



Betsy Rodríguez MSN, CDE

El Papel del Educador en Diabetes



- El Educador en Diabetes es parte integral del equipo de salud y es el responsable del cuidado y la educación en diabetes.





¿En qué piensa cuando lee la siguiente frase?

- Paulo Freire sostiene que la “ educación es llegar al ser críticamente consciente de la realidad personal, de tal manera que se logre actuar eficazmente sobre ella y sobre el mundo. Su fin es conocer el mundo lo suficiente para poder enfrentarlo con eficacia”



¿Quiénes somos?

- ¿Qué es lo que hace el educador en diabetes?
- ¿Cómo lo hace?
- ¿Por qué lo hace?
- ¿Posee las competencias necesarias para hacerlo?



Los educadores en diabetes son..

- Enfermeras, dietistas, farmacéuticos, doctores, fisiólogos del ejercicio, podiatras y trabajadores sociales, entre otros.
- Se especializan en proveer cuidado y educación a personas con diabetes.



Marco de Acción

- Proveen cuidado comprensivo.
- Consejería para incorporar la alimentación saludable y la actividad física en el estilo de vida individual.
- Ayudan a que las personas entiendan cómo sus medicamentos funcionan.
- Enseñan cómo monitorearse la glucosa para evitar el desarrollo de complicaciones
- Enseñan cómo desarrollar la habilidad de resolver problemas y a aprender como ajustarse emocionalmente a vivir con una condición crónica.



Marco de Acción

- Proveen cuidado comprensivo.
- Consejería para incorporar la alimentación saludable y la actividad física en el estilo de vida individual.
- Ayudan a que las personas entiendan cómo sus medicamentos funcionan.
- Enseñan cómo monitorearse la glucosa para evitar el desarrollo de complicaciones
- Enseñan cómo desarrollar la habilidad de resolver problemas y a aprender como ajustarse emocionalmente a vivir con una condición crónica.



- ¿Tienen los HCPs adecuado conocimiento, destrezas, actitudes y capacitación credible para ofrecer óptimo cuidado y educación en diabetes?



The Scope of Practice, Standards of Practice, and Standards of Professional Performance for Diabetes Educators-2005

- Los educadores en diabetes son HCPs que han obtenido un cuerpo de conocimientos en las ciencias biológicas y sociales así como en comunicación, consejería y educación y que tienen experiencia en el cuidado de personas con diabetes.



Tres categorías

- Educador en diabetes
- Educador en diabetes certificado (CDE)
- “Board certified” en el manejo avanzado de la diabetes (BCADM).



¿Qué hace un educador en diabetes?

- Los educadores en diabetes trabajan con individuos, familias y comunidades para enseñar el automanejo de la diabetes y ayudarles a controlar la Diabetes y a prevenir sus complicaciones
- Después del DPP se añade – prevenir la diabetes tipo 2



¿Qué hacemos cuando educamos en el automanejo de la diabetes?

- Estimar las necesidades educativas individuales y específicas
- Identificar las metas individuales en el automanejo de la diabetes
- Educación e intervención conductual dirigida a ayudar al individuo a que logre las metas en el automanejo
- Evaluar si el individuo logró las metas del automanejo
- Documentación apropiada de cada encuentro educativo

Este material es propiedad de la Asociación

Nacional Mexicana de Educadores en Diabetes, con permiso del autor para su consulta. El uso de este material requiere permiso del autor y de la ANMED.

From the Report of the Task Force on the Delivery of Diabetes Self-Management Education and Medical Nutrition Therapy. Diabetes Spectrum. 1999;12:44-47.



El educador se enfoca en.....

- Qué enseñar.
- Cuándo enseñar.
- Cómo enseñar.
- Qué, cómo, cuándo evaluar.



