



M. en C.E. ALEJANDRO AUGUSTO MAZA GARCIA

ESCUELA PARA DIABÉTICOS





Abstract: This presentation offer groups of diabetics auto learn for adequate control of his sick and prevention of risk complications secondary at bad metabolic control, over side students of preventive medicine, acquired methodology of educative communication beside his patients who exposed at the group experiences of life with impact other members, over way public health minimize cost of attentions, benefit more people in the family and community.

Key words: education, family, groups and prevention.



ABORDAJE INTEGRAL DE LA FAMILIA DIABÉTICA

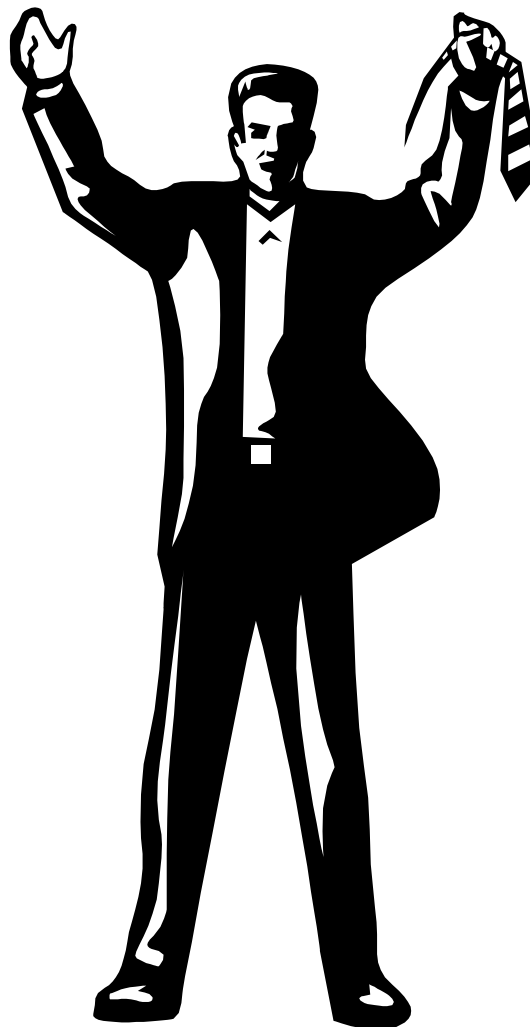




- ¿POR QUÉ SOY DIABÉTICO?
- ¿QUE ES LA GLUCOSA?
- FUNCIÓN DEL PANCREAS
- ¿QUE ES LA INSULINA?
- CUALES SON LOS FACTORES PARA PADECER RESISTENCIA A LA INSULINA
- FUNCIÓN DEL RIÑON
- DIAGNÓSTICO DE DIABETES
- TRATAMINETO
- DIABÉTICO CONTROLADO
- COMPLICACIONES
- COSTO DE LOS PACIENTES DIABÉTICOS



¿Por qué soy Diabético?





FACTORES

- GENÉTICO
- ESTILO DE VIDA



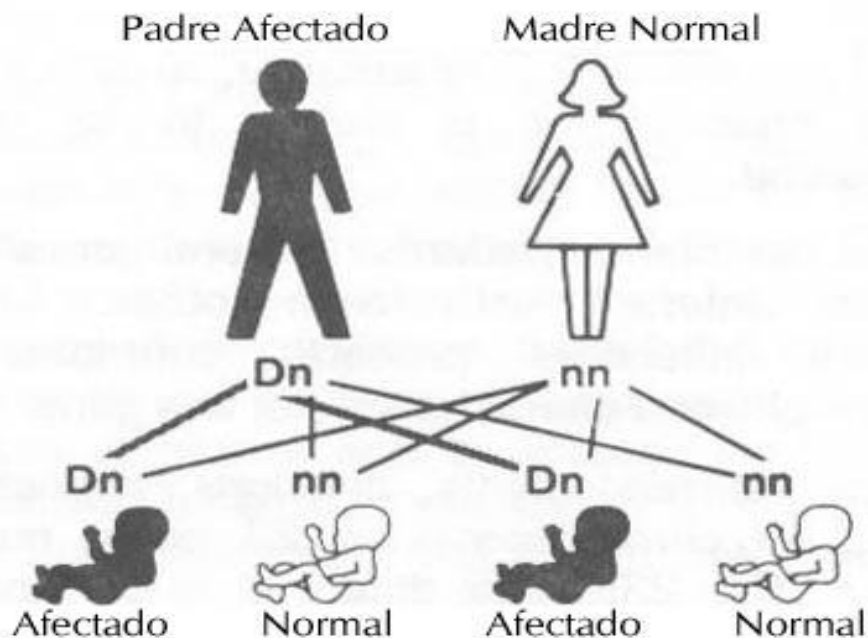
GENÉTICO



GENÉTICO

Cómo se Transmite la Herencia Dominante

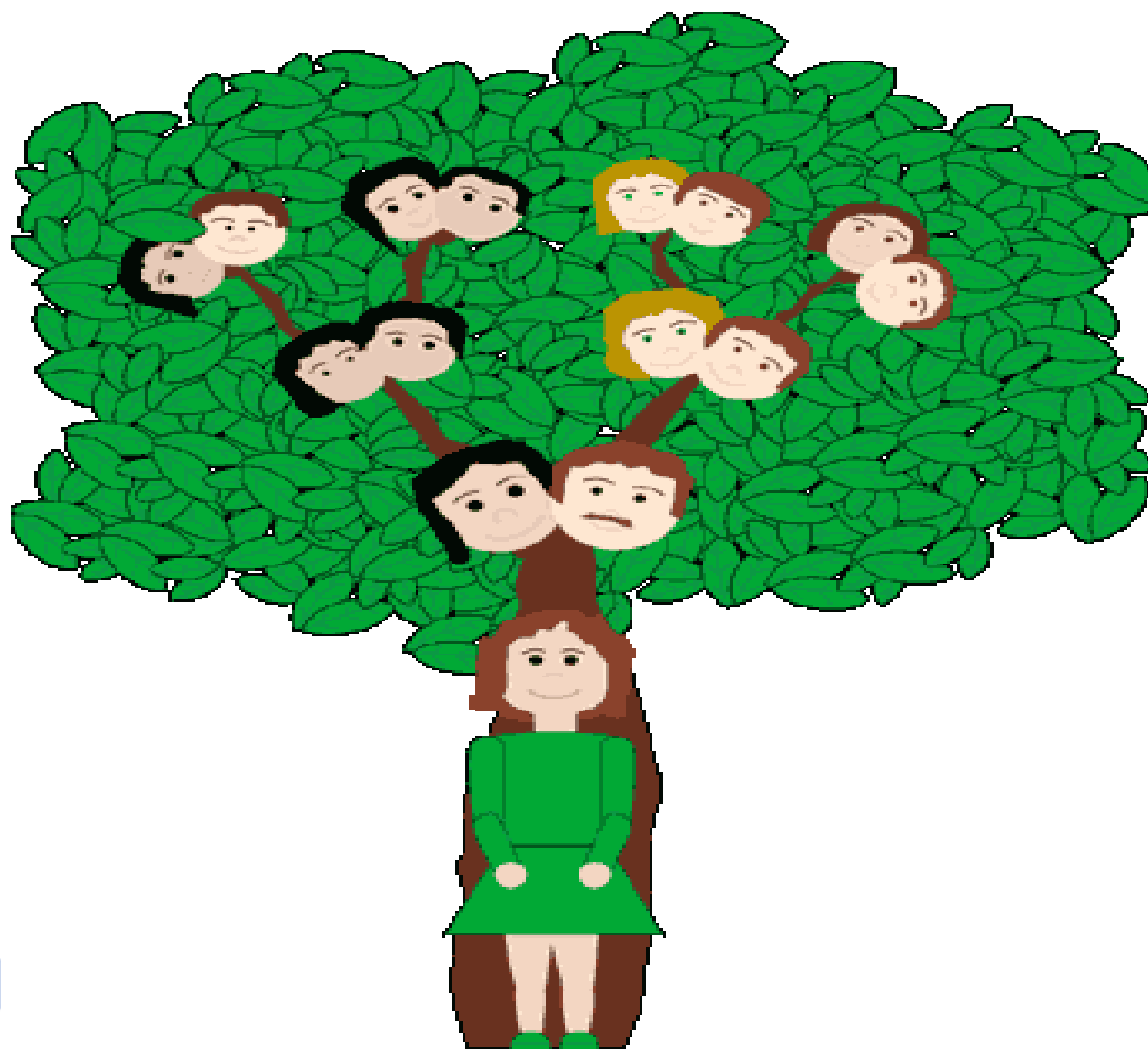
El padre o la madre tienen un único gen defectuoso (D), que domina sobre el efecto del correspondiente gen normal (n).



Cada hijo/a tiene un 50% de posibilidades de heredar el gen D o el N de su padre o madre.

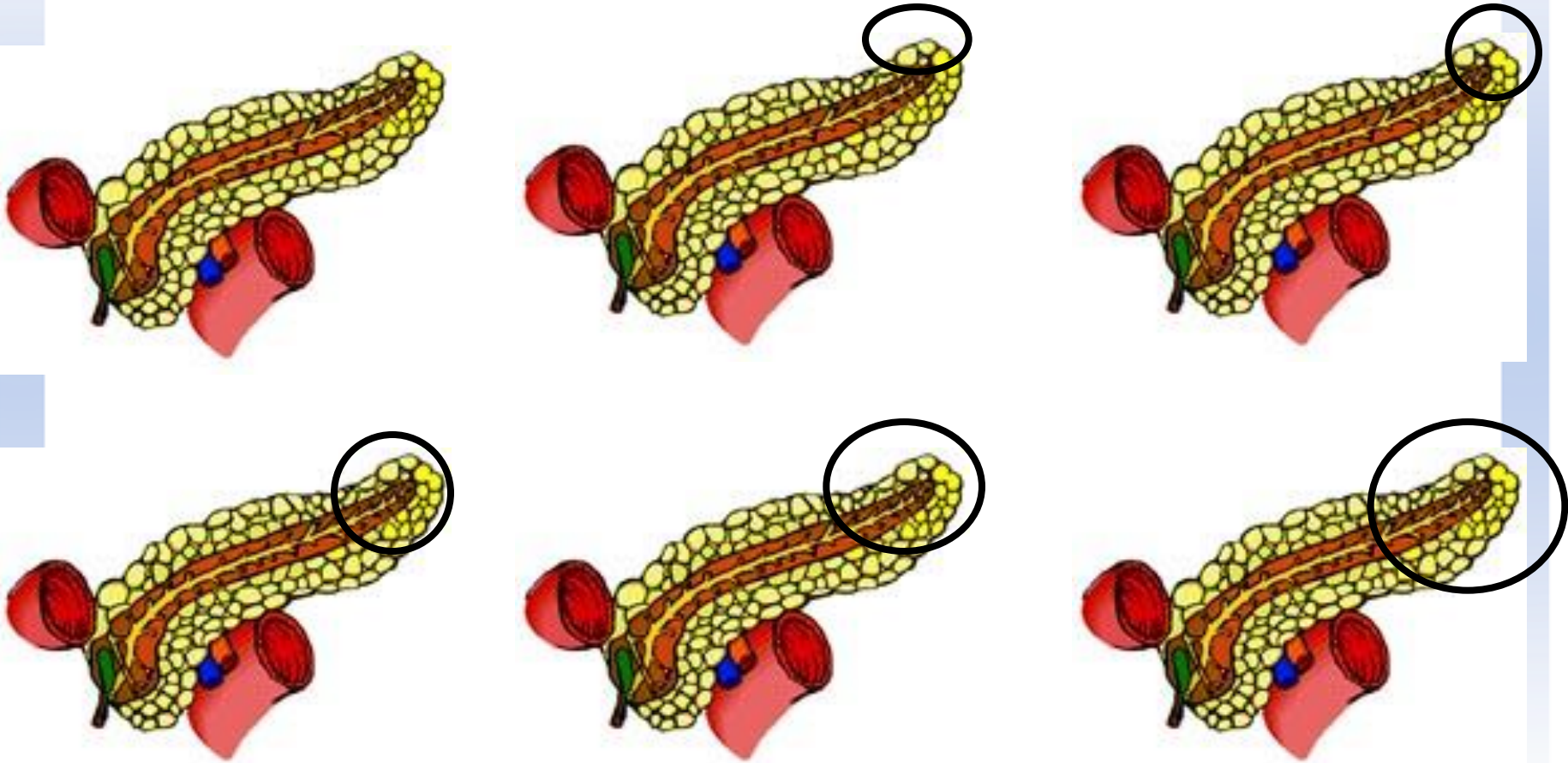


GENÉTICO





Páncreas





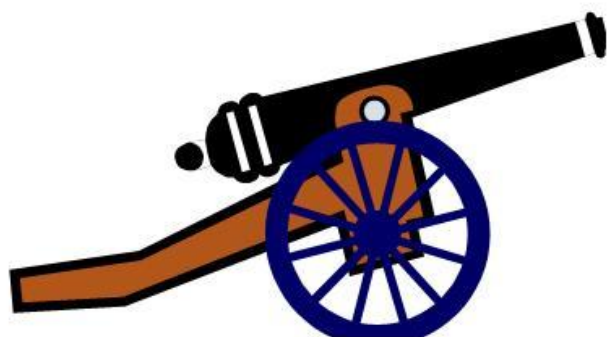
ESTILO DE VIDA



Factores del Estilo de Vida

“Los genes cargan el arma. El estilo de vida tira el gatillo”

