

Tratamiento y atención médica para diabéticos



<https://www.uclahealth.org/marc/mindful-meditations>



Salud y Vida

Diabetes Self-Management Education Classes

Cameron County

Brownsville Schedule

Su Clínica

105 E. Alton Gloor Blvd.

Español: Martes de 5:30-7:30 pm

Tony Gonzalez Recreational Park

Start : September 12, 2019

34 Tony Gonzalez Drive

Español: Jueves de 10:00 – 12:00pm

Brownsville Community Health Center

191 East Price Road

Español: Sábados de 9-11 am

Harlingen Schedule

Su Clínica

1706 Treasure Hills Blvd.

English: Thursday from 6-8 pm

Rio Grande State Center

1401 South Rangerville Road

Español: Martes de 9:30 -11:30 am

San Benito Schedule

San Benito C.I.S.D. Landrum Educational Complex

450 South Dowling St

San Benito, TX 78586

Español: Miercoles de 6–8 pm

Español: Jueves de 10 am–12 pm

Salud y Vida

Diabetes Self-Management Education Classes

Hidalgo County

Alton Schedule

Alton Recreational Center

349 Dawes Ave, Alton, TX 78573

Español: Miércoles de 10 am – 12 pm

McAllen Schedule

Hope Family Health Clinic

2332 Jordan Rd.

Español: Martes de 10 am – 12 pm

Objetivos

Conocer los tratamientos disponibles para padecimientos como:

- Diabetes
- Hipertensión
- Colesterol y triglicéridos elevados,
- Uso adecuado de medicamentos, recomendaciones, y efectos secundarios .
- Cómo tener una mejor comunicación con los proveedores de servicios médicos.



Pregunta...

¿Por qué necesitamos tratamiento para bajar los niveles de glucosa (azúcar) en la sangre?



Tratamiento

Además del ejercicio y una alimentación sana, los pacientes con diabetes también necesitan tomar medicamentos que les ayuden a controlar los niveles de glucosa en la sangre.

Los medicamentos son necesarios para:

- **Bajar o controlar la presión,**
- Controlar los lípidos (grasas) en la sangre.
- Prevenir o controlar complicaciones.
- Otras enfermedades.



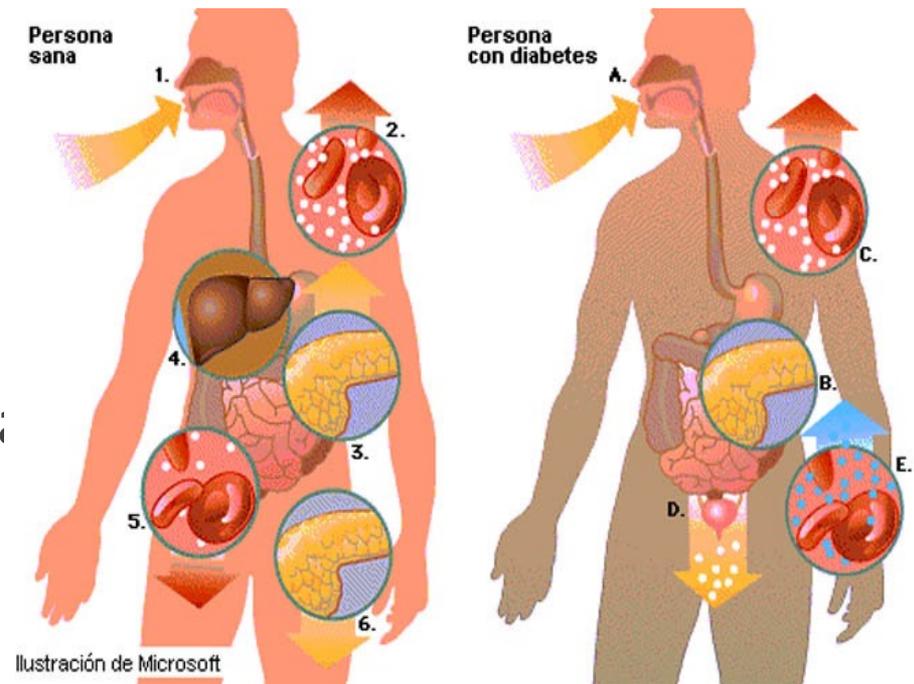
Medicación

- **Los medicamentos ayudan a bajar los niveles de glucosa en la sangre.**
- La medicación es necesaria para controlar la diabetes, debido a que el páncreas ha perdido su habilidad para controlar los niveles de glucosa.
- Existen dos vías de administración para estos medicamentos:
 - Pastillas
 - Inyecciones



¿En qué consiste la diabetes tipo 2?