Rol del Educador en Diabetes

El rol del educador en diabetes es capacitar a las personas con diabetes y sus familias en el auto-manejo de la diabetes para que estos puedan tomar decisiones informadas y actuar en 7 áreas relacionadas con la diabetes con el objetivo de mejorar su calidad de vida.



Piense.....

- ¿Cuál es su papel como educador en diabetes?
- ¿Qué destrezas y conocimientos debe enseñar?
- ¿Como mide el progreso y su efectividad como educador?
- ¿Cómo documenta su intervención?

La educación en diabetes es un proceso continuo



Aprendizaje



Cambio de comportamiento



Cambios clínicos



Cambios en el estado de salud



Los siete (7) comportamientos de la diabetes



1. Comiendo saludablemente
2. Haciendo Actividad Física
3. Vigilando mis valores
4. Tomando mis medicamentos
5. Encontrando soluciones
6. Reduciendo mis riesgos
7. Adaptándome saludablemente



El Proceso de los 7

- Adquiere el conocimiento (Qué tiene que hacer)
- Adquiere la destreza (Cómo hacerlo)
- Desarrolla confianza y la motivación para hacer lo que tiene y debe hacer (los 7) (lo desea hacer)
- Desarrolla las destrezas para encontrar soluciones y se adapta saludablemente (yo puedo hacerlo)



7 Secretos para Vivir con Diabetes

- La Asociación Nacional Mexicana de Educadores en Diabetes creó una PPT para explicar los 7
- Esta dirigida a personas con diabetes
- <http://www.diabetesanmed.com/Adultos/Articulos/SieteSecretosWeb.pps>



Utilidad de los 7

- Sentimientos cuando le dijeron que tenía DM
- La reacción de la familia, los amigos y los compañeros cuando supieron del diagnóstico
- Miedo a los cambios del estilo de vida que le serán o no muy difíciles para manejar la enorme cantidad de información acerca de la DM
- Cómo la DM afecta el trabajo, las amistades y la vida familiar
- Los retos y dificultades que enfrentan después del diagnóstico
- Lo que todavía falta de aprender, comprender, aplicar

Este material es propiedad de la Asociación

Nacional Mexicana de Educadores en Diabetes, con permiso del autor para su consulta. El uso de este material requiere permiso del autor y de la ANMED.



Comiendo saludablemente

Conocimiento

- Selección saludable
- Tamaño de la porción
- Horarios de comida

Destrezas

- Lectura de etiquetas
- Conteo de CHO
- Medir y pesar alimentos
- Planificar y preparar las comidas



Comiendo saludablemente

Enfasis del educador

- El efecto de la comida en la glucosa
- Fuentes de CHO y grasas
- Planificación de comidas
- Cómo funciona la insulina y los medicamentos orales

Barreras

- Factores emocionales, económicos, culturales y ambientales



Haciendo Actividad Física

- Dos elementos importantes: manejo de peso y control de al glucosa
- Para personas con diabetes: manejo de peso y control de al glucosa
- Para personas a riesgo de diabetes: manejo de peso



Haciendo Actividad Física

Enfasis del educador

- Desarrollar un plan de actividad física que mantenga el balance de la comida y la medicación con el nivel de actividad física



Haciendo Actividad Física

- Índice de masa corpórea
- Pérdida de peso
- Control de lípidos, presión arterial y glucosa
- Reducción del stress

Barreras

- Físicas, ambientales, sicológicas y limitaciones físicas



Vigilando mis valores

¿Qué?



- ✓ Glucosa
- ✓ Presión arterial
- ✓ A1C
- ✓ Lípidos
- ✓ Peso
- ✓ Cetonas
- ✓ ¿Cómo la actividad física, alimentos, medicamentos o enfermedad afectan el nivel de glucosa?