Dr. Elliot Joslin





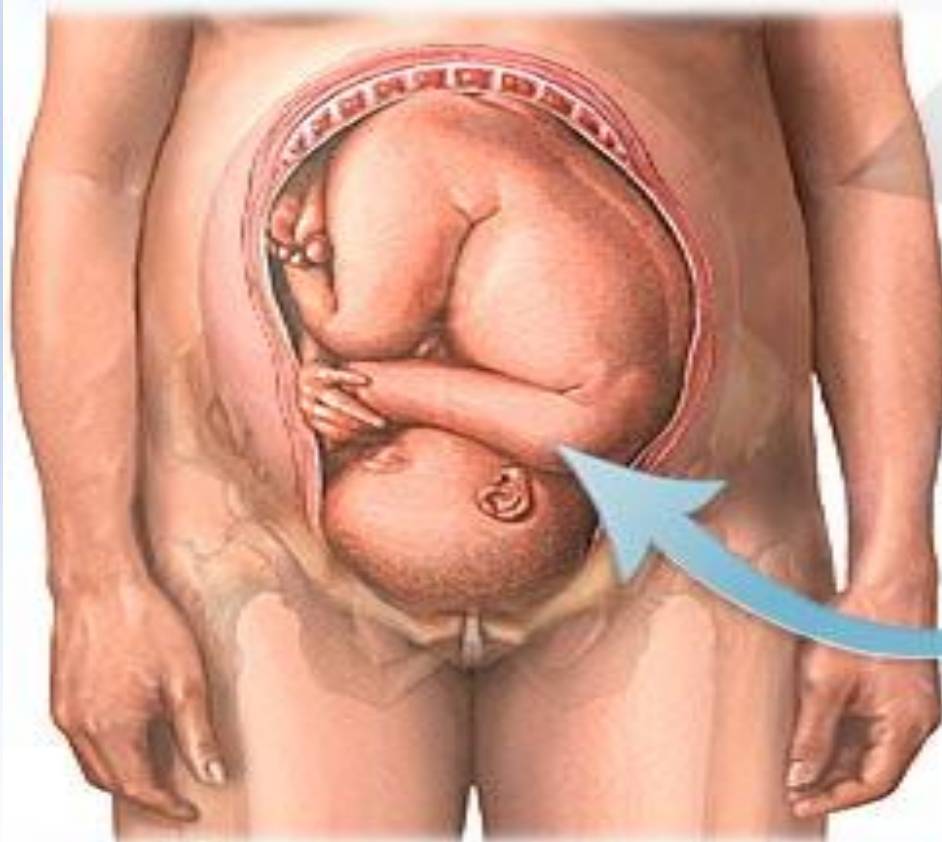
ALIMENTACIÓN





DIABETES EN EL EMBARAZO

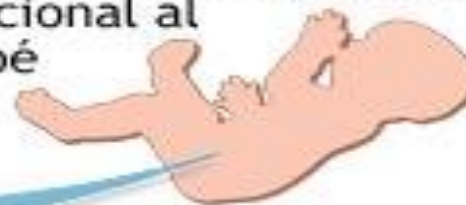
Diabetes gestacional



Niveles
sanguíneos
altos de
glucosa en
la madre



Le proporcionan glucosa
adicional al
bebé



Hacen que el bebé
aumente de peso



EJERCICIO



**DÍA MUNDIAL
DE LA DIABETES**

14 DE NOVIEMBRE

**LEGANDO A MILLONES DE PERSONAS
EN TODO EL MUNDO**

**COMBATE
la obesidad**
Preven la diabetes





ECONOMÍA





ECONOMÍA



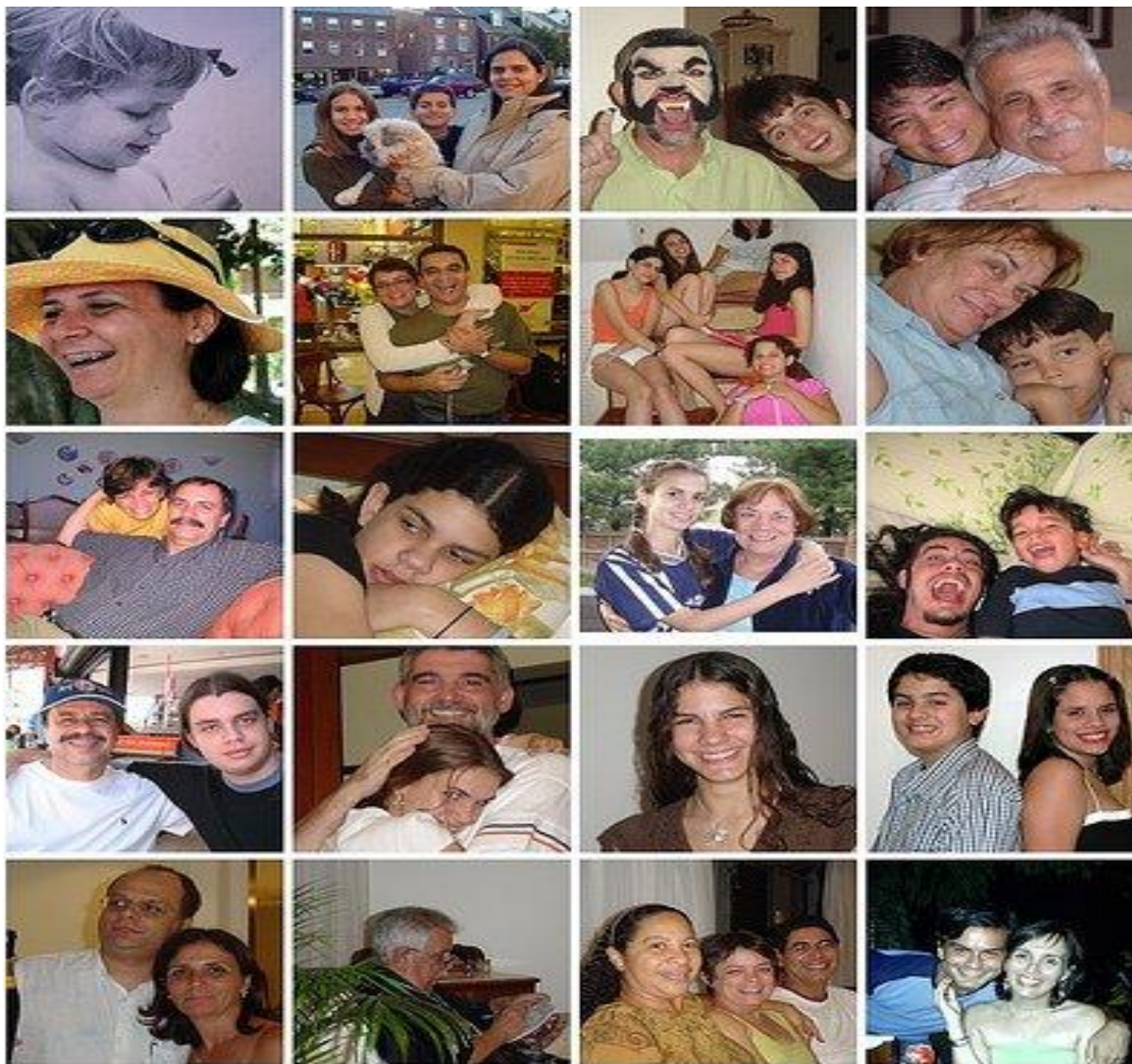


LA SOCIEDAD





FAMILIA





PUBLICIDAD



Sheila Redden

Antigonish, NS

20 libras perdidas en 6 semanas !

Antes

Despues





Drink **Coca-Cola**

The pause that refreshes
...at home

Delicious and Refreshing

Housework brings that urge to pause and relax in an easy chair. Do it...with ice-cold Coca-Cola. It adds to relaxation what relaxation always needs...pure, wholesome refreshment.

REFRESH YOURSELF WITH ICE-COLD COCA-COLA... FROM YOUR OWN REFRIGERATOR



Alimentación





LA OBESIDAD

- Un error común es pensar que comer mucho azúcar causa diabetes. La investigación en el campo médico ha demostrado que ganar peso sin importar cuánto azúcar se coma eleva el riesgo de contraer diabetes en aquellas personas que están predispuestas genéticamente.



Equilibrio

= Diabetes 100 años



= Diabetes 50 años



= Descontrolada 30 años



¿ QUE ES LA GLUCOSA ?





AZÚCAR DE MESA

- EL AZÚCAR DE MESA ES, SIN LUGAR A DUDAS UNO DE LOS REYES DE LAS SOBREMESAS Y PARTE IMPRESCINDIBLE DE MUCHOS POSTRES
- SE OBTIENE DE LA CAÑA DE AZÚCAR Y LA REMOLACHA AZUCARERA



INDUSTRIA

- AL TRATARSE DE UN PRODUCTO QUE HA SUFRIDO PROCESOS INDUSTRIALES DE TRANSFORMACIÓN, NO ES POSIBLE CONSIDERARLO UN ALIMENTO .
- YA QUE TODAS LAS PROPIEDADES NUTRITIVAS QUE TENÍA EN SU ESTADO NATURAL HAN SIDO EXTRAÍDAS (FIBRA, VITAMINAS, ENZIMAS, SALES MINERALES),
- DANDO COMO RESULTADO, UN PRODUCTO DE ALTO VALOR CALÓRICO PERO VACÍO DE NUTRIENTES



- FIBRA, VITAMINAS
- MINERALES
- CALORÍAS



* SOLO CALOÍAS



LA FUNCIÓN DE LA GLUCOSA

- **LA GLUCOSA PROPORCIONA ENERGÍA A LOS MILES DE MILLONES DE CÉLULAS QUE CONFORMAN NUESTRO CUERPO.**
- **SIN EMBARGO, PARA ENTRAR EN ELLAS NECESITA UNA “LLAVE”, A SABER, LA INSULINA, UNA HORMONA QUE SEGREGA EL PÁNCREAS.**



COMO ACTUA EL AZÚCAR EN EL CUERPO

La **célula** necesita **glucosa (azúcar)** como gasolina. El **azúcar** es una fuente de energía celular.

La **insulina** tiene que ser compatible con la **entrada celular** para poder llevar los **azúcares** al interior de la **célula**.

Esta **insulina** **no** es compatible con la **entrada celular**.

La **insulina** transporta los **azúcares** a la **célula**.





CALORÍAS

- EN REALIDAD EL CONCEPTO DE CALORÍA SE REFIERE A UNA UNIDAD DE ENERGÍA
- PODEMOS DARNOS UNA IDEA SI COMPARAMOS LAS CALORÍAS CON EL COMBUSTIBLE QUE USA UN AUTOMÓVIL, TU CUERPO AL IGUAL QUE EL AUTO REQUIERE DE COMBUSTIBLE PARA PODER FUNCIONAR.



DONDE SE ALMACENA

- POR EJEMPLO, SI A TU AUTO LE AGREGAS MÁS COMBUSTIBLE DEL QUE PUEDE ALMACENAR EN EL TANQUE, ESTE SE DERRAMA.
- IGUAL SUCEDE CON TU CUERPO, SI LE DAS MÁS CALORÍAS DE LAS QUE NECESITA PARA FUNCIONAR, ÉSTAS SE ALMACENAN COMO TEJIDO ADIPOSO.



EL AZÚCAR COMO NUTRIENTE

- SÓLO CONTIENE SACAROSA, EN UN 99%, Y NINGÚN OTRO NUTRIENTE, POR LO QUE SE SUELE DECIR QUE SU APORTACIÓN SE REDUCE A “CALORÍAS VACÍAS”
- CONCRETAMENTE, APORTA 4 CALORÍAS POR GRAMO.



FUNCIONES EN EL ORGANISMO

- LA FUNCIÓN PRINCIPAL DE LOS CARBOHIDRATOS, ENTRE ELLOS, LA SACAROSA, ES AYUDAR EN LA GENERACIÓN DE ENERGÍA QUE EL CUERPO HUMANO NECESITA PARA QUE FUNCIONEN LOS DIFERENTES ÓRGANOS. EL CEREBRO REQUIERE EL 20% DEL CONSUMO





OTROS PRODUCTOS

- EL AZÚCAR PROPORCIONA 4 CALORÍAS POR GRAMO
- PARA ELABORAR PRODUCTOS DIETÉTICOS ESPECIALES, APTOS PARA PERSONAS CON DIABETES U OBESIDAD CON MENOS CALORÍAS O SIN CALORÍAS.
- SE EMPLEAN OTROS EDULCORANTES COMO LOS GLICOALCOHOLES (SORBITOL, XILITOL Y MALTITOL) QUE TIENEN UNA MENOR CARGA ENERGÉTICA
- EDULCORANTES ARTIFICIALES CON UN PODER EDULCORANTE MUY INTENSO Y QUE NO APORTAN CALORÍAS (SACARINA, ASPARTAME, ACESULFAME, TAUMATINA, ETC.).



EDULCORANTE

- EL SORBITOL SE EMPLEA COMO EDULCORANTE EN LOS ALIMENTOS DIETÉTICOS.
- SE LE CALIFICA COMO EDULCORANTE NUTRITIVO PORQUE CADA GRAMO CONTIENE 2.4 CALORÍAS POR GRAMO.
- BASTANTE MENOS QUE LAS 4 DE LA SACAROSA O EL ALMIDÓN.
- ES EL EDULCORANTE QUE CONTIENEN GENERALMENTE LOS CHICLES “SIN AZÚCAR”.



EL SORBITOL

- EL ORGANISMO HUMANO METABOLIZA EL SORBITOL LENTAMENTE.
- EL SORBITOL TIENE IMPORTANTES VENTAJAS SOBRE LA FRUCTOSA, MENOR VALOR CALÓRICO Y NO ES UN AZÚCAR.
- EL SORBITOL SE PRODUCE EN EL CUERPO HUMANO Y SI SU CANTIDAD ES EXCESIVA, PUEDE SER NOCIVO.



- El aspartamo es un polvo blanco e inodoro, unas 200 veces más dulce que el azúcar, que se emplea en numerosos alimentos en todo el mundo.

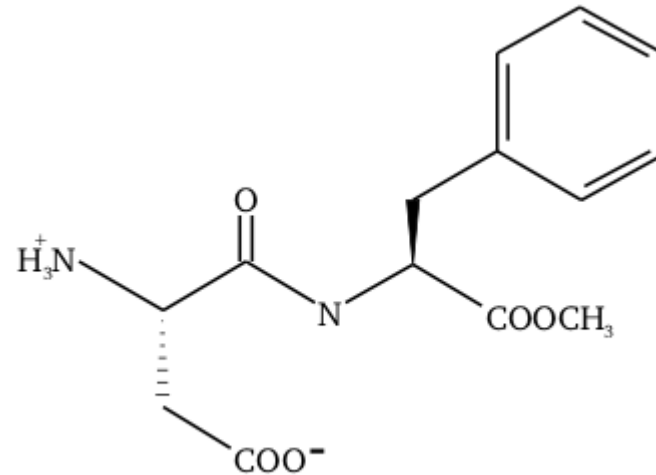


LOS ALIMENTOS LIGHT DAN CALORÍAS



sacarosa

azúcar





PUBLICIDAD

- MÉXICO OCUPA EL SEGUNDO LUGAR EN CONSUMO DE REFRESCOS EMBOTELLADOS SEGÚN DATOS DE COCA-COLA FEMSA, 2006 (EL PRIMER LUGAR LO TIENE ESTADOS UNIDOS).
- LA PUBLICIDAD QUE SE EMPLEA EN LA COMERCIALIZACIÓN DE LOS PRODUCTOS PARA *NO-ENGORDAR* ES TAN GRANDE QUE SE CALCULA A *GROSSO-MODO* QUE POR CADA DÓLAR QUE ESTADOS UNIDOS EMPLEA EN EDUCACIÓN ALIMENTARIA, LAS COMPAÑÍAS REFRESQUERAS GASTAN \$20.00 U.S.D. EN PUBLICIDAD DIRECTA AL PÚBLICO.