- El **páncreas** no produce suficiente insulina.
- El **hígado** envía mucha glucosa a la sangre.
- Los **músculos y demás células** son resistentes a la insulina.
- Se dificulta la absorción de la insulina.



¿Cómo funcionan los medicamentos?

- Ayudan al **páncreas** a producir **insulina**.
- Ayudan a los **músculos** a absorber más **glucosa**.
- Evitan que el **hígado** libere la **glucosa** almacenada.
- Impiden que el **estómago** y los **intestinos** absorban más **glucosa**.



Pregunta...

**¿Qué es un
medicamento
genérico?**

¿Cómo funcionan mis medicinas?

Células musculares

Pioglitazone (Actos)

- *Hace que las células musculares sean más sensibles a la insulina*

Hígado

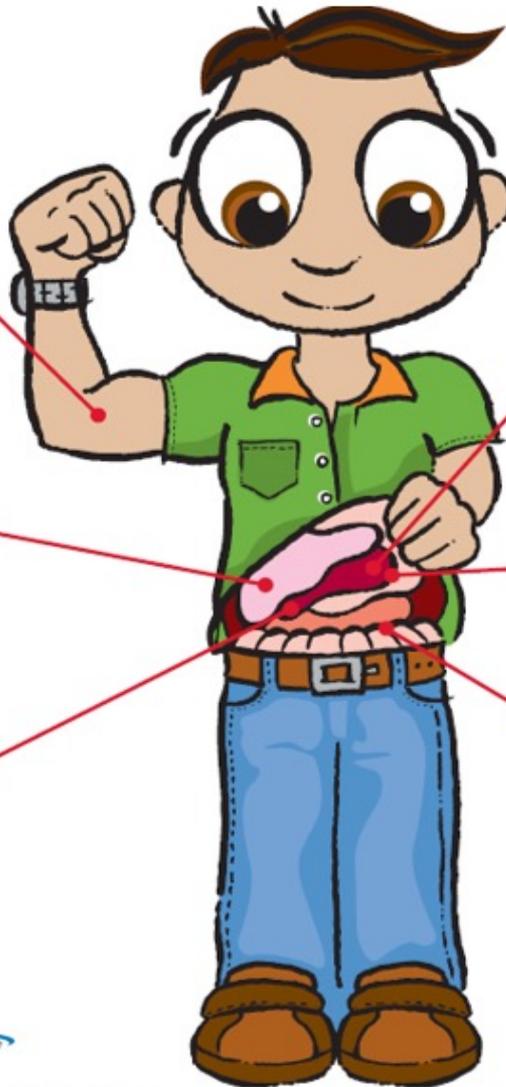
Metformin (Glucophage)

- *Reduce la liberación de glucosa del hígado*

Hígado y páncreas

Sitagliptin (Januvia)

- *Ayuda a equilibrar los niveles de insulina entre el hígado y el páncreas*



Páncreas

Repaglinide (Prandin), Glyburide (Diabeta, Micronase), Glipizide (Glucotrol), Glimepride (Amaryl)

- *Ayuda al páncreas a liberar más insulina*

Insulina

- *Es utilizada cuando su páncreas no produce suficiente insulina*

Intestinos

Acarbose (Precose, Glyset)

- *Reduce la velocidad de la descomposición de los alimentos*

¿Qué es la insulina?

Es una hormona que se produce en el páncreas, la cual ayuda al cuerpo a utilizar la glucosa para producir energía.



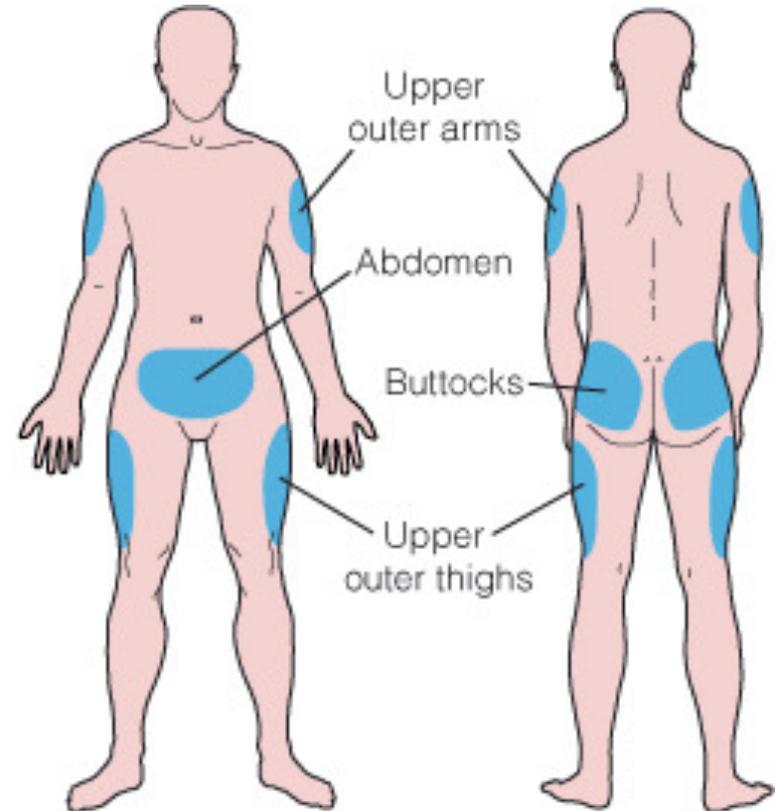
Pregunta...