Vigilando mis valores

Enfasis del educador

- Selección de equipo para vigilar la glucosa
- Tiempo y frecuencia para vigilar la glucosa
- Valores (Metas)
- Interpretación y uso de los valores



Tomando mis medicamentos

Conocimiento para el educador

- Acción
- Efectos adversos
- Eficacia
- Toxicidad
- Dosis
- Tiempo y frecuencia de la administración
- Qué hacer si se omite o retrasa una dosis
- Almacenaje
- ¿Qué hacer cuando se viaja?
- Seguridad



Tomando mis medicamentos

Destrezas

- Cómo inyectarse la insulina
 - Como usar equipos
- Conocimiento para la persona con diabetes
- Saber cómo su medicamento funciona



Encontrando Soluciones

- Require que la persona resuelva problemas relacionados con:
- Episodios de hiperglucemia, hipoglucemia
- Dias de enfermedad
- Require tomar decisiones rápidas e informadas sobre: alimentos, actividad y medicamentos.



Encontrando Soluciones

- A pesar de tener décadas de vivir con diabetes:
- La Diabetes es una enfermedad progresiva
- Se desarrollan complicaciones (gastroparesis)
- Se envejece
- El estilo de vida cambia
- Surgen otras enfermedades
- Se vive la vida por etapas





Encontrando Soluciones

Barreras

- Físicas, emocionales
- Cognocitivas
- Obstáculos financieros
- Destrezas de manejo



Reduciendo mis riesgos

Destrezas

- Dejar de fumar
- Inspección de los pies
- Vigilancia de la presión sanguínea
- Auto-vigilancia de la azúcar
- Uso de aspirina



Reduciendo mis riesgos

- Estándares del cuidado
- ✓ Examen dental
- ✓ Examen del pie
- ✓ Examen renal
- ✓ A1C
- ✓ Examen visual



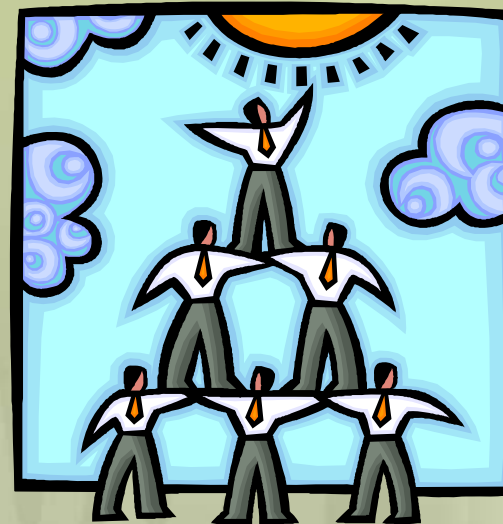
Adaptándome saludablemente

- Identificar la motivación individual para cambiar comportamiento
- Establecimiento de metas



Éxito y Metas

- No se puede hablar de éxito ni NO se plantean metas y objetivos, ya que el éxito es precisamente cumplir o superar las metas y objetivos establecidos.





Estableciendo metas

- Desarrolle metas que sean medibles y realistas (EMART)
- E= Específicos
- M= Medibles
- A= Alcanzables
- R= Realistas
- T= Tiempo en que se lograrán



Los Objetivos

- Los objetivos deben ser claros y de preferencia por escrito.
- Deben establecerse en un período de tiempo que permita lograr las metas.
- Debe crearse un plan de acción para lograrlos.
- Deben ser medibles. Es decir que podemos comparar el objetivo con el resultado para saber si se tiene éxito o no.



Deben estar dentro de la realidad:

- Recursos humanos y económicos
- Tiempo
- Conocimientos
- Habilidades
- Destrezas
- Actitudes



Aplicando

- ¿Cómo aprende una persona adulta?
- ¿Cómo aprende un niño?
- ¿Cómo aprende un adolescente?
- ¿Cómo aprende un anciano?