ALIMENTOS





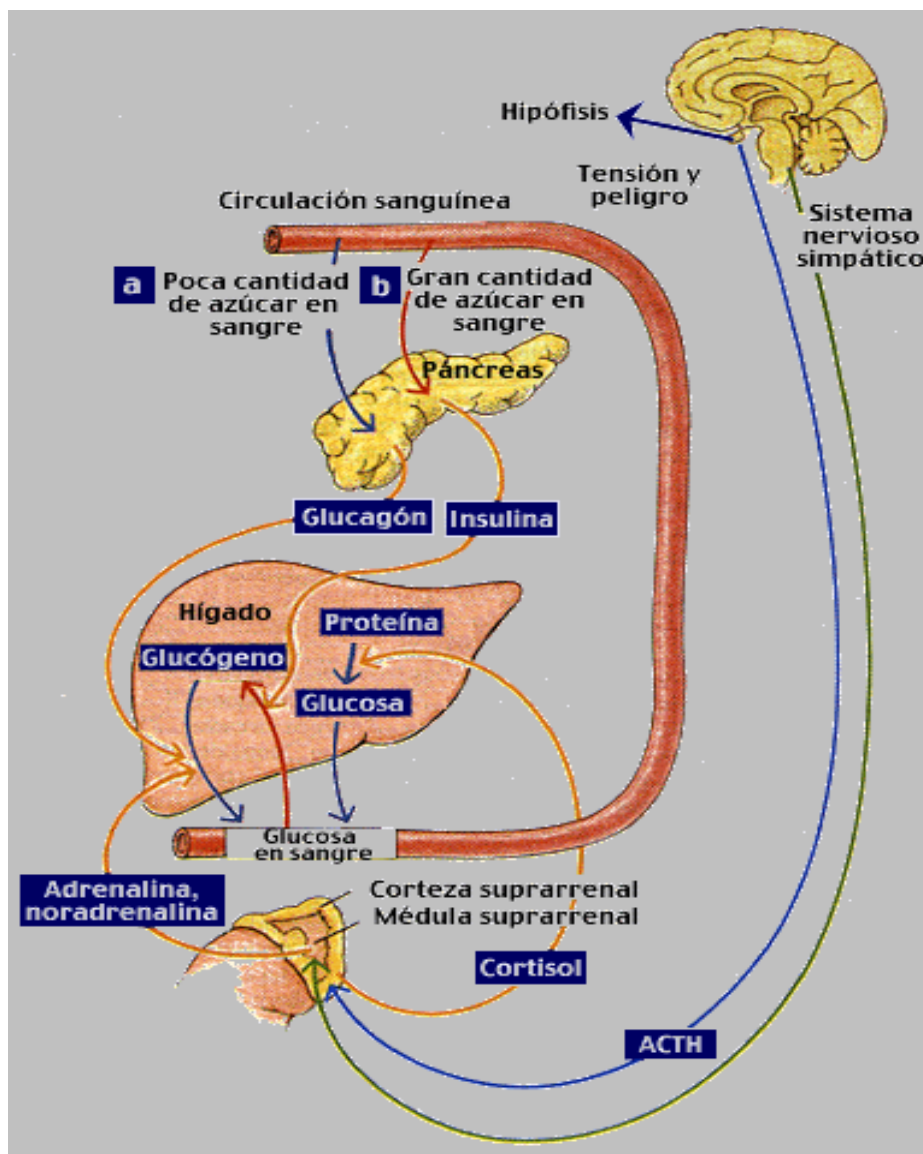
PROTEINAS

■ DE ORIGEN ANIMAL



■ DE ORIGEN VEGETAL





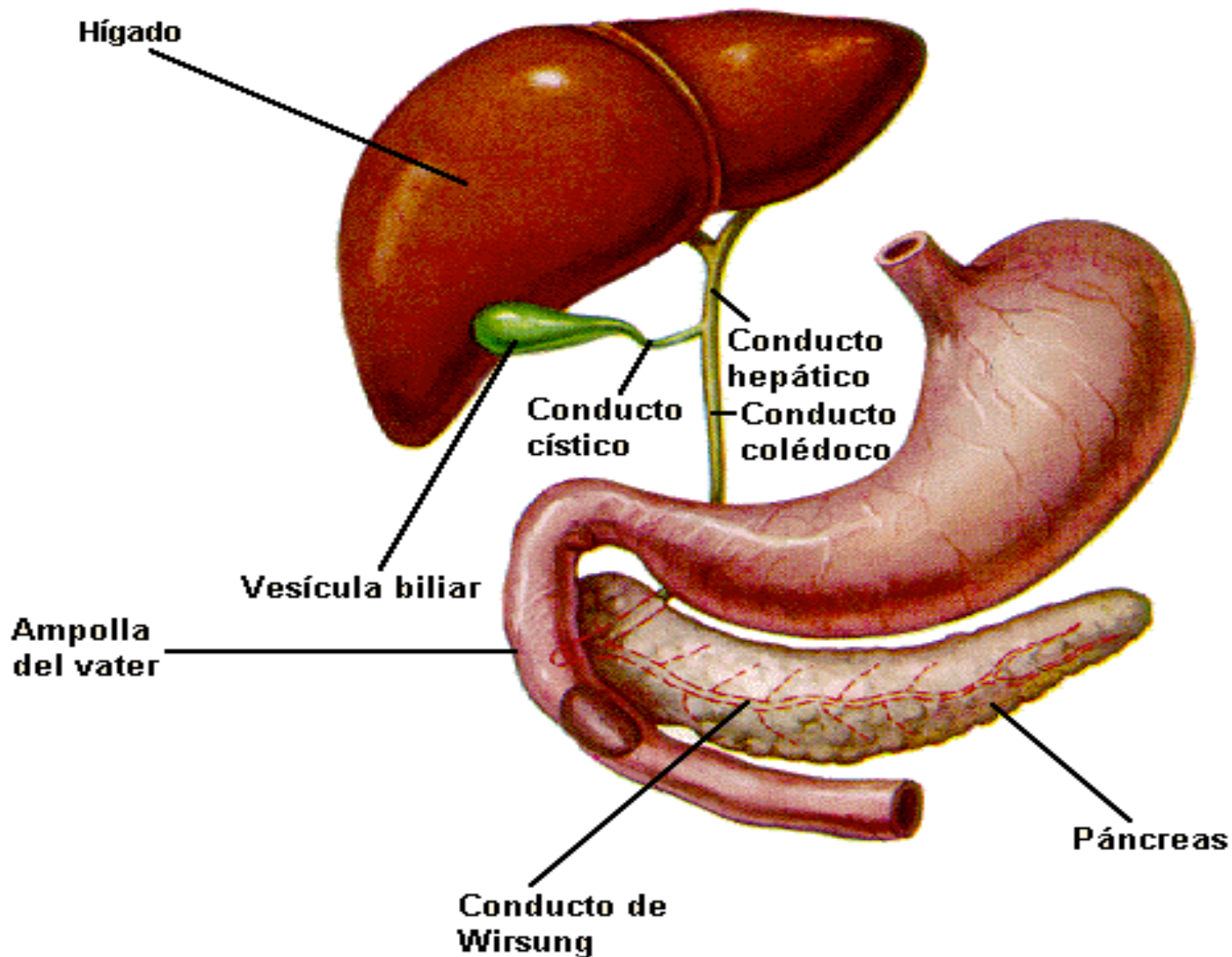


¿HAMBRE?





PÁNCREAS





MÁQUINA

- ¿PRODUCCIÓN DE PANCREAS ARTIFICIAL?





NO HAY REFACCIONES





FUNCIONES DEL PÁNCREAS

- EL PÁNCREAS TIENE DOS FUNCIONES
- DIGESTIVA
- HORMONAL



FUNCIÓN DIGESTIVA

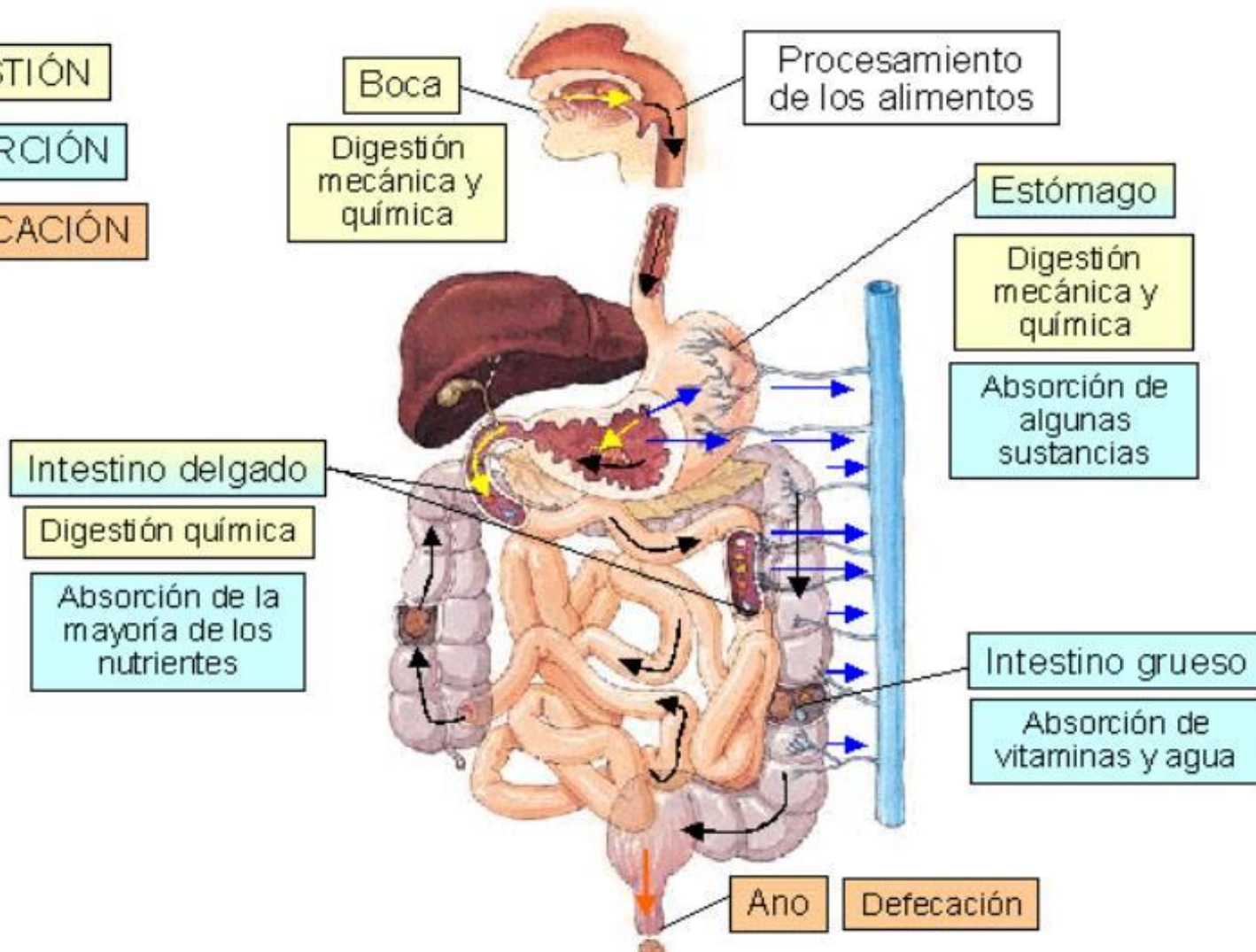
- EL PÁNCREAS PRODUCE ENZIMAS QUE AYUDAN A DIGERIR PROTEÍNAS, GRASAS Y CARBOHIDRATOS.

FUNCIÓN DIGESTIVA

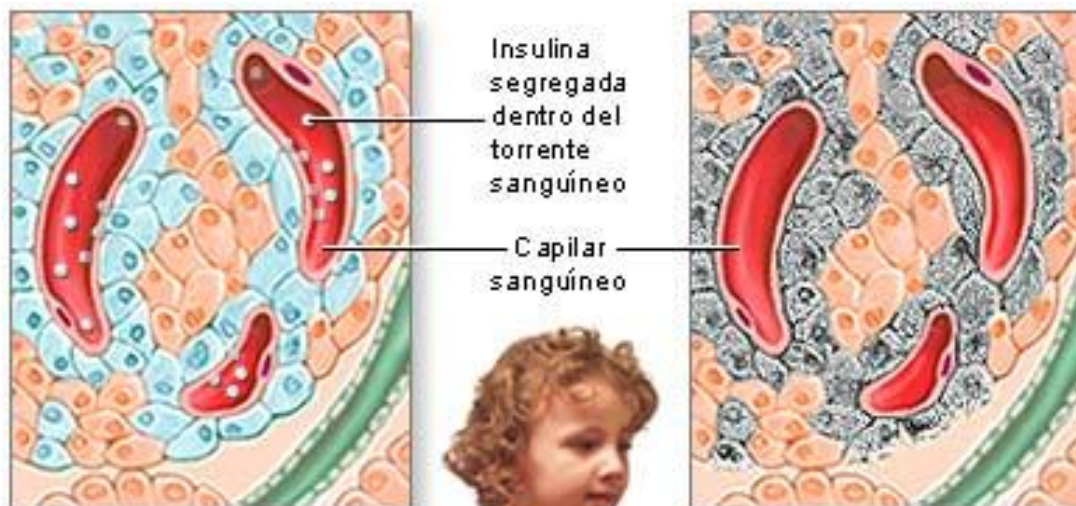
DIGESTIÓN

ABSORCIÓN

DEFECACIÓN



LA INSULINA EN LA SANGRE



Insulina segregada dentro del torrente sanguíneo

Capilar sanguíneo

■ Células productoras de insulina

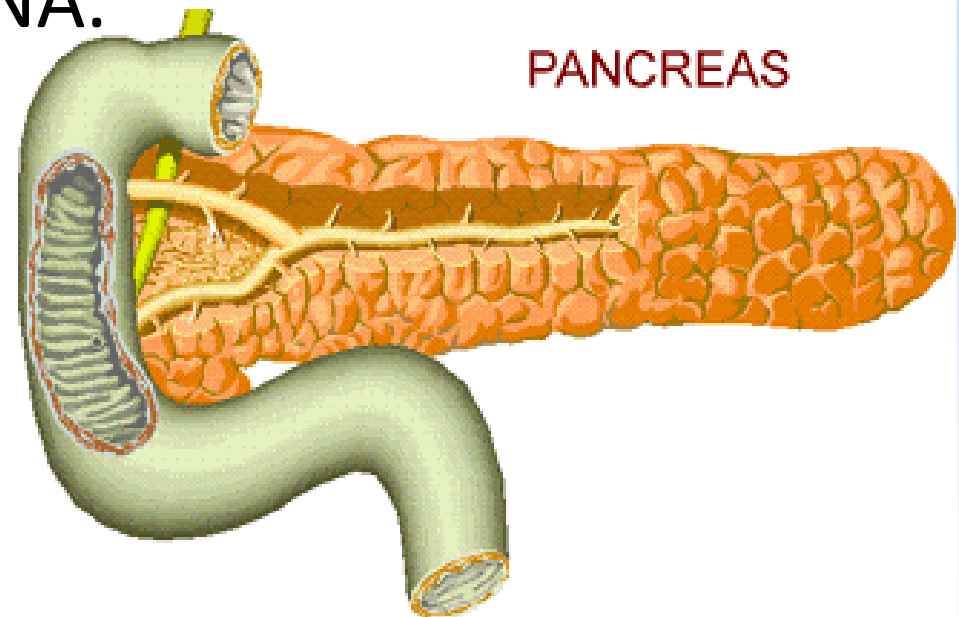
■ Células productoras de insulina destruidas





FUNCIÓN HORMONAL

- DENTRO DEL PÁNCREAS HAY PEQUEÑOS GRUPOS DE **CÉLULAS** QUE PRODUCEN INSULINA.