¿Cómo y cuándo debe aplicarse insulina?



Sitios para aplicar la inyección de la insulina

- La insulina se absorbe con mayor rapidez si se aplica en el abdomen (estómago). La absorción es más lenta cuando se aplica en los brazos, muslos o glúteos.



PREGUNTA...

**¿Qué ha escuchado en la
comunidad sobre la
insulina?**

MITOS Y REALIDADES

Mitos y rumores	Reality
La insulina causa ceguera y otras complicaciones.	La insulina no causa ceguera. Complicaciones con la diabetes podrían causar ceguera.
La insulina se debe inyectar en la vena.	No. Si se inyecta insulina en la vena puede ser peligroso. Solamente un doctor en la sala de emergencias está capacitado para hacerlo.
La insulina provoca subir de peso.	Sí, es probable que el paciente suba de peso al inicio del tratamiento, sin embargo, puede ser contrarrestado con una dieta saludable y ejercicio.

NIVELES RECOMENDABLES DE GLUCOSA

Valores	ADA
A1C (cada 3-6 meses)	<7%
En ayunas	80-130 mg/dl
1-2 después de comer	<180 mg/dl



A1C%	eAG_(mg/dL)
5	97
5.5	111
6	126
6.5	140
7	154
7.5	169
8	183
8.5	197
9	212
9.5	226
10	240
10.5	255
11	269
11.5	283
12	298



MEDICAMENTOS PARA BAJAR LA PRESIÓN ARTERIAL

PREGUNTA...

¿Por qué es necesario tomar medicamentos para la presión arterial alta?