Poster

AADE 7™
Self-Care Behaviors

SAMPLE DO NOT REPRODUCE

- Healthy Eating
- Being Active
- Monitoring
- Taking Medication
- Problem Solving
- Healthy Coping
- Reducing Risks

© American Association of Diabetes Educators www.diabeteseducator.org

Este material es propiedad de la Asociación Nacional Mexicana de Educadores en Diabetes, con permiso del autor para su consulta. El uso de este material requiere permiso del autor y de la ANMED.



Hoja para documentar las metas

AADE 7™
Self-Care Behaviors

Addressograph/Stamp Area

Patient name: _____

Goal Setting		Follow Up		Goal Review Documentation	
Date	Goal	Date	Achievement	Rate	Reviewed <input type="checkbox"/> Continued <input type="checkbox"/> Modified <input type="checkbox"/>
Date: _____	<input type="checkbox"/> Healthy eating <input type="checkbox"/> Make better food choices <input type="checkbox"/> Reduce portion size <input type="checkbox"/> Follow meal plan Goal individualization: _____	Date: _____	<input type="checkbox"/> 1 mo. <input type="checkbox"/> 3 mo. <input type="checkbox"/> 6 mo. <input type="checkbox"/> 12 mo.	Rate 0-10 ____	_____
Date: _____	<input type="checkbox"/> Being active <input type="checkbox"/> Exercise longer <input type="checkbox"/> Exercise more often <input type="checkbox"/> Follow exercise plan Goal individualization: _____	Date: _____	<input type="checkbox"/> 1 mo. <input type="checkbox"/> 3 mo. <input type="checkbox"/> 6 mo. <input type="checkbox"/> 12 mo.	Rate 0-10 ____	<input type="checkbox"/> Achieved <input type="checkbox"/> Continued <input type="checkbox"/> Modified
Date: _____	<input type="checkbox"/> Monitoring <input type="checkbox"/> Follow monitoring schedule <input type="checkbox"/> Monitor more often <input type="checkbox"/> Monitor health status Goal individualization: _____	Date: _____	<input type="checkbox"/> 1 mo. <input type="checkbox"/> 3 mo. <input type="checkbox"/> 6 mo. <input type="checkbox"/> 12 mo.	Rate 0-10 ____	<input type="checkbox"/> Achieved <input type="checkbox"/> Continued <input type="checkbox"/> Modified
Date: _____	<input type="checkbox"/> Taking medication <input type="checkbox"/> Increase medications on time <input type="checkbox"/> Take medications as prescribed Goal individualization: _____	Date: _____	<input type="checkbox"/> 1 mo. <input type="checkbox"/> 3 mo. <input type="checkbox"/> 6 mo. <input type="checkbox"/> 12 mo.	Rate 0-10 ____	<input type="checkbox"/> Achieved <input type="checkbox"/> Continued <input type="checkbox"/> Modified
Date: _____	<input type="checkbox"/> Problem solving <input type="checkbox"/> Identify potential problems <input type="checkbox"/> Plan problem situation treatment <input type="checkbox"/> Prevent problem situations Goal individualization: _____	Date: _____	<input type="checkbox"/> 1 mo. <input type="checkbox"/> 3 mo. <input type="checkbox"/> 6 mo. <input type="checkbox"/> 12 mo.	Rate 0-10 ____	<input type="checkbox"/> Achieved <input type="checkbox"/> Continued <input type="checkbox"/> Modified
Date: _____	<input type="checkbox"/> Healthy coping <input type="checkbox"/> Cope with diagnosis of disease <input type="checkbox"/> Adapt to lifestyle changes <input type="checkbox"/> Get support from family/friends Goal individualization: _____	Date: _____	<input type="checkbox"/> 1 mo. <input type="checkbox"/> 3 mo. <input type="checkbox"/> 6 mo. <input type="checkbox"/> 12 mo.	Rate 0-10 ____	<input type="checkbox"/> Achieved <input type="checkbox"/> Continued <input type="checkbox"/> Modified
Date: _____	<input type="checkbox"/> Reducing risks <input type="checkbox"/> Stop smoking <input type="checkbox"/> Get health checkups <input type="checkbox"/> Perform daily self care activities Goal individualization: _____	Date: _____	<input type="checkbox"/> 1 mo. <input type="checkbox"/> 3 mo. <input type="checkbox"/> 6 mo. <input type="checkbox"/> 12 mo.	Rate 0-10 ____	<input type="checkbox"/> Achieved <input type="checkbox"/> Continued <input type="checkbox"/> Modified
Diabetes Educator Name and Initials		Name		Initial	
Name _____	Initial _____	Name _____	Initial _____		