FUNCIÓN DEL PÁNCREAS

- LA INSULINA SE ALMACENA EN LAS CÉLULAS BETA EN GRÁNULOS SECRETORIOS, QUE SE PREPARAN PARA LIBERARLA EN LA CIRCULACIÓN SANGUÍNEA.
- RESPUESTONDEN AL ESTÍMULO DE UNA CONCENTRACIÓN CRECIENTE DE GLUCOSA EN SANGRE.

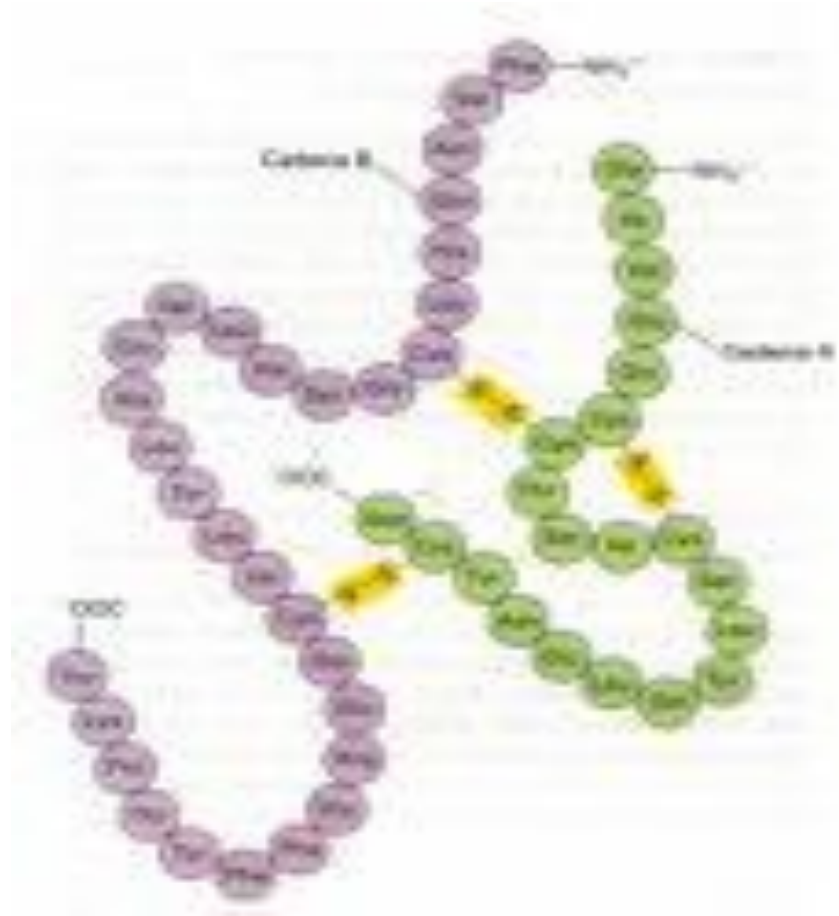


FUNCION DEL PÁNCREAAS

- UN PÁNCREAS FUNCIONANDO NORMALMENTE PUEDE FABRICAR Y LIBERAR DIARIAMENTE DE 40 A 50 UNIDADES DE INSULINA.
- ADEMÁS, TIENE VARIOS CIENTOS UNIDADES ALMACENADAS Y DISPONIBLES PARA SER SEGREGADAS CUANDO SE NECESITAN



¿QUE ES LA INSULINA?





MAL FUNCIONAMIENTO DE PÁNCREAS

- CUANDO LAS CÉLULAS BETA ESTÁN AFECTADAS Y SÓLO PERMANECEN EN BUEN ESTADO ENTRE UN 10% Y UN 20%, LOS SÍNTOMAS DE DIABETES APARECEN.



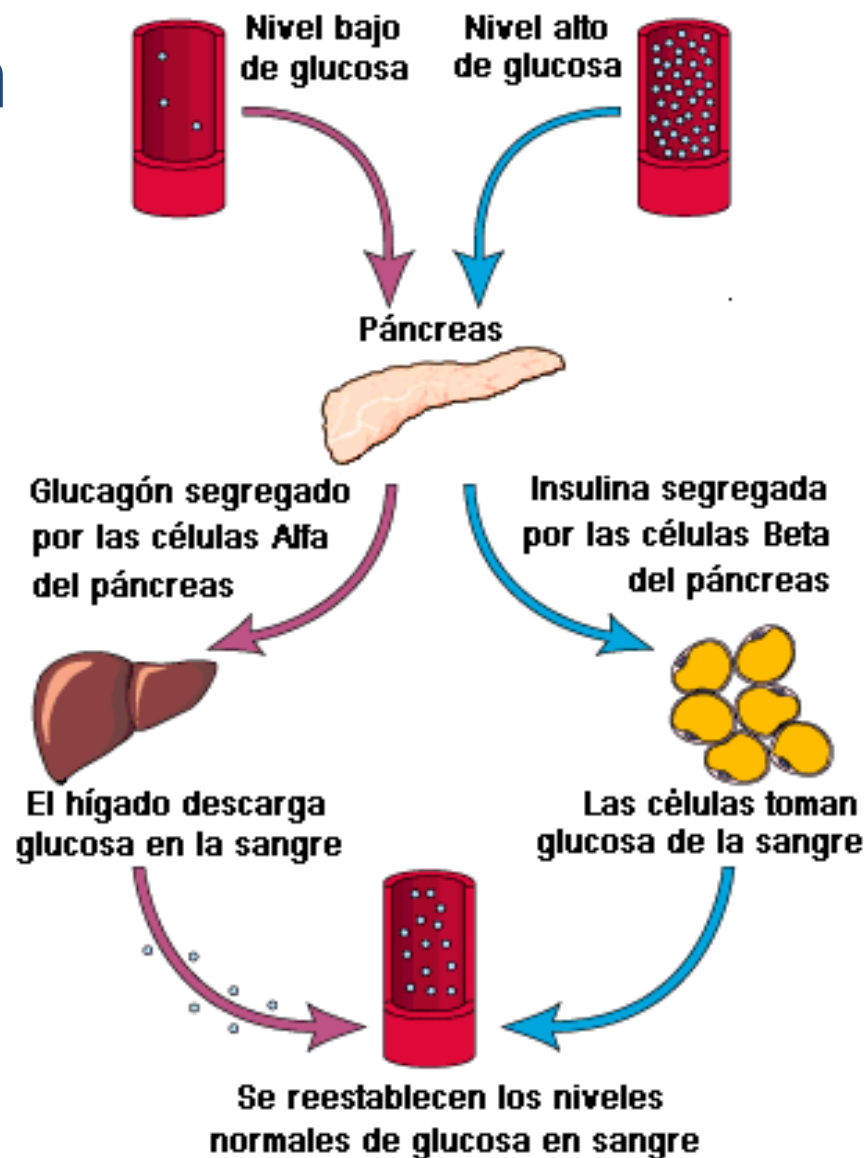
La Función de la Insulina

- **La insulina es una hormona producida en el páncreas que regula la cantidad de azúcar en la sangre.**
- **En personas con diabetes, el páncreas o no produce nada de insulina, o produce insulina insuficiente, o inclusive, insulina defectuosa.**
- **Para comprender cómo esto lo afecta a usted, necesita entender mejor la manera en que funciona la insulina en su cuerpo.**



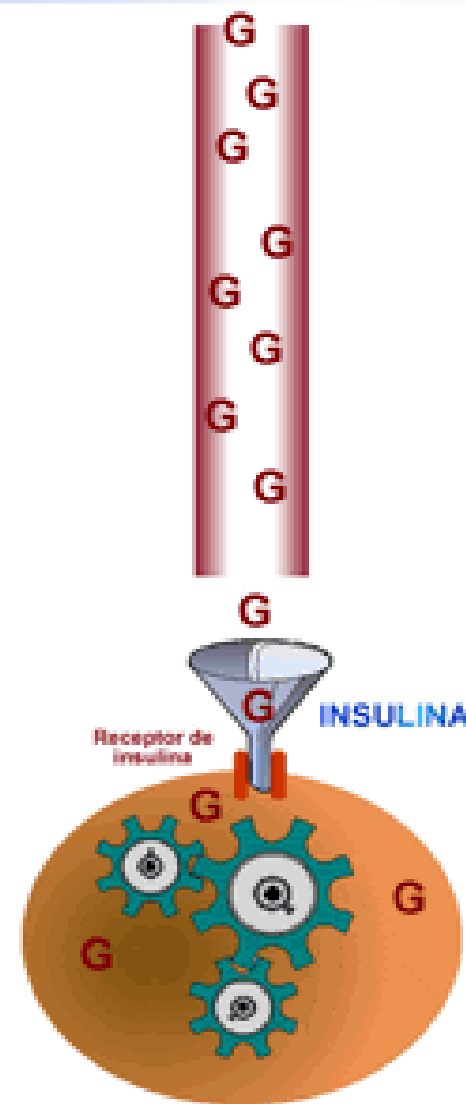
Función de la Insulina

La insulina es la principal hormona que regula los niveles de glucosa en sangre.



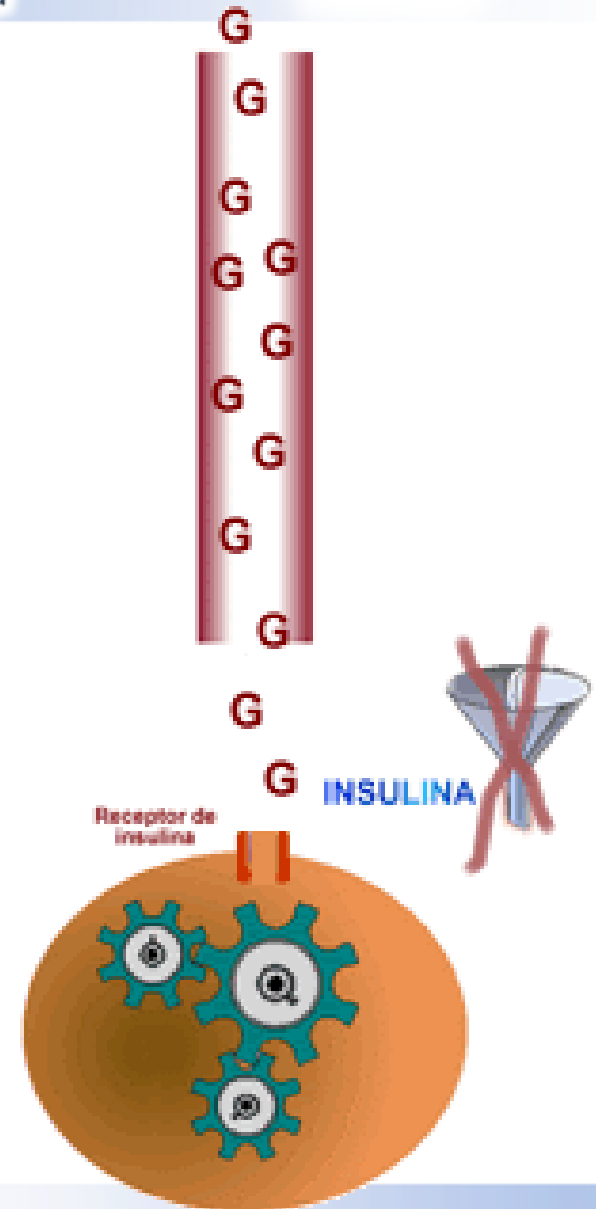


- En la gente que no tiene diabetes, la glucosa de la sangre estimula la producción de insulina en las células beta. Ellas "miden" los niveles de azúcar constantemente y entregan la cantidad exacta de insulina para que la glucosa pueda entrar a las células, manteniendo así el azúcar en el rango normal de 60 a 120 mg/dl.



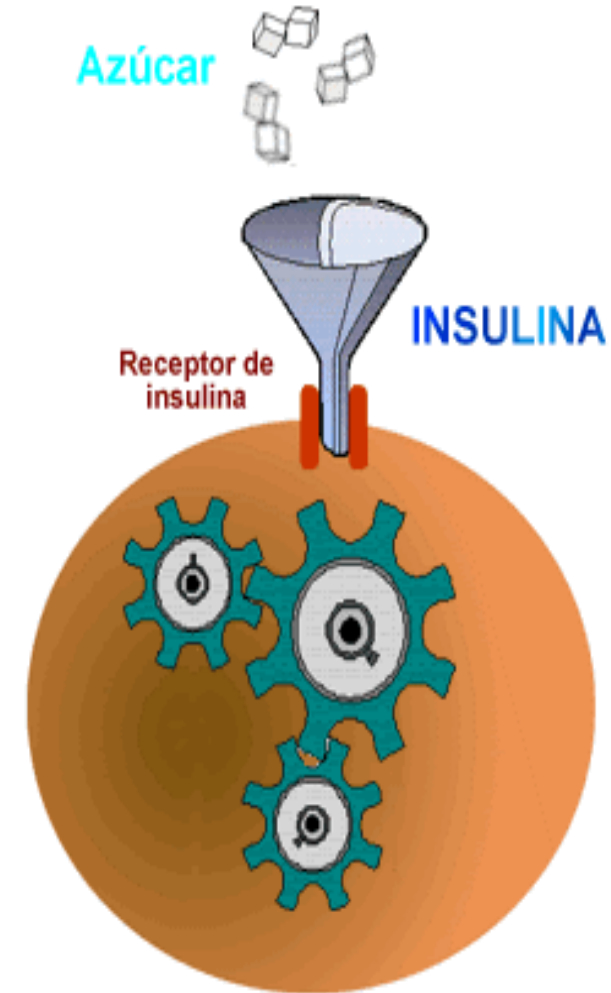


Cuando hay poca o no insulina en el cuerpo, o cuando la insulina no está funcionando correctamente, la glucosa tiene dificultad para entrar a las células. Además, cuando no hay suficiente insulina, el exceso de glucosa no puede ser guardado en el hígado o el tejido muscular. En vez de eso, la glucosa se acumula en la sangre. Esta concentración alta de glucosa en la sangre es llamada hiperglucemia.