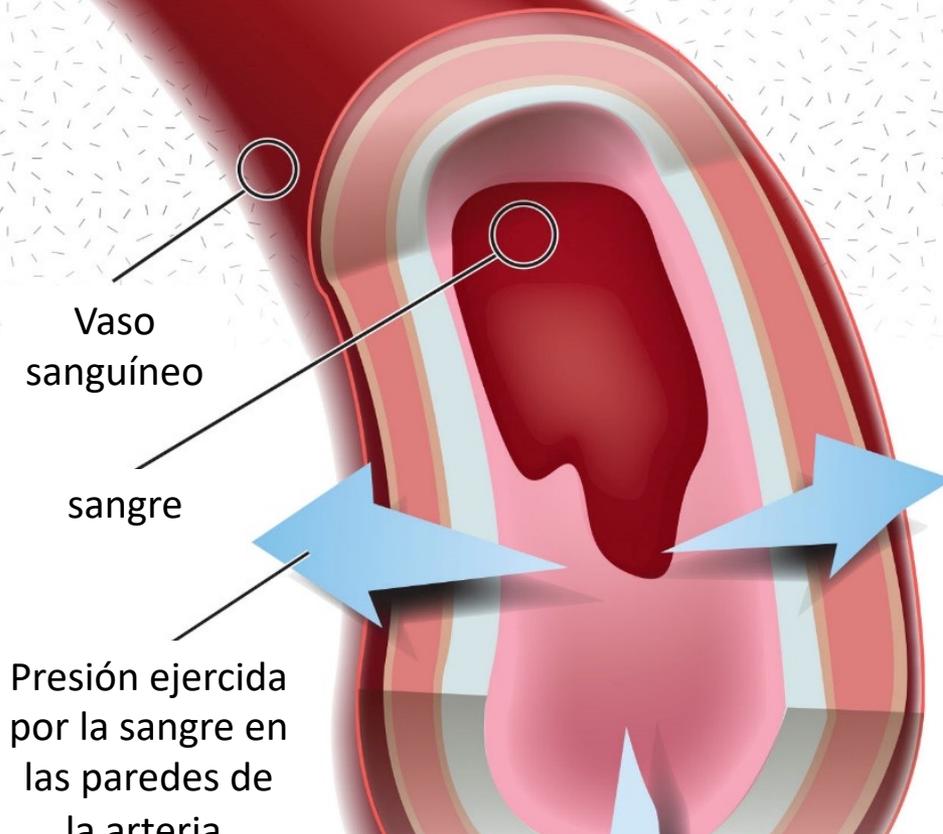
High Blood Pressure

Los medicamentos

La presión arterial: cómo funcionan varios medicamentos para la hipertensión

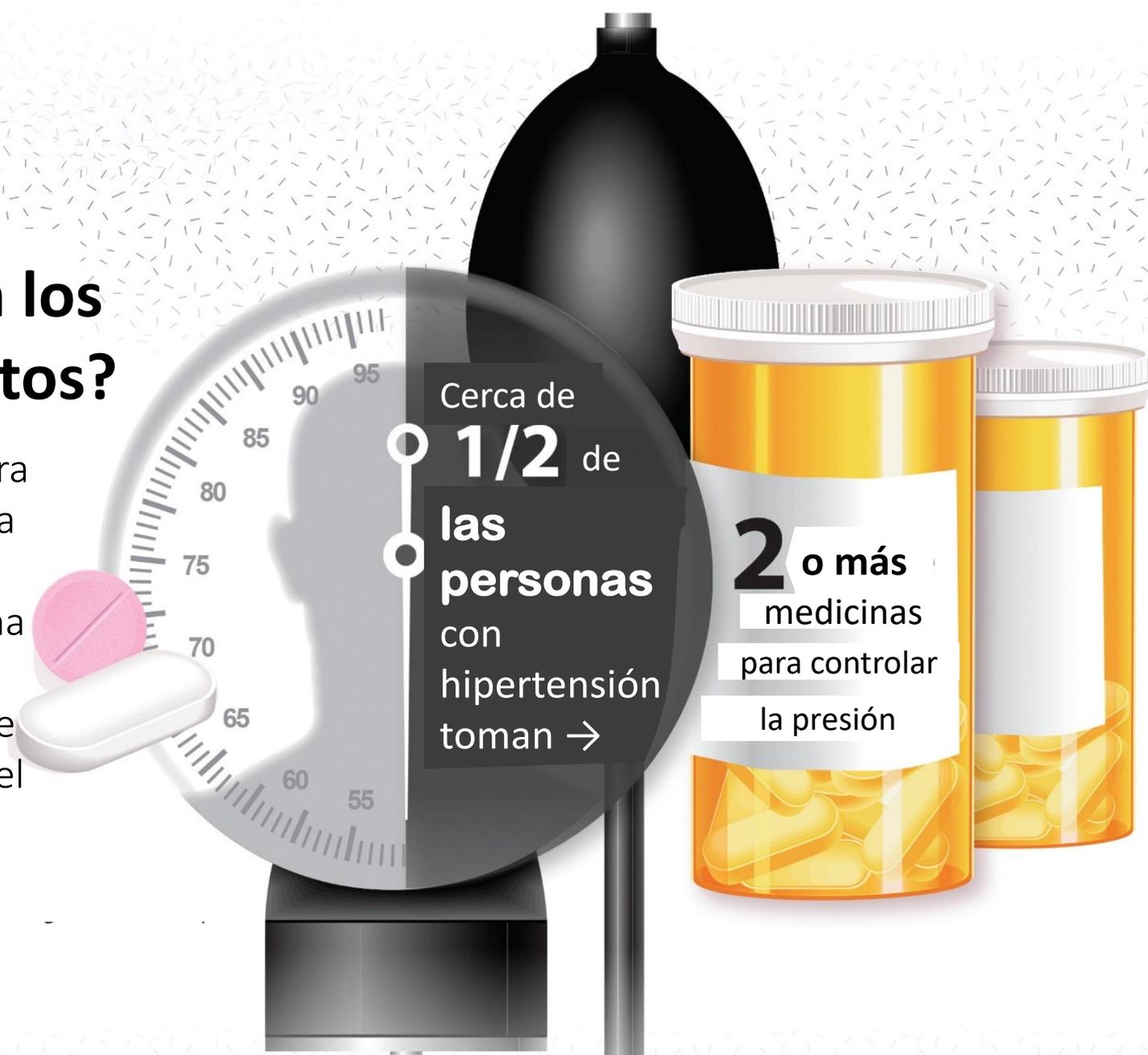
¿Qué es la presión arterial?

La presión arterial es la fuerza que mueve a las sangre por las arterias. Las arterias son los vasos sanguíneos que llevan la sangre del corazón al resto del cuerpo. La presión arterial alta ocurre cuando tu presión arterial es usualmente más alta de lo que debería. También se le conoce como **hipertensión.**



¿Cómo se administran los medicamentos?

El medicamento para la presión empieza a tener efecto con el paso de los días. Una vez que se empieza el tratamiento, debe tomarse hasta que el medico indique lo contrario.



Cerca de **1/2** de **las personas** con hipertensión toman →

2 o más **medicinas** para controlar la presión

¿Qué podría pasar si no se atiende?