Forma de Evaluación

Diabetes Educator Performance Evaluation Form

Name: _____ Address: _____
 City: _____ State: _____
 Zip: _____ Phone: _____
 Email: _____

Standards of Practice

Standard	Rating	Comments
1.1.1	1 2 3 4 5	
1.1.2	1 2 3 4 5	
1.1.3	1 2 3 4 5	
1.1.4	1 2 3 4 5	
1.1.5	1 2 3 4 5	

Standards of Professional Performance

Standard	Rating	Comments
2.1.1	1 2 3 4 5	
2.1.2	1 2 3 4 5	
2.1.3	1 2 3 4 5	
2.1.4	1 2 3 4 5	
2.1.5	1 2 3 4 5	
2.1.6	1 2 3 4 5	
2.1.7	1 2 3 4 5	
2.1.8	1 2 3 4 5	

Signature: _____ Date: _____
 Signature: _____ Date: _____

DO NOT REPRODUCE

DO NOT REPRODUCE

Este material es propiedad de la Asoc Nacional Mexicana de Educadores en Dial permiso del autor para su consulta. El us material requiere permiso del autor y de la ANMED.





Caso

Mi día comienza! Primero debo chequear mi nivel de glucosa. Necesito contar el número de los carbohidratos que estoy planeando comer de modo que pueda calcular mi dosis de la insulina que necesite administrarme antes de que yo coma mi desayuno. Mi azúcar fue más alta ayer que lo que tengo generalmente. Así que necesitaré tomar eso en consideración para calcular mi dosis. Tan pronto como acabe el desayuno, empaco mi bolso del gym y me iré a la piscina donde nadaré por 30 minutos antes de ir a trabajar. En el trabajo, sé de seguro, que un gran número de tareas me retrasarán mi almuerzo. Cuando comienzo a sentirme algo mareado, compruebo mi azúcar en sangre y veo que tengo 55 mg/dl., así que saco de la gaveta de mi escritorio una barra de cereal en lo que puedo almorzar. Esta tarde, debo llamar el laboratorio para ver cuándo abren de modo que pueda planear para ir en ayunas antes de llegar a mi trabajo para saber cómo están mis lípidos y mi A1C. Eso significa que tendré que llevar mi glucómetro, insulina, y mi desayuno conmigo para poderme prepararme para ir a trabajar después de ir al laboratorio. El día termina, y mi compañero de la oficina me pregunta si deseo salir a cenar y a ver una película. Le explico que deseo ir pero que tendremos que ir a mi casa primero de modo que pueda buscar mis “cosas” para la diabetes. ¡El sugiere un restaurante cerca de mi casa y nos fuimos! Me pregunto: ¿Podré tomarme una copita de vino? ¿Tardaremos en comer?



Referencias

- <http://www.diabeteseducator.org/AADE7/index.shtml>
- Diabetes Self-Management Education Core Outcomes Measures, Diabetes Educator: Volume 29, Number 5, September/October 2003
- Case study: Mulcahy, et al Diabetes self-management education core outcomes measures. *Diabetes Educ.* 2003 Sep-Oct;29(5):768-70, 773-84, 787-8.



Preguntas



Este material es propiedad de la Asociación Nacional Mexicana de Educadores en Diabetes, con permiso del autor para su consulta. El uso de este material requiere permiso del autor y de la ANMED.