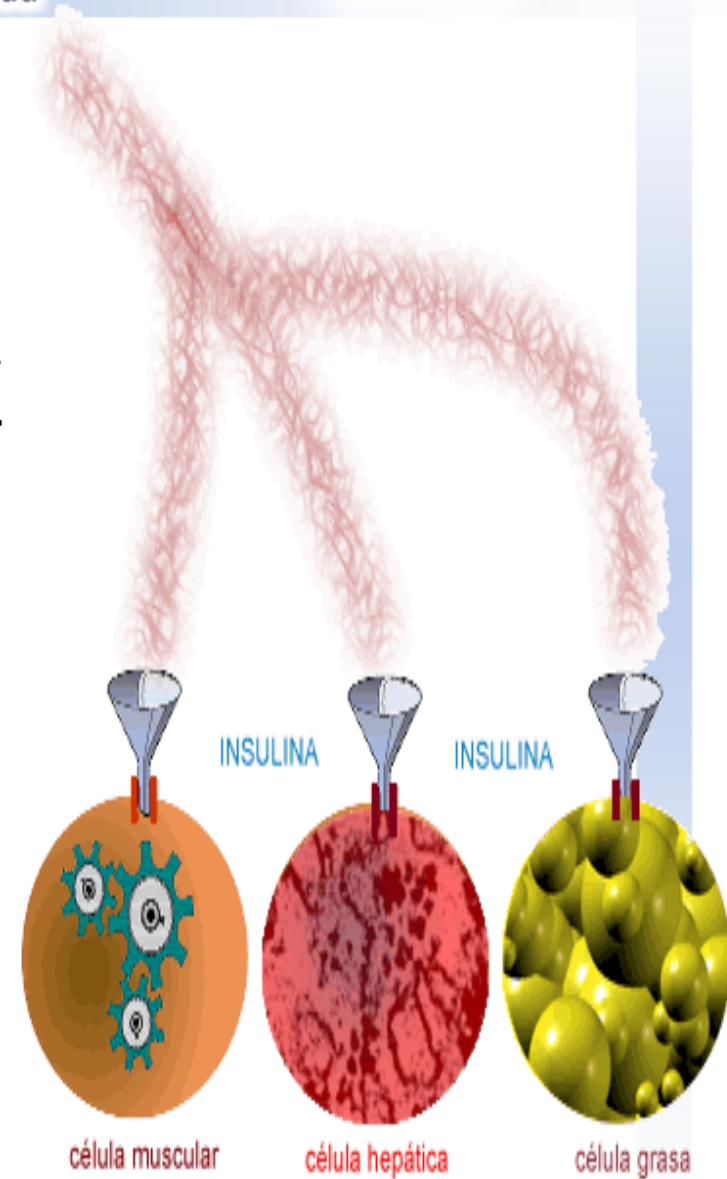


- Piense en que cada una de las células de su cuerpo es como una pequeña máquina. Como todas las máquinas, necesita combustible. Los alimentos que usted come están hechos de carbohidratos, proteínas, y grasas, que son utilizados para producir combustible para las células. El principal combustible se llama glucosa, y es un azúcar simple.





La glucosa entra a las células a través de receptores. Estos son sitios en las células que dejan entrar a la insulina. Una vez adentro, la glucosa puede ser usada como combustible. Pero, sin insulina, es difícil para la glucosa poder entrar a las células. Piense en la insulina como si fuera el embudo que permite a la glucosa (azúcar) pasar a través de los receptores hasta el interior de las células.





- El exceso de glucosa es guardado como tejido graso, o en el hígado como glucógeno. Entre comidas, cuando su azúcar sanguíneo está bajo y sus células necesitan combustible, el glucógeno del hígado es convertido en glucosa.



¿CUÁLES SON LOS FACTORES DE RIESGO PARA PADECER DE RESISTENCIA A LA INSULINA?



Usted tendrá mayores probabilidades de padecer de resistencia a la insulina si:

- Tiene sobrepeso
- No hace actividades físicas
- Alguno de sus padres, hermanos o hermanas padece de diabetes tipo 2
- Tiene síndrome de ovario poliquístico
- Tiene más de 45 años
- Su presión de la sangre es mayor de 140/90 mm Hg.
- Sus niveles de colesterol HDL (bueno) están bajos (35 mg/dl o menos)
- Sus niveles de grasa conocida como triglicéridos están altos en su sangre (250 mg/dl o más)

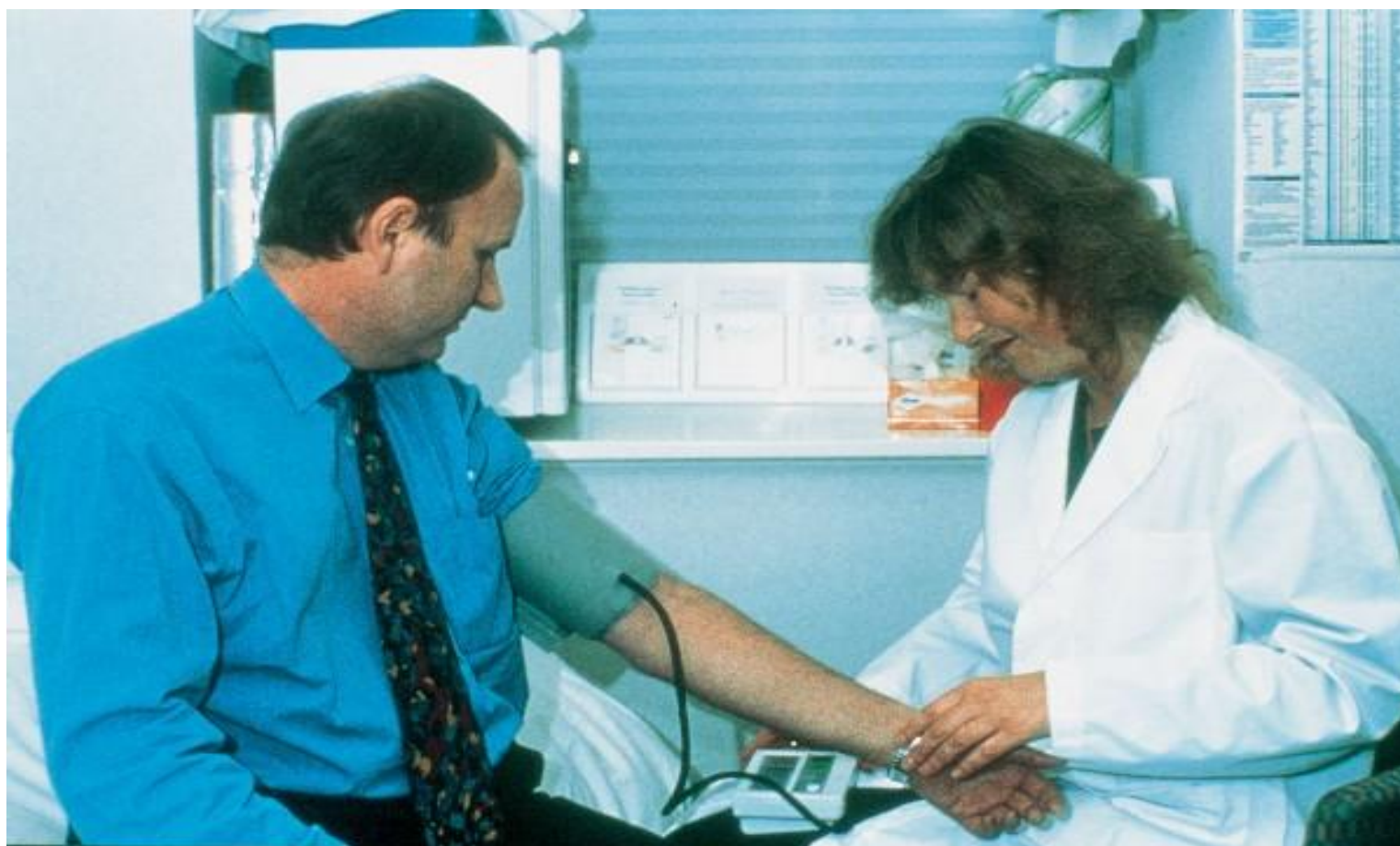


¿TIENE SOBREPESO?





¿HIPERTENSIÓN?





¿NO HACE ACTIVIDADES FÍSICAS?





¿FAMILIA CON DIABETES?



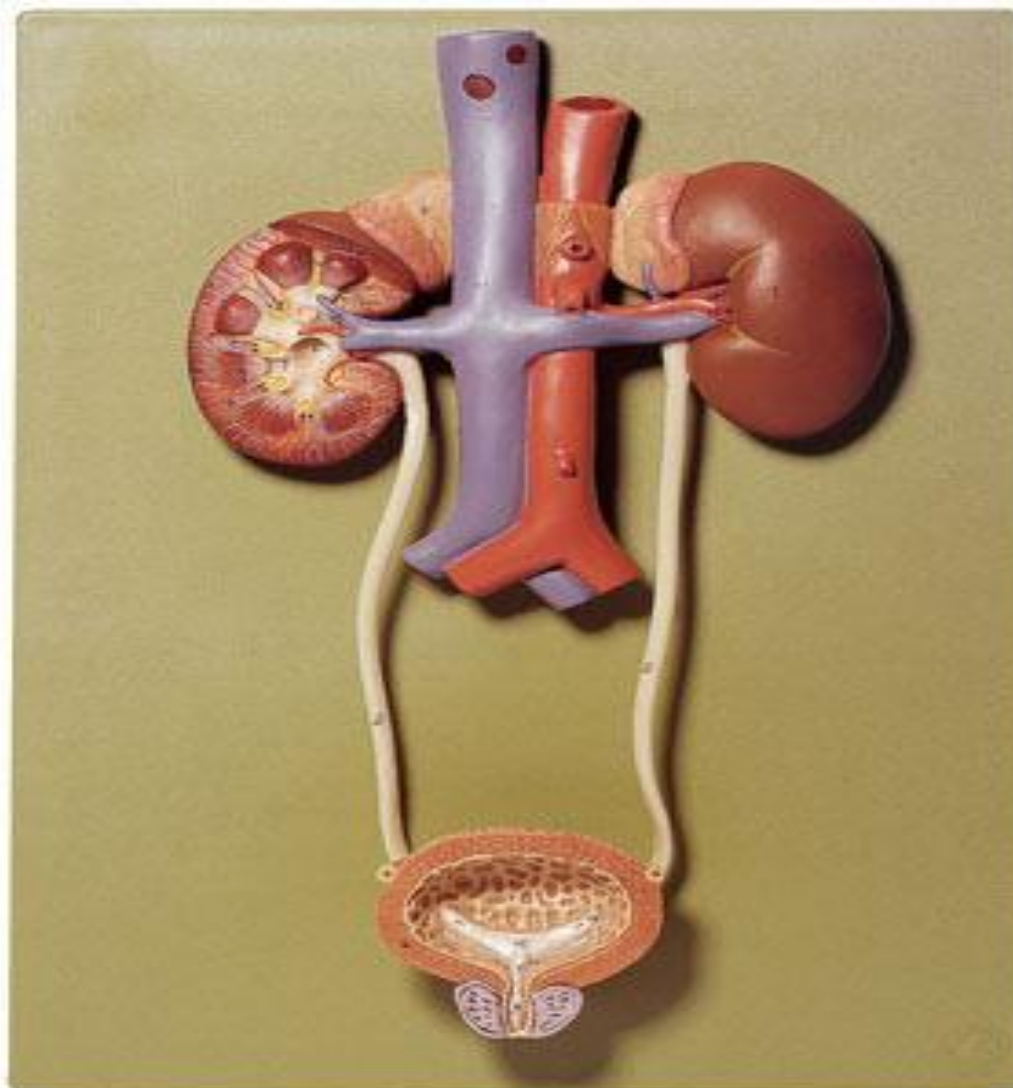


¿HIPERLIPIDEMIA?





LOS RIÑONES





Funciones del riñón

- Las tareas principales de los riñones son el retiro de los residuos metabólicos (desintoxicación) y de la regulación del agua del cuerpo electrolitos y equilibrio base/ácido.

EXCRECIÓN:

- Remueve los desechos
- Remueve el exceso de fluido (concentración y dilución de la orina)
- Regula el balance ácido-base (excreción de H^+ , conservación de HCO_3).
- Regula el nivel de electrolitos.

SECRECIÓN:

- Regula la presión sanguínea.
- Regula la producción de las células rojas de la sangre. (EPO).
- Regula la toma de calcio.



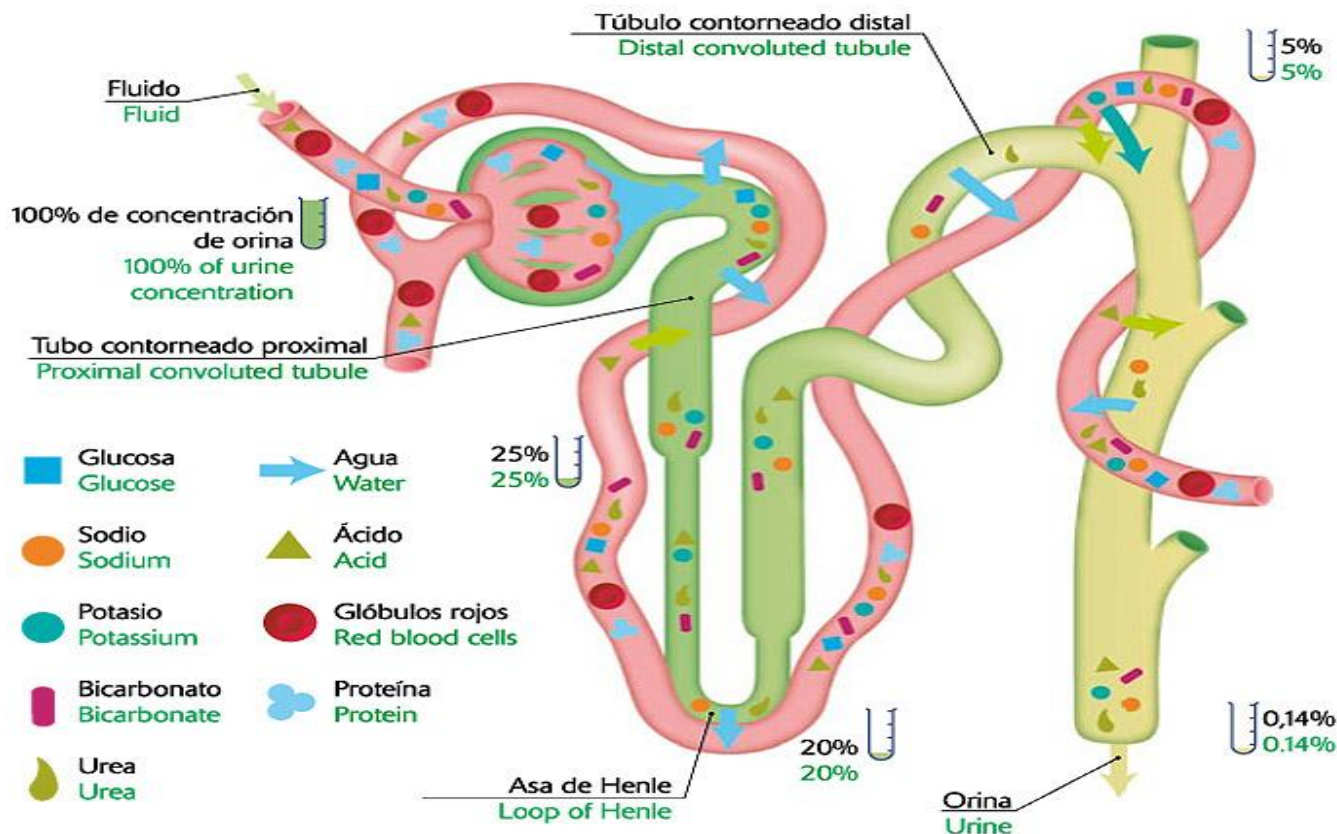
Formación de la orina / Formation of urine

En un sinuoso camino, en el que se entrelazan vasos sanguíneos y conductos recolectores, se forma paulatinamente la orina.

