

**Nombre del alumno: ITALIA YOANA ESTEBAN
MENDOZA.**

**Nombre del profesor: CINDY DE LOS SANTOS
CANDELARIA.**

Licenciatura: ENFERMERIA “ESCOLARIZADO”.

Materia: PATOLOGIA DEL ADULTO.

PASIÓN POR EDUCAR

Nombre del trabajo: ENSAYO.

**Ensayo del tema: ADECUADO CONTROL Y CUIDADOS DEL
PACIENTE DIABETICO.**

“Ciencia y Conocimiento”

En el presente ensayo hablare acerca una de las patologías crónicas-degenerativas más frecuentes en nuestra población como lo es la diabetes mellitus tipo 2, para comenzar ¿Qué es la diabetes mellitus? Es una afección crónica que afecta la manera en la que el cuerpo procesa el azúcar en sangre (glucosa). En la diabetes tipo 2, el cuerpo de la persona no produce suficiente insulina o es resistente a la insulina. Los síntomas de la diabetes varían según cuanto se eleve el nivel de glucosa sanguínea, es posible que algunas personas, en especial las que padecen prediabetes o diabetes tipo 2, no experimenten síntomas, en el caso de la diabetes tipo 1, los síntomas tienden a aparecer rápido y a ser más intensos.

Algunos de los signos y síntomas de la diabetes tipo 1 y tipo 2 son:

- Aumento de la sed
- Micción frecuente
- Hambre extrema
- Pérdida de peso sin causa aparente
- Presencia de cetonas en la orina
- Fatiga
- Irritabilidad
- Visión borrosa
- Llagas que tardan en cicatrizar

Ahora bien los factores de riesgo son:

- Peso: Mientras más tejido graso se tenga, más resistentes serán las células a la insulina.
- Inactividad: Mientras menos actividad se haga será mayor el riesgo.
- Antecedentes familiares: El riesgo se incrementa si alguno de los familiares tienen diabetes tipo 2.
- Raza o grupo étnico.
- Edad: El riesgo aumenta con la edad.
- Diabetes gestacional.
- Síndrome de ovario poliquístico: Para las mujeres, tener síndrome de ovario poliquístico aumenta el riesgo de desarrollar diabetes.
- Presión arterial alta. Una presión arterial de más de 140/90 milímetros de mercurio (mm Hg) implica un alto riesgo de desarrollar diabetes tipo 2.

- Niveles anormales de colesterol y de triglicéridos.

Los métodos de diagnóstico para la diabetes son:

Por lo general, la diabetes tipo 2 se diagnostica mediante la prueba de hemoglobina glicosilada (HbA1c). Este análisis de sangre no requiere ayuno, indica el nivel promedio de glucosa en la sangre en los últimos dos o tres meses, así como también mide el porcentaje de glucosa sanguínea unida a la hemoglobina, la proteína que transporta oxígeno en los glóbulos rojos. Los resultados se interpretan de la siguiente manera:

- Por debajo del 5,7 por ciento se considera normal.
- Entre 5,7 y 6,4 por ciento se diagnostica como prediabetes.
- 6,5 por ciento o más en dos pruebas distintas se considera diabetes.

También se pueden hacer otras pruebas como lo son: Examen aleatorio de glucosa en la sangre, examen de glucemia en ayunas, examen de tolerancia oral a la glucosa, exámenes de detección.

Control del paciente:

Los niveles de glucosa en la sangre se analizan periódicamente durante las próximas dos horas. Los resultados se interpretan de la siguiente manera:

- Menos de 140 mg/dL (7,8 mmol/L) se considera normal.
- Entre 140 y 199 mg/dL (7,8 mmol/L y 11,0 mmol/L) se diagnostica como prediabetes.
- 200 mg/dL (11,1 mmol/L) o más después de dos horas indica diabetes.

Colesterol: Los niveles de colesterol van a ser altos cuando esté por encima de 200 mg/dl, el colesterol LDL (malo) por encima de 100 mg/dl este tipo de colesterol puede acumularse y obstruir los vasos sanguíneos, demasiado colesterol malo puede causar un ataque al corazón o un accidente cerebrovascular y el colesterol HDL (bueno) por debajo de 40 mg/dl este ayuda a eliminar el colesterol “malo” de los vasos sanguíneos.

