



Abordaje de comportamientos que pueden dificultar el cuidado de la diabetes

Aspecto a tratar	Abordaje
Si le da prioridad al trabajo antes que los cuidados de su diabetes	<p>-Recuerde al paciente que tener un buen control de la diabetes favorece su desempeño laboral y puede tener mayor productividad.</p> <p>-Pregunte ¿cómo se afectarían sus ingresos si tuviera una complicación? Recuerde al paciente que todo lo que pueda ganar lo puede llegar a gastar en complicaciones.</p>
Si no tiene objetivos para su autocuidado o se muestra indiferente	<p>-Negocie con el paciente las metas de cambio que pueda realizar a corto plazo.</p> <p>-Refuerce que el autocuidado es la mejor herramienta para evitar complicaciones incapacitantes (ceguera, amputaciones, diálisis).</p>
Si minimiza alguna de las áreas del tratamiento (aspectos médicos, salud mental, estilo de vida y educación)	<p>-Recuerde que todas las áreas en diabetes son igual de importantes y que ninguna sustituye a otra, son complementarias entre sí.</p> <p>-Quite la idea “glucocéntrica” de la diabetes, recordándole al paciente que es igual de importante tener en metas la presión arterial, el colesterol, los triglicéridos y el peso, así como la evaluar anualmente ojos y riñones, cuidar diario sus pies y nunca fumar.</p> <p>-Enfatice que realizar las diversas acciones de autocuidado mejora los aspectos físicos, emocionales, económicos a corto y largo plazo (ejemplo: si realiza ejercicio obtendrá mayor energía y bienestar emocional, lo ayudará a alcanzar sus metas de control así como reducir gastos en medicamentos y/o complicaciones).</p>
Si se muestra hostil	<p>-Investigue: ¿cuál es la molestia principal que tiene sobre su diabetes?</p> <p>-Trate de entender y mostrar empatía ante su enojo y proponga soluciones para manejarlo.</p> <p>-Evite enojarse y proporcione las indicaciones mínimas indispensables necesarias manteniendo la apertura a preguntas específicas.</p> <p>-Comente la importancia de la co-responsabilidad en el cuidado de la diabetes. Ejemplo: “si el profesional de la salud es responsable de brindar la mejor atención, el paciente es responsable de llevarla a cabo”.</p>
Si tiene limitaciones socio-culturales	<p>-Simplifique lo más que pueda las indicaciones y esquemas de tratamiento.</p> <p>-Apóyese en instrumentos visuales y/o en los familiares/cuidadores.</p> <p>-Verifique el entendimiento de las indicaciones o instrucciones que se le brindaron, por ejemplo: ¿entonces cuántas unidades de insulina se tendría que aplicar?, ¿en qué momentos del día se va a tomar sus medicamentos?, ¿cada cuándo es conveniente hacer sus estudios de laboratorio?</p> <p>-Es muy útil invertir los papeles, pedirle que se imagine que nosotros somos los pacientes y que ellos nos expliquen la receta o recomendaciones.</p>

Elaboraron: Dr. Oswaldo Briseño González / Psic. Denise Arcila Martínez / Psic. Rodrigo Arizmendi Rodríguez / Psic. Héctor Velázquez Jurado / Dr. Eder Patiño Rivera / Nut. Marcela Ruiz Cervantes / Dra. Cristina García Ulloa / Dr. Sergio Hernández Jiménez.



Centro de Atención Integral del Paciente con Diabetes
 Tel. 55737378 centro.diabetes.incmnsz@gmail.com
<http://innsz.mx/opencms/contenido/departamentos/CAIPaDi/>

