Y CUIDADOS DEL PACIENTE

Hablaremos de un tema muy interesante acerca de la diabetes mellitus tipo 2 en la cual definimos que es un trastorno que afecta la manera en la que nuestro cuerpo procesa la producción de insulina ya que eso causa que los niveles de la glucosa en la sangre se eleven, así mismo también hablaremos de los factores de riesgo ya que son lo que pueden aumentar a que padezcamos a tener diabetes mellitus tipo 2 las cuales son: herencia, tabaquismo, alcoholismo, edad, sobrepeso, distribución de grasa, ovario poliquístico, etc. Concentrándonos en el factor de herencia si algunos de nuestros familiares como mamá, papá, abuelos, nosotros al venir de la familia podemos traer la enfermedad, es por eso que debemos de cuidarnos más para que en nuestro cuerpo no se desarrolle, así mismo hablaremos del tabaquismo deberían tener más cuidado porque nos dice que son más probables a tener esta enfermedad, en caso de ya tener la enfermedad de diabetes mellitus tipo 2 nos dice que si aún siguen fumando puede llevarlos a problemas graves como problemas cardiacos, mala circulación de la sangre, etc.

A continuación trataremos del siguiente factor que es el alcoholismo como sabemos muy bien su principal causa es afectar al hígado es así como también están propensos a tener la enfermedad porque el hígado libera glucosa para mantener los niveles de azúcar en sangre y cuando la persona toma nos dice que el hígado tiene que descomponer en ese instante es donde bajan los niveles de glucosa por eso es necesario dejar el alcohol y llevar una vida sana, retomando el siguiente factor que es la edad nos menciona que al cumplir la edad de 45 años aumenta la posibilidad de tener diabetes mellitus tipo 2 ya que sucede porque están escasos en realizar actividades físicas, el siguiente factor es el sobrepeso nos menciona que debemos de tener mucho cuidado en nuestra alimentación en lo que son las comidas chatarras como hamburguesas, tortas, etc. De igual manera con las bebidas que no podamos tomar como los refrescos, aguas artificiales deberíamos de evitarlas y llevar una buena alimentación consumiendo lo que son frutas y verduras y con las bebidas tomar jugos de frutas para que así no estemos propensos a la enfermedad de diabetes mellitus tipo 2, de igual manera hablaremos de otro factor que es la distribución de grasa nos menciona que si almacenan más en el abdomen tienen un mayor riesgo de estar propensos a la enfermedad, culminando con el último factor de riesgo que es ovario poliquístico nos retracta que nosotras para las mujeres es una enfermedad muy conocida ya que son los periodos menstruales irregulares y eso hace que tengamos riesgo de diabetes mellitus tipo 2.

Empezaremos hablar sobre los métodos de diagnósticos, nos explica que podemos realizar la prueba de la hemoglobina glicosilada gracias a esto podemos saber cómo están nuestros niveles de azúcar en la sangre es necesario realizar para saber si tenemos la enfermedad de diabetes mellitus tipo 2 si en la prueba un nivel de A1C sale con un porcentaje de 6,5 en dos análisis nos marca que tenemos diabetes. Así mismo también existe el otro método de diagnóstico, realizarnos exámenes de azúcar en la sangre donde nos menciona que si en el examen indica su nivel de azúcar en sangre de 200mg/dl o superior nos indica la probabilidad de diabetes mellitus tipo 2.

Mencionaremos algunos síntomas de la diabetes mellitus tipo 2 en los adultos mayores nos dice que son de aparición tardía las cuales son: fatiga, letargia, somnolencia, pérdida de peso, incontinencia urinaria, etc. De acuerdo con los niveles que tenemos que controlar nos menciona sus cifras y son: colesterol < 200mg/dl, triglicéridos < 150mg/dl la razón por la cual nos dice que las medidas no farmacológicas son muy importantes como la farmacológicas para alcanzar las metas de revertir cuando algún paciente está en esas cifras.

A continuación, hablaremos del papel que juega un enfermero en los pacientes diabéticos sabemos muy bien que como enfermeros debemos de dar una buena atención a los pacientes en todo momento y debemos de estar pendiente de lo pacientes para prevenir nefropatía diabética el principal factor es tener controlado lo que es la glucemia deberían de comer cereales y también debemos tener controlado la hipertensión arterial, debemos recomendar que coman frutas y verduras, los pacientes deben reducir el consumo de sodio para los alimentos de igual manera reducir comidas enlatadas.

Así mismo también con el cuidado del pie diabético nos menciona que debemos estar al pendiente de acuerdo el nivel de riesgo que se encuentre el paciente, si esta en bajo riesgo se recomienda revisar anualmente, si el paciente se encuentra en riesgo moderado la revisión debe de ser de 3-6 meses y si lo pacientes están en alto riesgo la revisión debe hacerse de 1-3 meses. Por eso cuando se nos presente un paciente con pie diabético hay que estar revisándolo para realizarle el lavado de la herida y volverle a cambiar las gasas y las vendas. Así mismo también como enfermeros deben tener más vigilados a los pacientes con edad de > 70 años que tienen problemas de visión, fumadores, esa debe ser nuestra prioridad para atenderlos y cuidarlos. Debemos de apoyarlos con los cuidados de la higiene de la herida y darles información sobre los factores de riesgo del desarrollo del pie diabético ya que son enfermedad vascular periférica, deformidades en el pie etc.

Para prevenir la enfermedad cardiovascular del paciente diabético como enfermeros debemos informarles que deben reducir el consumo de grasas saturadas y colesterol lo que deben de consumir más son fibras solubles, ácidos grasos omega 3, de igual manera deben de realizar mucho ejercicio para que tengan un peso normal, deben evitar el consumo de alcohol para que la presión este bien, es muy importantes que informemos esto para que no pasen por este tipo de enfermedades.

Hoy en día debemos de dar cualquier información como enfermeros para que ellos sepan a qué tipo de enfermedades están expuestos.

#### Bibliografía:

Guía de práctica clínica diabetes mellitus tipo 2

Autores: Dra. Laura del Pilar Torres Arreola, Dra. Luisa Estela Gil Velázquez,

Guía de practica complicaciones crónicas en pacientes con diabetes mellitus