En este recorrido se reabsorbe el agua y otras sustancias, así como también se segregan los ácidos sobrantes, la urea, el bicarbonato, el sodio y el potasio.

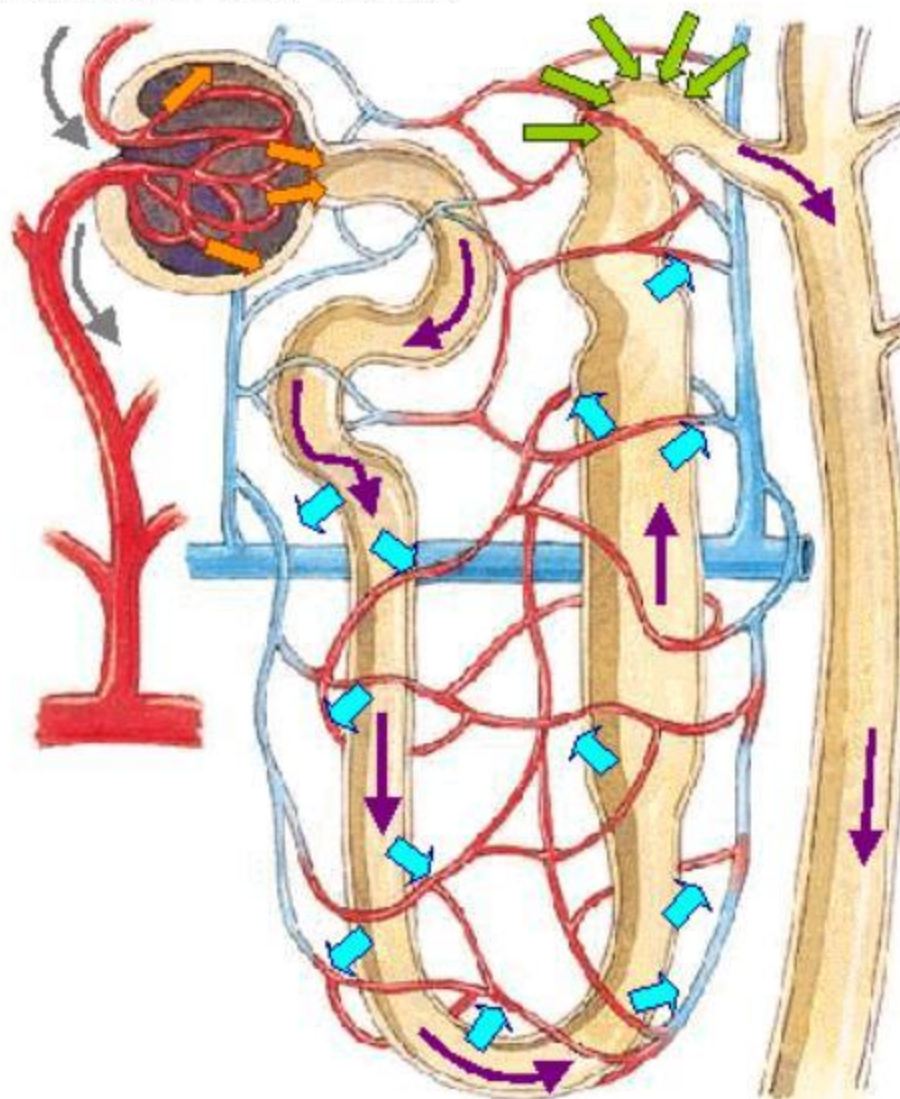
On a sinuous road, in which blood vessels and collection ducts cross paths, urine is slowly formed.

Water and other substances are reabsorbed during this route and excess acids, urea, bicarbonate, sodium and potassium, are released.



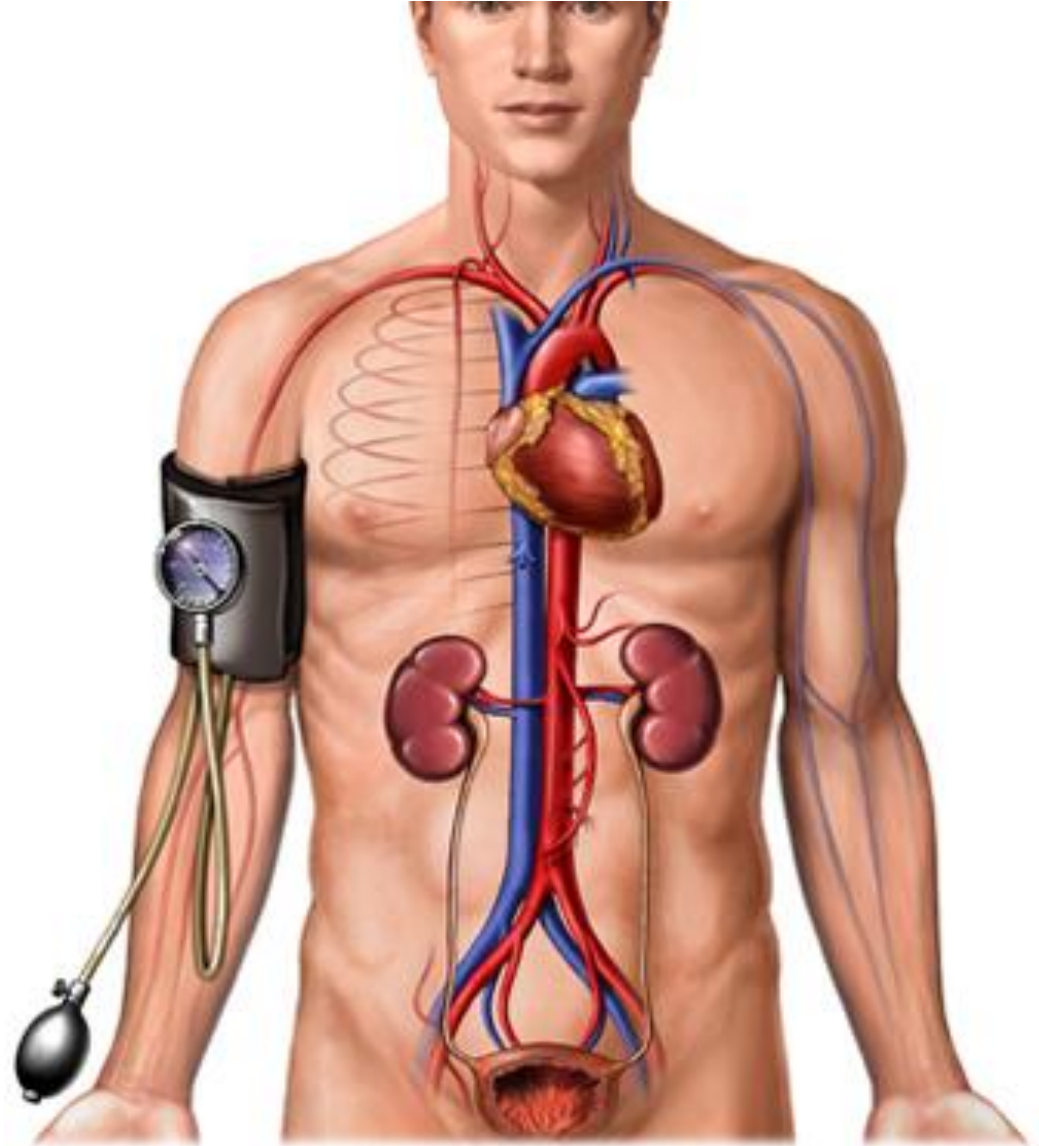
FORMACIÓN DE LA ORINA

- A La sangre llega a la nefrona
- B Filtración en los capilares del glomérulo
- C Paso del líquido filtrado
- D Reabsorción de sustancias útiles
- E Secreción de sustancias de la sangre hacia el líquido filtrado