Triglicéridos:

- Lo normal es: menos de 150 miligramos por decilitro (mg/dl), o menos de 1.7 milimoles por litro (mmol/l)
- Límite: 150 a 199 mg/dl (1,8 a 2,2 mmol/l) Alto: 200 a 499 mg/dl (2,3 a 5,6 mmol/L)

- Muy alto: 500 mg/dl o más (5.7 mmol/l o más)

Ácido úrico: El ácido úrico pasa a través del hígado y entra al torrente sanguíneo, para mantener valores normales de la sangre, la mayoría es eliminado en la orina o pasa a los intestinos, los niveles de ácido úrico normales son entre 2,4 y 6,0 mg/dL (para las mujeres) y entre 3,4 y 7,0 mg/dL (para los hombres).

CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN PIES, PIEL Y HERIDAS:

El primer objetivo del control de la glucemia en la mayoría de los diabéticos es disminuir la hemoglobina glicosilada a menos de dos puntos porcentuales por arriba del límite superior de lo normal, es indispensable en el cuidado del paciente diabético manejar al mismo tiempo otras variables metabólicas que coexisten alteradas junto a la hiperglucemia, es decir, deben vigilarse estrictamente la concentración de colesterol sérico, colesterol HDL, LDL y triglicéridos, así como, las variables peso, índice de masa corporal (IMC), relación cintura cadera y la presión arterial sistólica y diastólica, con el fin de minimizar la incidencia de complicaciones agudas y crónicas.

Cuidados del pie diabético: Las acciones más importantes que debemos de realizar, además de las indicaciones médicas, se aplican en:

- En pacientes hospitalizados: inspección diaria del pie, revisar diariamente los pies en busca de signos de enrojecimiento, fisuras, ampollas, callosidades, disminución de la movilidad articular.
- El lavado diario de los pies se debe realizar con agua tibia en forma rápida. Antes del baño o la ducha, comprobar que el agua esté entre 32°C y 35°C, usando un termómetro. Secar bien los pies ejerciendo presión sobre la misma, no frotando la piel, incluyendo los espacios interdigitales.
- Si existe callosidad se debe solamente utilizar piedra pómez para disminuir la callosidad.
- Se debe recordar al paciente no apoyarse directamente en el miembro afectado y considerar la utilización de muletas o sillas de ruedas si el reposo no es factible.
- Es necesario evitar conductas que pongan en riesgo al paciente como caminar descalzos, uso de sandalias, almohadillas calientes o fomenteras, etc.

Cuidados de la piel: Una persona con diabetes tiene mayor riesgo de problemas en la piel. Esto se debe al mal funcionamiento de las células de defensa, que reduce la

capacidad del organismo de responder al ataque de hongos y bacterias, los cuales se encuentran en alimentos en los altos niveles de glucosa, sobre todo cuando los pacientes interrumpen o son inconsistentes con el tratamiento.

- El paciente después de bañarse debe de secar completamente los pliegues del cuerpo (axilas, ingles, cuello, etc.) para evitar la humedad y posibles infecciones.
- Evitar rascarse costras y extremar los cuidados al cortar las uñas.
- Debe de usar crema y jabón suave.
- Debe de usar zapatos cómodos para proteger los pies de lesiones que pueden convertirse en úlceras, con consecuencias como la pérdida de extremidades.

Cuidados en las heridas: Debemos límpiala bien dejando correr agua de la pila sobre la herida para eliminar cualquier suciedad, no hay que usar ni jabón, ni ningún otro producto que pueda irritarla hay que aplicar una pomada con antibiótico para prevenir infección y cubrirla con una gasa estéril, así como también hay que cambiar la gasa diariamente, después de que la herida haya cerrado, es recomendable usar jabón para limpiar el área alrededor de la misma, hay que mantener la herida cubierta para evitar la contaminación y la infección y mantener el área afectada bien humectada, revisar bien la herida diariamente para buscar cualquier síntoma de infección (enrojecimiento de los bordes, inflamación, pus o dolor). Es importante controlar los valores de azúcar en sangre.

Conclusión: La diabetes mellitus es un conjunto heterogéneo de enfermedades metabólicas de diferentes etiopatogenias. Tienen un factor común: la hiperglucemia crónica, que es producida por un defecto en la secreción de insulina, una acción inadecuada de esta o ambas. Nosotros como personal de enfermería tenemos un importante rol tanto en la prevención de la enfermedad como en la educación y atención a las personas aquejadas.

Bibliografía:

<http://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/793b58b1654632398ab47a9cff7a5971.pdf>