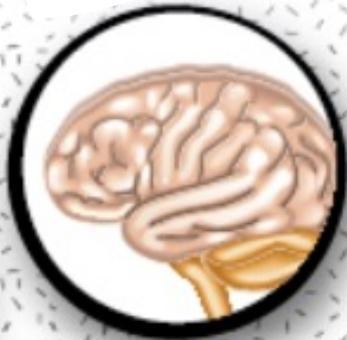
Comúnmente, la presión arterial no tiene síntomas.
Es considerada como un padecimiento silencioso.

A largo plazo, la presión arterial alta puede causar:

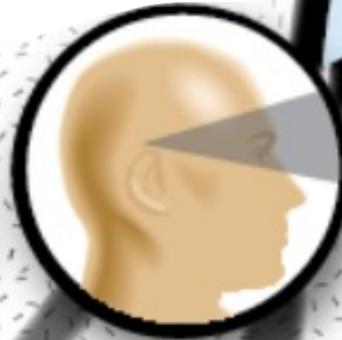
Insuficiencia renal



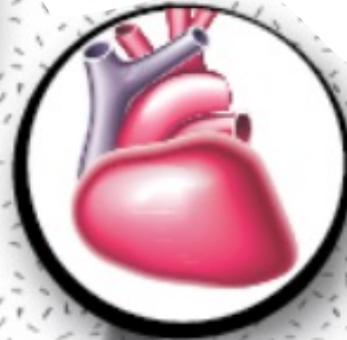
Derrame cerebral



Ceguera



Ataque al corazón



NIVELES DE PRESIÓN ARTERIAL

Categorías de Presión Arterial



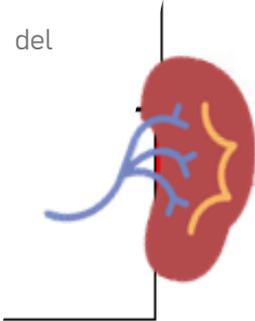
CATEGORÍA DE LA PRESIÓN ARTERIAL	SISTÓLICA mm Hg (número de arriba)		DIASTÓLICA mm Hg (número de abajo)
NORMAL	MENOS DE 120	y	MENOS DE 80
ELEVADA	120 - 129	y	MENOS DE 80
PRESIÓN ARTERIAL ALTA (HIPERTENSIÓN) NIVEL 1	130 - 139	o	80 - 89
PRESIÓN ARTERIAL ALTA (HIPERTENSIÓN) NIVEL 2	140 O MÁS ALTA	o	90 O MÁS ALTA
CRISIS DE HIPERTENSIÓN (consulte a su médico de inmediato)	MÁS ALTA DE 180	y/o	MÁS ALTA DE 120

©American Heart Association

heart.org/bplevels

Presión arterial meta: menor que **130/80**

Los 4 medicamentos para la presión arterial más comunes son:

	<h2>Inhibidores ACE</h2>		<h2>Bloqueadores de los canales de calcio</h2>
<p>¿Cómo funciona?</p> <p>Sufijo común:</p> <p>Medicinas comunes:</p>	<p>Dilata los vasos sanguíneos para aumentar la cantidad de sangre que se bombea desde el corazón y, al mismo tiempo, baja la presión arterial.</p> <p>-pril</p> <p>Enalapril (Vasotec) Lisinopril (Prinivil, Zestril) Quinapril (Accupril) Benazepril (Lotensin)</p> 	<p>¿Cómo funciona?</p> <p>Sufijo común:</p> <p>Medicinas comunes:</p>	<p>Relajan y abren las paredes de las arterias; algunos reducen el ritmo cardiaco.</p> <p>-pine</p> <p>Nifedipine (Procardia) Nisoldipine (Sular) Amlodipine (Norvasc) Diltiazem (Cardizem, Tiazac)</p> 
	<h2>Bloqueadores Beta</h2>		<h2>Diuréticos</h2>
<p>¿Cómo funciona?</p> <p>Sufijo común:</p> <p>Medicinas comunes:</p>	<p>Reducen el ritmo cardiaco, por lo que baja la presión arterial.</p> <p>-olol</p> <p>Metoprolol (Lopressor, Toprol-XL) Atenolol (Tenormin) Propranolol (Inderal LA, InnoPran XL) Bisoprolol (Zebeta)</p> 	<p>¿Cómo funciona?</p> <p>Sufijo común:</p> <p>Medicinas comunes:</p>	<p>Ayuda al cuerpo a eliminar el exceso de sodio y agua. Ayuda a relajar la sobrecarga del corazón</p> <p>-ide</p> <p>Amiloride (Midamor) Bumetanide (Bumex) Furosemide (Lasix)</p> 

EFECTOS SECUNDARIOS COMUNES

- Alteraciones emocionales tales como ansiedad o irritabilidad.
- Incremento en el riesgo de padecer hipoglucemia.
- Pérdida de potasio y otros nutrientes.
- Impotencia sexual.
- Tos frecuente.