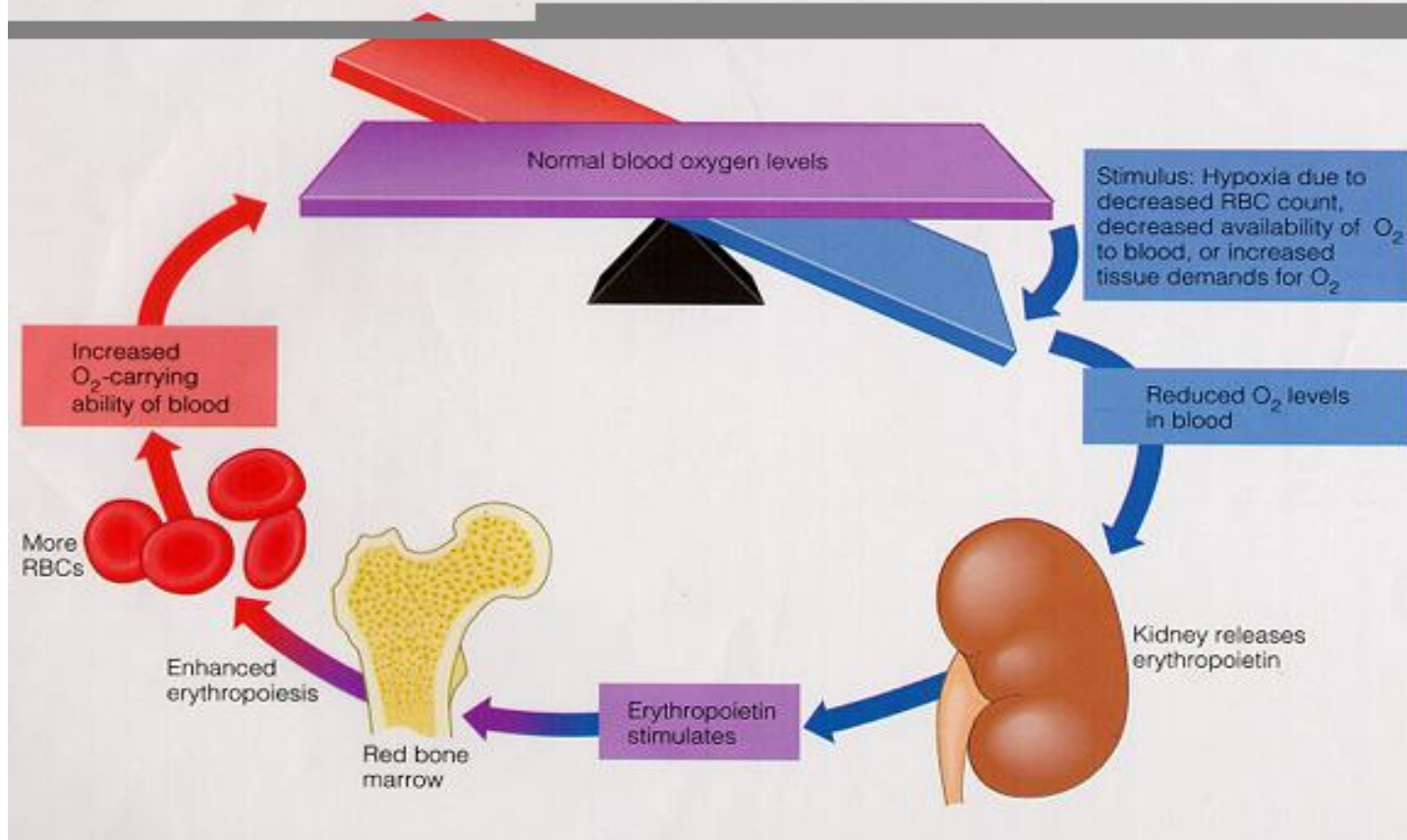
REGULAN LA PRESIÓN SANGUÍNEA





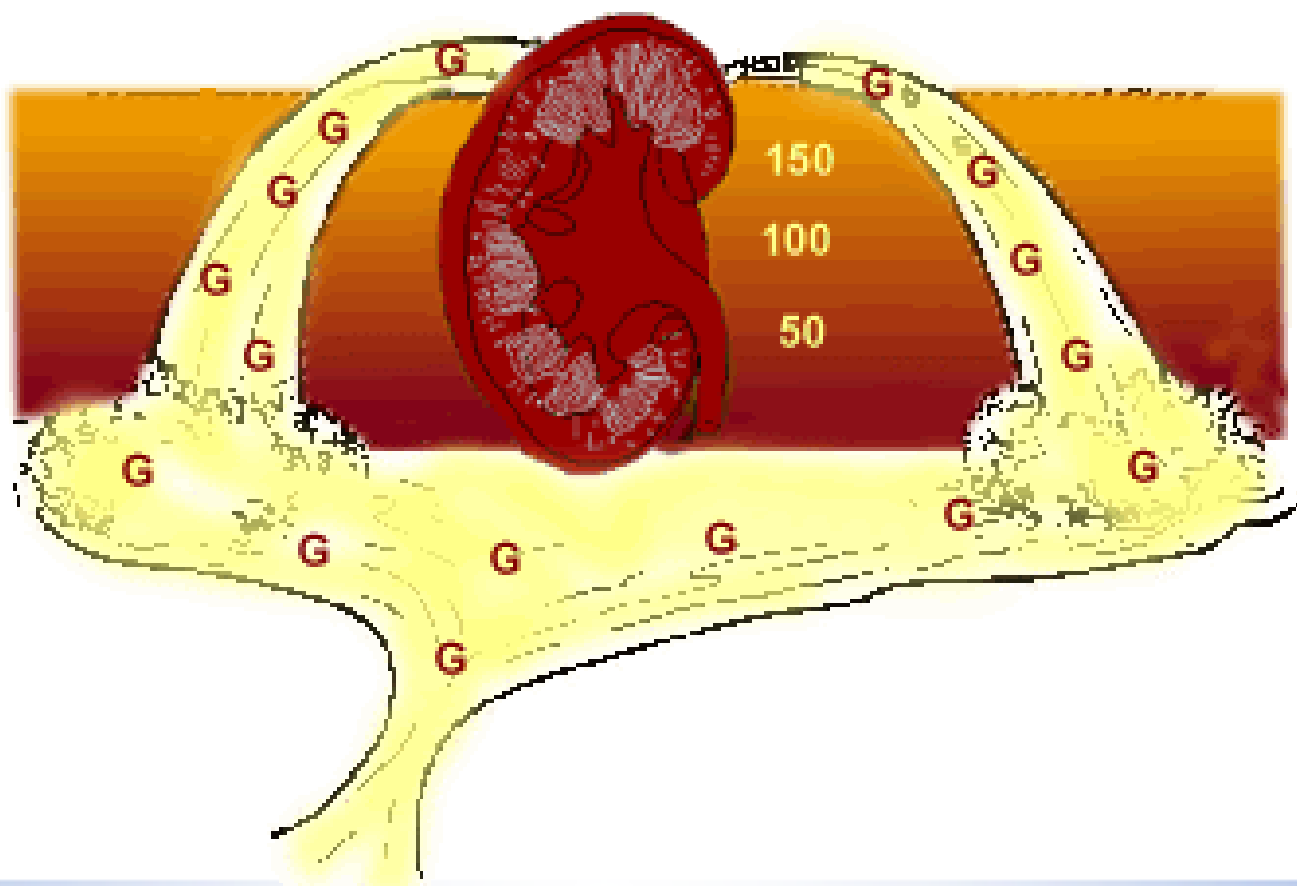
REGULAN LA PRODUCCIÓN DE LAS CÉLULAS ROJAS DE LA SANGRE

Erythropoietin mechanism for regulating the rate of erythropoiesis (Figure 18.6)



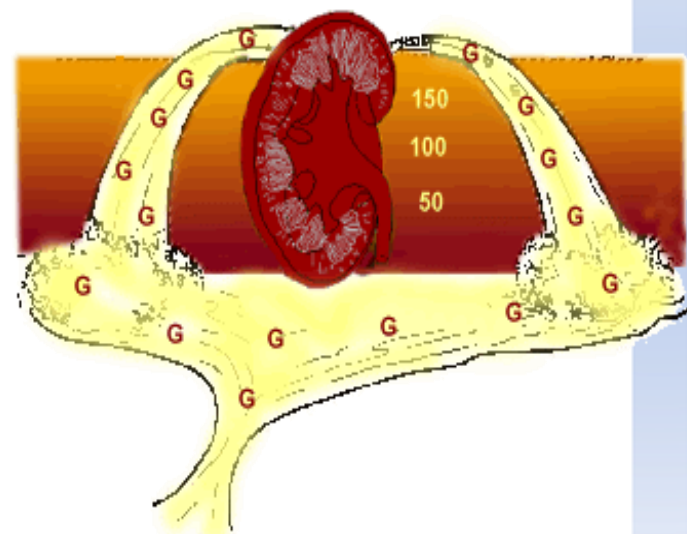


EL RIÑÓN CON ELEVADA AZUCAR



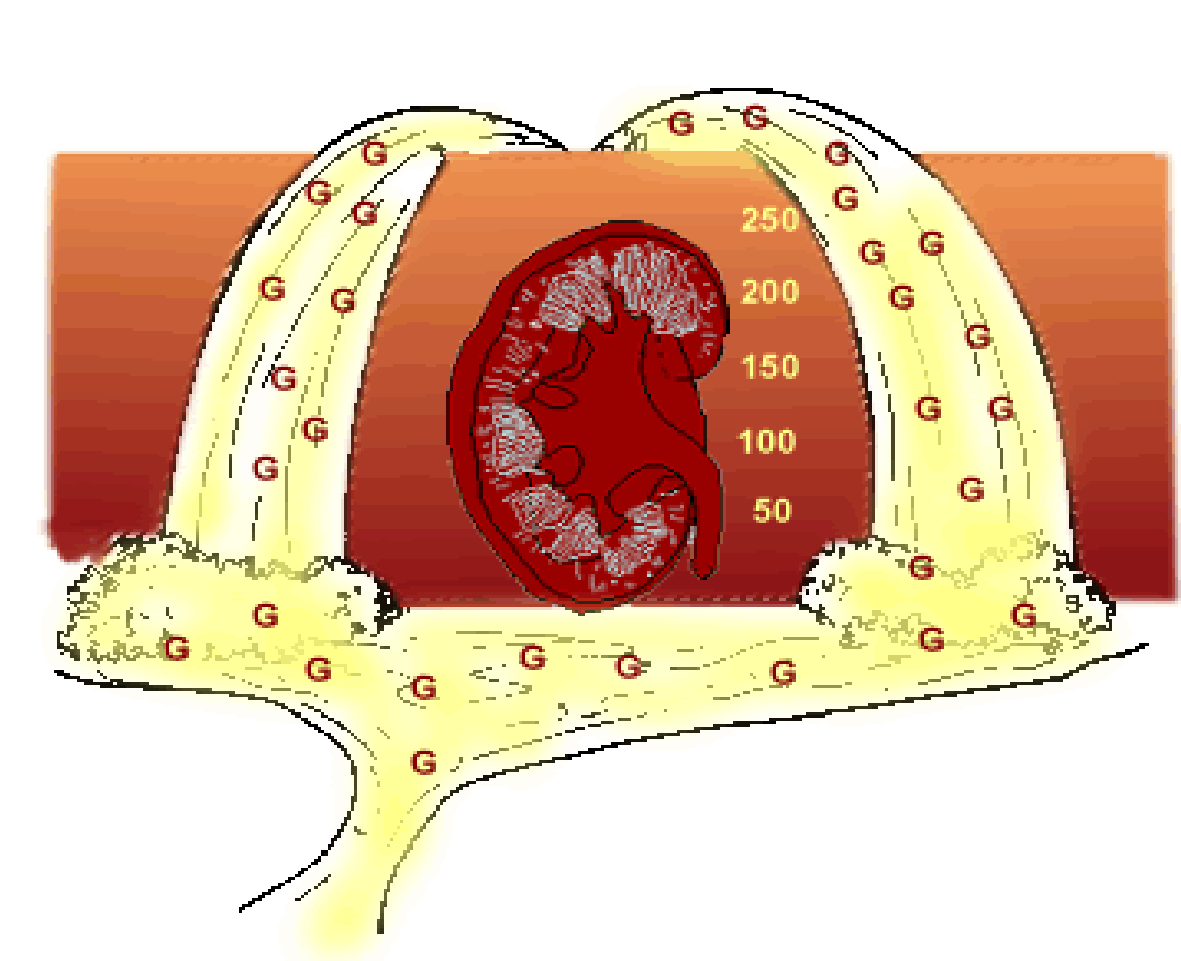


- Cuando la glucosa sanguínea se eleva por arriba de un cierto nivel, es eliminada del cuerpo por medio de la orina. Piense en el riñón como si fuese un dique: cuando hay demasiada glucosa en la sangre, el exceso se "derrama", el nivel máximo de glucosa sanguínea que puede alcanzarse antes de ser "derramada" en la orina, es llamado umbral de excreción renal (generalmente es **180 mg/ml**).



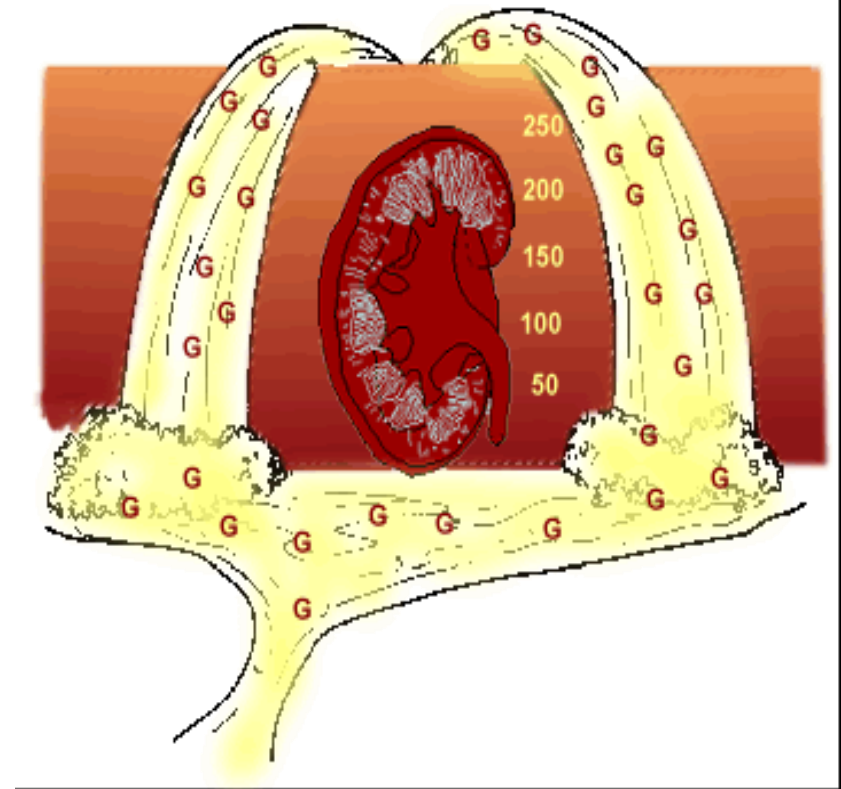


DIABÉTICO DE LARGA EVOLUCIÓN





- Algunas personas que han tenido diabetes por mucho tiempo o que tienen enfermedades del riñón, tienen un umbral de excreción renal muy alto. El azúcar no se "derrama" en la orina, hasta que el nivel de glucosa sanguínea es muy elevado.





DIAGNOSTICO DE LA DIABETES

■ **Persona diabética:**

Nivel de glucosa en sangre igual o superior a 126 miligramos/decilitro

Persona con índice de glucosa anormal:

Nivel de glucosa en sangre entre 110 y 125 mg/dl

Persona no diabética:

Nivel de glucosa en sangre igual o inferior a 109 mg/dl.



SÍNTOMAS Y DIAGNÓSTICO DE LA DIABETES

Las personas con diabetes experimentan distintos síntomas. Usted puede tener todos, algunos o ninguno de los siguientes síntomas:

Orinar frecuentemente (inclusive de noche)

Piel seca

Picazón en la piel

Heridas que sanan lentamente

Visión borrosa

Estar siempre con hambre

Sentirse cansado y débil

Pérdida de peso

Infecciones de la piel

Tener los pies como dormidos o tener la sensación de estar " pisando agujas"





SIN SÍNTOMAS DE DIABTES





ORINAR FRECUENTEMENTE





ESTAR SIEMPRE CON HAMBRE





SED



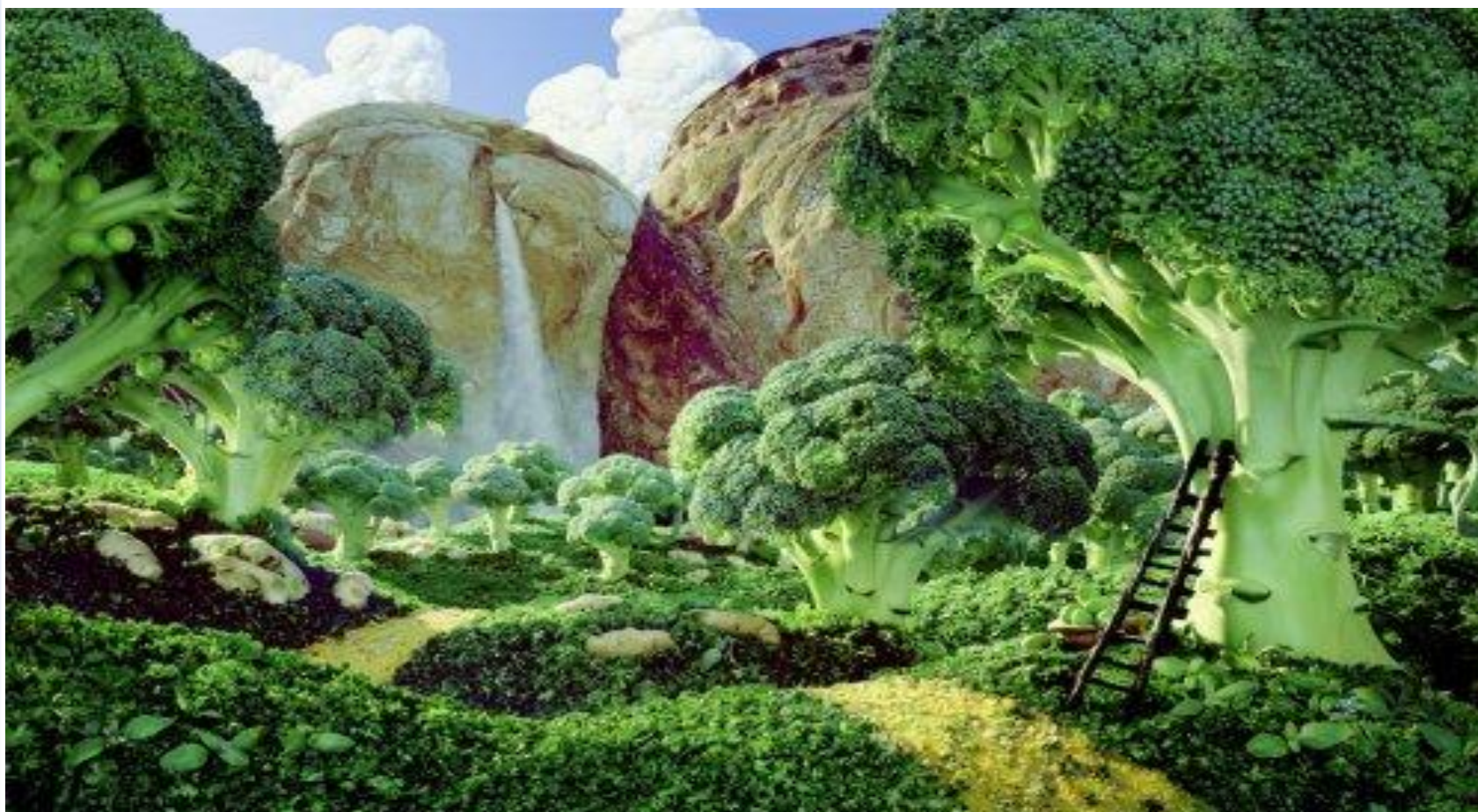


TRATAMIENTO NO FARMACOLÓGICO

- ALIMENTACIÓN
- EJERCICIO
- VIGILANCIA CONTINUA DE MI PERSONA
- VALORACIÓN POR ESPECIALISTAS



VERDE





ROJO





SOPA





PASTA





NOPALES





COCINERA





¿QUE QUIERO COMER?