MEDICAMENTOS QUE REDUCEN LOS NIVELES DE COLESTEROL

PREGUNTA...

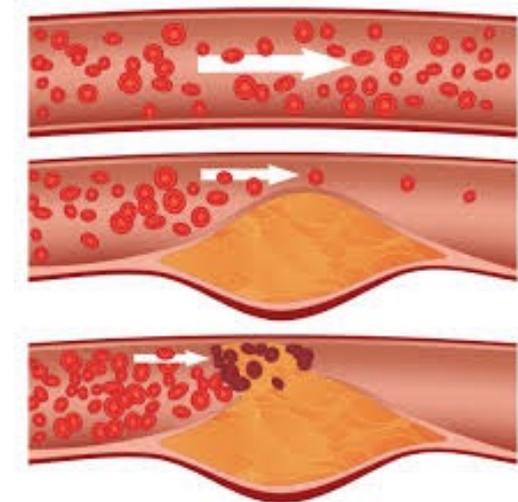
¿Por qué los niveles altos de colesterol afectan nuestro cuerpo?

¿Por qué es necesario controlar los niveles de colesterol?

MEDICAMENTOS QUE DISMINUYEN LOS NIVELES DE COLESTEROL EN LA SANGRE

- Recordemos que la grasa se adhiere a las paredes de las venas, haciéndolas más gruesas.
- Tener los niveles de colesterol alto constituye un factor de riesgo que pudiera resultar en ataques al corazón, que podría llevar a una muerte repentina.

Total Cholesterol	<200 mg/dl
LDL cholesterol	<100 mg/dl
Triglycerides	<150 mg/dl
HDL Cholesterol	>40 mf/dl



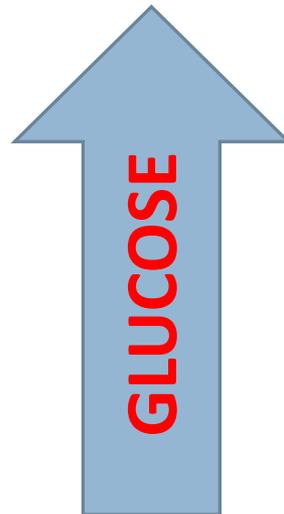
EFECTOS SECUNDARIOS COMUNES

- Sensación de sentirse lleno, náuseas, indigestión.
- Alteraciones en los parámetros del hígado en los análisis de laboratorio.
- Calambres y dolor muscular en las piernas.
- Irritación facial.



¡RECUERDE!

- Algunos medicamentos pueden incrementar la glucosa. Por lo tanto, es muy importante que **no se automedique**. Siempre busque asistencia médica. .



PREGUNTAS QUE DEBE CONSULTAR A SU DOCTOR...

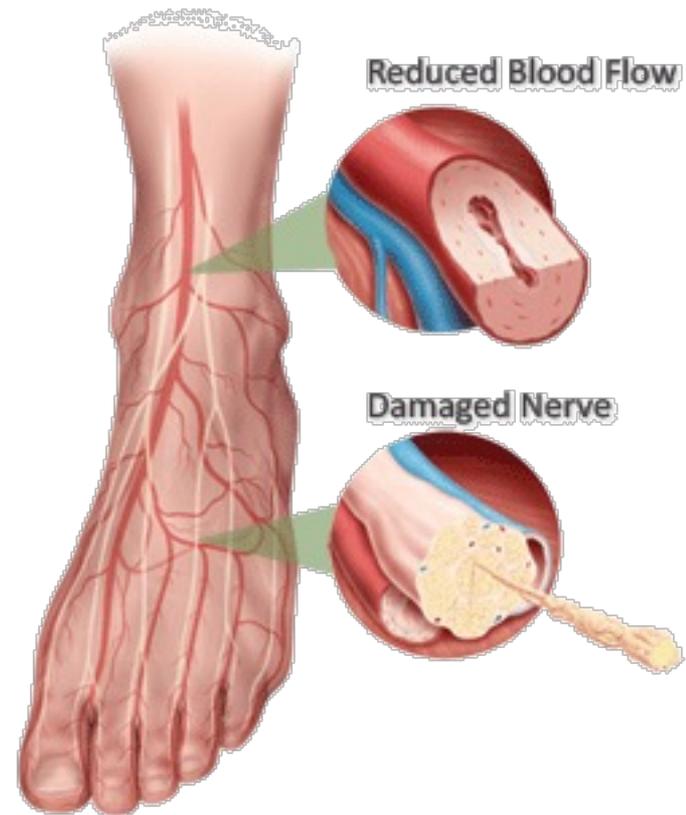
- ¿Cuál es el nombre del medicamento?
- ¿Existe alguna marca genérica?
- ¿Por qué debo tomar esta medicina?
- ¿Cada cuándo debo tomarla?
- ¿Qué cantidad (dosis) debo tomar?
- ¿Puedo tomarla con el estómago vacío?
- ¿Qué debo hacer si se me olvida tomar la medicina?
- Si no puedo tomarla, ¿Qué debo hacer?
- ¿Puedo beber alcohol mientras estoy en tratamiento?
- ¿Por cuánto tiempo voy a estar tomando este medicamento?
- ¿Cuándo empieza a surtir efecto el medicamento?
- ¿Cómo puedo saber que está funcionando la medicina? ¿Puedo medirlo con un glucómetro?
- ¿Qué problemas debo anticipar? ¿Cuándo desaparecen los efectos secundarios?
- ¿Qué debo hacer si mis niveles de glucosa o de presión sanguínea se bajan de más?