CALABAZA RELLENA

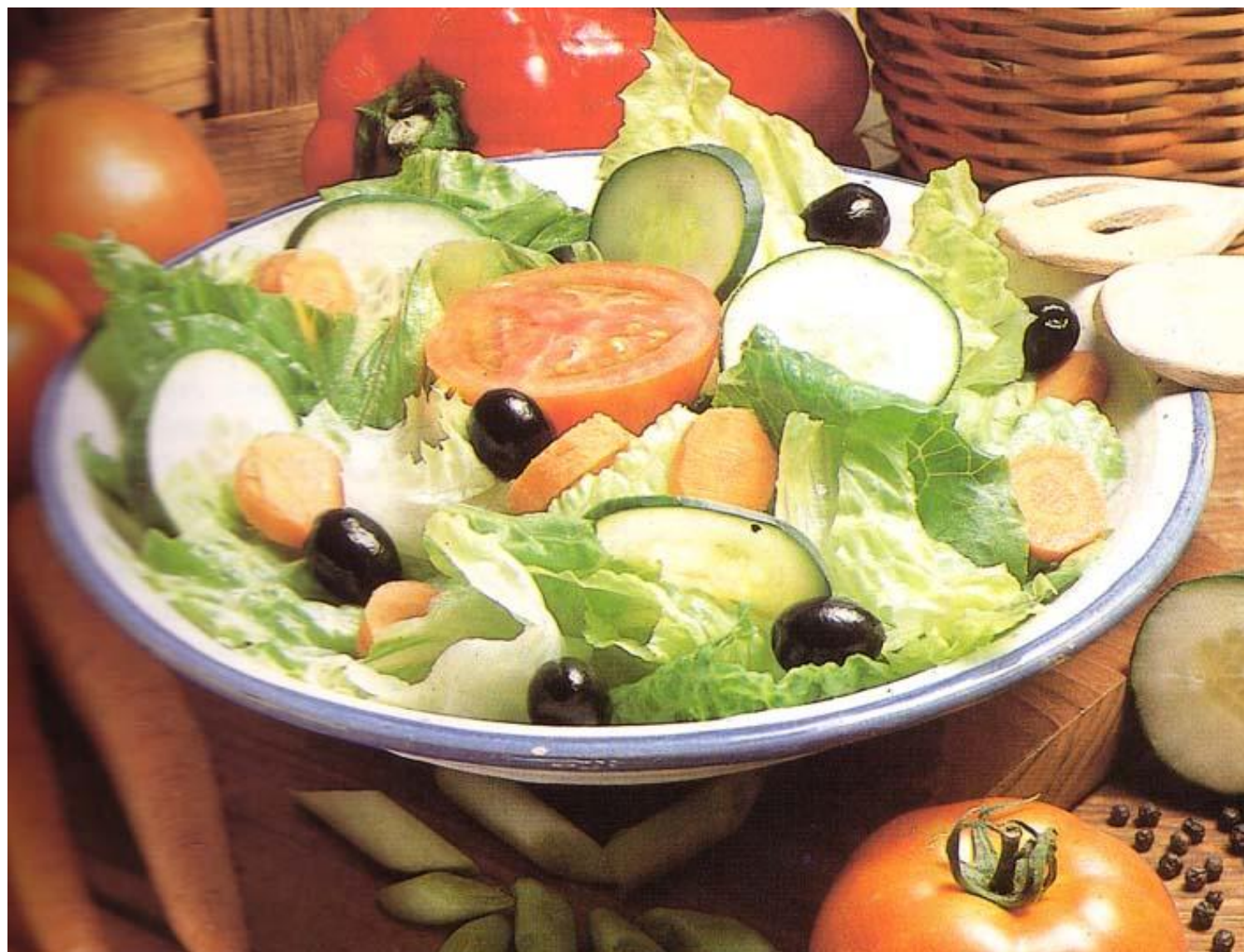






JÍCAMAS

















ATÚN





SIGA SU PLAN DE ALIMENTACIÓN TODOS LOS DÍAS





ALIMENTACIÓN

- HORARIOS FIJOS DE COMIDA
- NO DEBE HABER AYUNOS PROLONGADOS
- ALIMENTACIÓN BALANCEADA



PLAN DE ALIMENTACIÓN

- DE ACUERDO A MI PADECIMIENTO
- DE ACUERDO A MIS NECESIDADES
- ALIMENTACIÓN INDIVIDUAL

Raciones de alimentos

Distribución de alimentos

Desayuno Comida Cena



Leche entera
1 tza.



Leche en polvo
3 cdas. soperas



Yogurt natural
1 tza.

Leche: 145 kcal.

2
725kcal

1

2 =



Bolillo ½ pza.



Pan de caja
1 rebanada



Arroz cocido
½ tza.



Papa
1 pza. chica



Pasta cocida
½ tza.



2 cucharadas
soperas

Tortilla de maíz
1 pza.

Galletas
habaneras 3 pzas.



Cereal de caja
sin azúcar ¾ tza.



Elote ½ pza.
grano 1/3 tza.



2 cdas.
soperas



Palomitas ¾ tzas.



Tortilla de harina de trigo
1 pza.



Camote
¾ tza.

Medias noches
½ pza.



Tamal ½ pza.

Bollo para hamburguesa
½ pza.



**Cereales y
tubérculos: 70 kcal.**

1
=620kcal

4

1



1 Pierna



30 g.

Mariscos
30 g.



Machaca
10 g.

Queso 50 g.



Huevo
1 pza. ó 2 claras

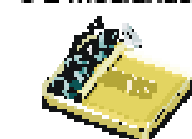


¾ tza.

Salchicha 1 pza.



Jamón
40 g.



Sardina 1 grande
ó 2 medianas



30 g.



30 g.

30 g.



Chicharrón
32 g.



Charales secos
10 g.
















**Cama y
sustitutos: 75 kcal.**

1
=300kcal

2

1

Total = 1645

 Frijol cocido ½ tza.	Lenteja cocida ½ tza.	Haba seca cocida ½ tza.	Garbanzo cocido ½ tza.	Alverjón cocido ½ tza.	Soya cocida ½ tza.	1/2	1/2	1/2
Leguminosa: 105 kcal.						=315kcal		
 <p><u>Verduras grupo "A"</u>(acelgas, apio, brócoli, calabacitas, col, coliflor, chayote, ejotes, espinacas, jitomate, lechuga, nopales, pepinos, rábanos, repollo, romeros, tomate): 1 tza = 28 kcal.</p> <p><u>Verduras grupo "B"</u>(betabel, calabaza de castilla, chícharo, cebolla dulce, nabo, zanahoria)*: 1 tza = 120 kcal.</p> <p>Verduras: Grupo A=28 kcal., Grupo B=120 kcal.</p>						1	1	1
=84kcal						1 =360kcal	1	1
 <p><u>Fruta chica</u>(ciruela, tejocote, guayaba, chabacano, higo, lima): 3 pzas.</p> <p><u>Fruta mediana</u>(durazno, manzana, naranja, pera, mandarina, tuna, kiwi): 1 pza.</p> <p><u>Fruta grande</u>(sandía, melón, piña, papaya): 1 tza.</p> <p><u>Fruta especial</u>(plátano, mango, chicozapote): ½ pza. (jicama y fresa): 1 tza. (mamey): ¼ tza.</p> <p>Jugo ½ vaso.</p> <p>Fruta: 40 kcal.</p>						2	2	2
=240kcal								
 Margarina 1 cucharadita	 5 aceitunas	 Aguacate ½ pza. pequeña	 1 cucharada sopera	 1 cucharada sopera	 Crema 1 cucharada sopera	1	1	1
 Aceite 1 cucharadita	 2 nueces completas	 Almendra 10 semillas	 Pepitas 1 cucharada sopera	 Crema 1 cucharada sopera	 Crema 1 cucharada sopera	1	1	1
Grasa: 45 kcal.						=135kcal		



HAGA EJERCICIO CON REGULARIDAD TODOS LOS
DÍAS.





HÁGASE LA PRUEBA DE GLUCEMIA SEGÚN LAS INDICACIONES DEL MÉDICO.





RETINOPATÍA DIABÉTICA

- Es una afección ocular que se da en personas diabéticas. **No tiene cura;** pero puede ser tratada, en buena medida, para impedir su desarrollo **CON CONTROL DE SU GLUCOSA.**



OFTALMOLOGO





CONSEJOS PARA EL CUIDADO DE LOS PIES

- Revítese los pies descalzos todos los días.
- Lávese los pies todos los días con agua tibia.
- No trate de cortarse los callos con una cuchilla de afeitar ni con una navaja
- Use zapatos que le calcen bien y le permitan mover los dedos



TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO PARA LA DIABETES MELLITUS

- El tratamiento de la diabetes mellitas está dirigido a aliviar los síntomas, mejorar la calidad de vida y la prevención de complicaciones agudas y crónicas.



TÓMESE EL MEDICAMENTO PARA LA DIABETES TODOS LOS DÍAS.





- Medicamentos que ayudan a que la insulina trabaje mejor: *METFORMINA*

- Medicamentos que ayudan a que haya más insulina en el torrente sanguíneo: *GLIBENCLAMIDA*



- Bloque la absorción de algunos alimentos como son los carbohidratos: *ACARBOSA*
- Transporta Glucosa a través de las membranas: *Insulina*



Diabético Controlado

- Paciente con Glucosa de 120



¿POR QUÉ ES IMPORTANTE CONTROLAR LA DIABETES?

- Efectos de la diabetes en el corazón y los vasos sanguíneos
- Los efectos de la diabetes en los ojos
- Los efectos de la diabetes en los riñones
- Los efectos de la diabetes en los nervios
- Consejos para el cuidado de los pies
- Los efectos de la diabetes en los dientes y encías



¿QUE HACER PARA CONTRALAR LA DIABETES?





Complicaciones de la Diabetes

- Hipertensión Arterial
- Neuropatías
- Ceguera
- Amputación
- Insuficiencia Renal



COMPLICACIONES

- La nefropatía diabética afecta a una tercera parte de las personas que padecen la enfermedad.
- Es la principal causa de insuficiencia renal en el mundo.
- El buen control de la diabetes evita las complicaciones.



COMPLICACIONES

La diabetes mellitus ocasiona complicaciones crónicas:

- Es la principal causa de Insuficiencia Renal Crónica terminal.
- Ceguera por Retinopatía Diabética
- Amputación de miembros pélvicos
- Enfermedad cardiovascular
- 10 padecimientos que motivan hospitalizaciones múltiples.

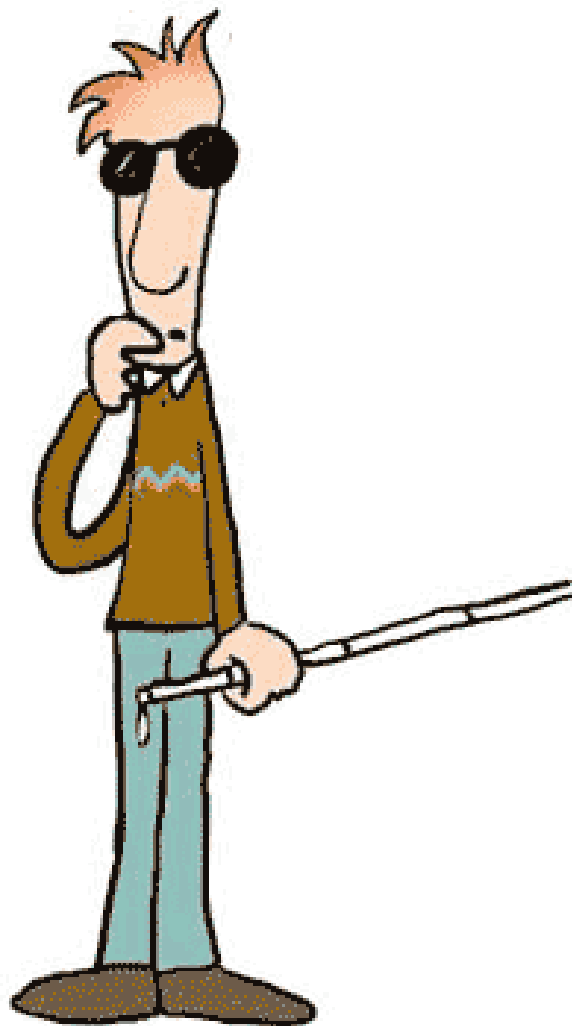


Pie Diabético





Ceguera





DIÁLISIS PERITONEAL





Hemodiálisis





Cuanto Cuesta ser Diabético





COSTO MEDICAMENTOS

Glibenclaminida		\$82
Metformina		\$100
Insulina		\$280
Glibenclaminida	Metformina	\$182
Insulina		\$462



Laboratorios	Glucosa			\$66
	Química Sanguínea			\$250
	Examen General de Orina			\$60
Consulta	Médico Familiar			\$250
Consulta		Oftalmología	Medicina Interna	\$750
Diálisis				\$5000 sesión
Hemodiálisis				\$14500 sesión



¿Y QUIEN PAGA?

- El paciente
- Su familia
- El trabajador
- El patrón
- El gobierno
- Y todos los asegurados y contribuyentes que por su edad y condiciones de salud no demandan servicios



¿QUE PODEMOS HACER PARA TENER MEJORES SERVICIOS?

- Disminuye la cantidad de medicamentos recetados
- Controlo mi azúcar
- La cita a Laboratorio es cada 3 0 6 meses
- Cita al especialista cada 1 o 2 años
- Evito complicaciones como insuficiencia renal, pie diabético, ceguera
- Disminuir los días de hospitalización y las visitas a urgencias



BIBLIOGRAFÍA:

- 1.-HARRISON: PRINCIPIOS DE MEDICINA INTERNA 17ª EDICIÓN
- 2.-DIAZ DE SANTOS:MANUAL DE EDUCACIÓN TERAPÉUTICA EN DIABETES ED. FIGUEROLA 2008.



M.C.E. ALEJANDRO AUGUSTO MAZA GARCIA

mazagarcia@msn.com

PROFESOR DE TIEMPO COMPLETO UAEH I. C. Sa.

Área Académica de Medicina

CONTACTO 7172000 ext. 2956