PREGUNTA...

¿Qué complicaciones de la diabetes y la presión arterial alta conoce?

COMPLICACIONES DE LA DIABETES

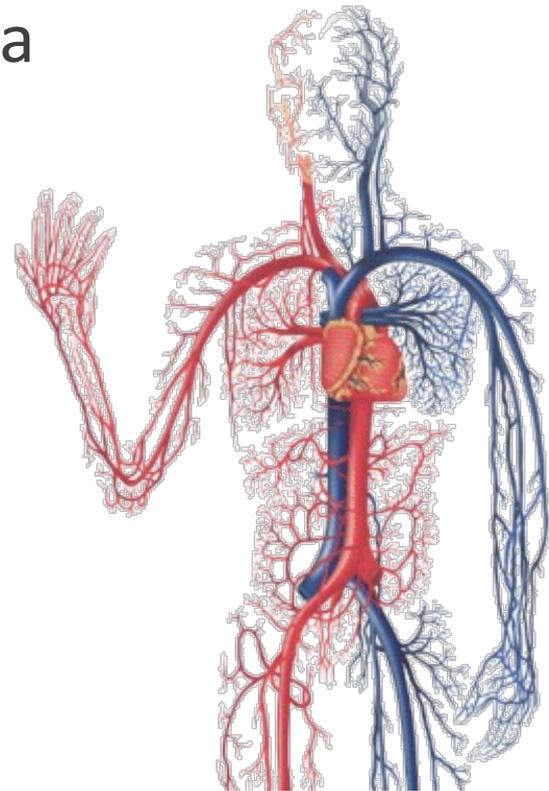
- La diabetes puede causar complicaciones tales como:
 - Daño a los vasos sanguíneos.
 - Daño a las terminales nerviosas.



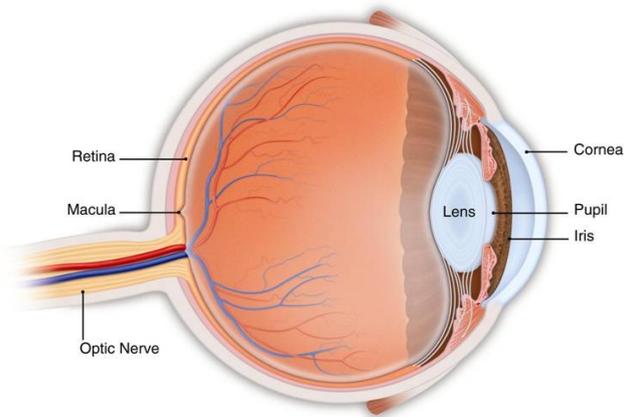
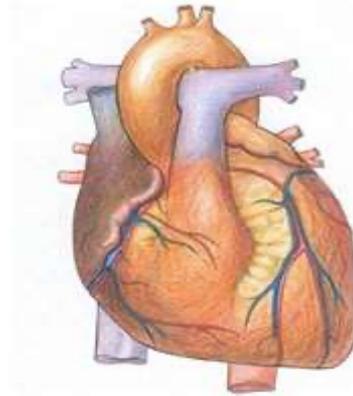
EL SISTEMA CIRCULATORIO

Las complicaciones en el sistema circulatorio se dividen en dos:

- Macrovascular: aquellas que afectan las arterias largas del cuerpo.
- Microvascular: aquellas que afectan a los pequeños vasos sanguíneos.



¿Qué órganos son afectados por las complicaciones en el sistema circulatorio?



PLS-2011-1027-001 2011 © www.shutterstock.com

Enfermedades ocular diabeticas



Glaucoma



Cataratas



El sistema nervioso: neuropatía

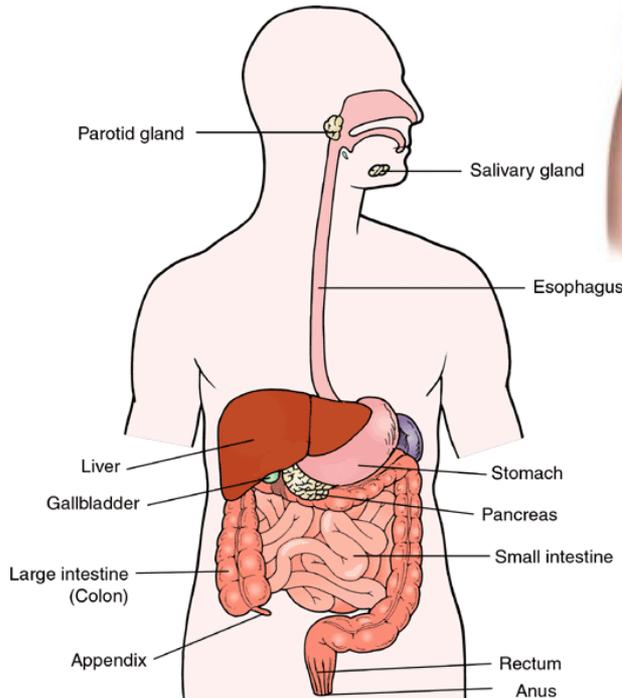
El término “neuropatía” es utilizado para indicar el daño en los nervios.

- Todas las partes del cuerpo poseen terminales nerviosas, lo que significa que la diabetes puede afectar a cada parte del cuerpo.
- Los altos niveles de glucosa dañan el tejido que cubre los nervios, lo que causa que los nervios respondan de una manera anormal a estímulos externos; incluso pudieran generar señales incorrectas o no transmitir ninguna.

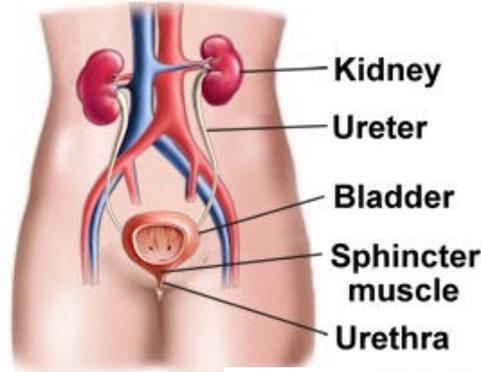


¿Qué órganos son afectados por las complicaciones en el sistema nervioso?

Digestive System



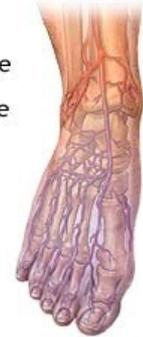
Urinary Tract



Normal

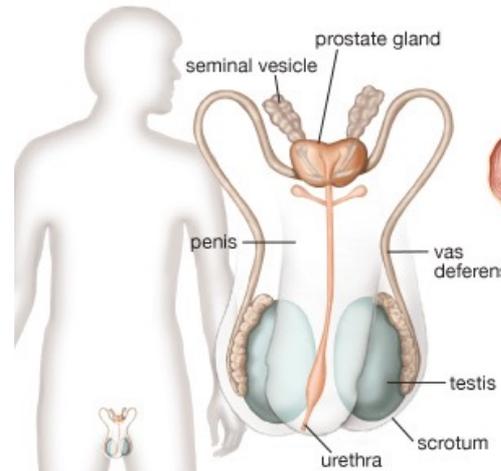


Diabetic risk

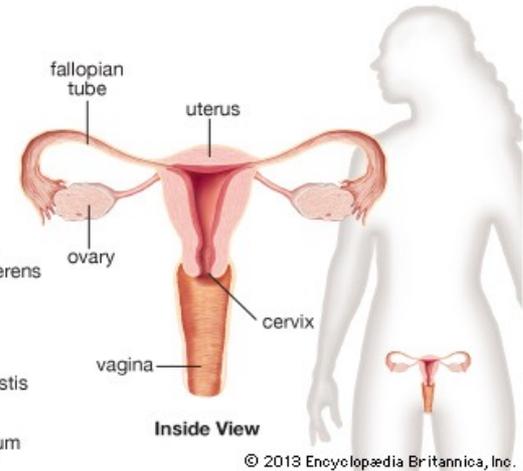


Blood vessel damage in the feet may cause tissue damage

Male Reproductive System



Female Reproductive System



RECOMENDACIONES

- Baje de peso.
- Lleve una dieta balanceada, baja en grasas y alta en fibra.
- Incremente la actividad física.
- Mantenga los niveles de glucosa y presión arterial bajo control.



Conclusión

