

CHILE

En Chile, hay tres programas de educación para diabéticos seleccionados para este estudio:

- El programa educativo elaborado por el Ministerio de Salud
- El programa educativo del Hospital San Juan de Dios
- El de la Asociación de Diabéticos de Chile (ADICH)

1. Programa Nacional para la Educación en Diabetes del Ministerio de Salud:

El Programa Nacional para la Educación en Diabetes de Chile se basa en un manual publicado por el Ministerio de Salud chileno, en 1992: Educación en diabetes: cuidados básicos para vivir mejor. Aunque hay otros programas similares en el área, este programa se ha popularizado ampliamente en el país. Muchos especialistas en atención sanitaria de diferentes hospitales y centros privados para diabéticos han asistido a los talleres y a los seminarios que imparte el Ministerio de Salud y, luego, han aplicado este programa a sus propios centros.

Población destinataria

Este programa educativo se ofrece a los diabéticos y sus familiares.

Metas

1. Reducir las complicaciones agudas de la enfermedad debidas a estados de hipoglucemia y cetoacidosis que, en última instancia, son producto del control metabólico deficiente.
2. Mejorar el control metabólico del diabético manteniendo niveles de azúcar adecuados.
3. Prevenir la aparición de complicaciones crónicas de la enfermedad, como neuropatía, retinopatía, nefropatía y enfermedades cardiovasculares.

Metodología

El programa ofrece sesiones individuales y en grupo.

Sesiones en grupo

Las sesiones se pueden organizar en días consecutivos o semanalmente, según los recursos del consultorio o centro. Son preferibles los grupos pequeños de hasta 10 personas (pacientes y familiares). Dicta el curso un equipo de atención sanitaria que comprende un nutricionista, una enfermera docente y un médico.

Nota. El PEDNID-LA fue aplicado en Chile por el grupo que participó en su implementación inicial. Posteriormente, se adaptó al combinarlo con otro programa del país.



Cada sesión consta de dos componentes:

Primero, un método didáctico formal estructurado que contempla un instructor o educador para impartir el contenido específico. Durante la sesión se alienta constantemente a los pacientes a que pregunten y participen para hacer más interactivo el proceso de aprendizaje.

Durante la segunda mitad de la sesión, se les pide a los pacientes integrarse en diferentes ejercicios y actividades prácticas en grupo descritas en el manual. Cada instructor o educador puede seleccionar una o más de estas actividades después de evaluar las necesidades y aptitudes de los grupos particulares. Las acciones abarcan una gama amplia de ejercicios, como preguntas para ser respondidas individualmente y, luego, sometidas a la discusión abierta del grupo donde se exponen "situaciones de la vida real" particularmente "desafiantes". En ese momento se sugiere a los pacientes lo que podrían hacer en tal o cual situación (similar a la capacitación mediante simulaciones). También se realizan ejercicios aplicados sobre nutrición (crear su propio plan de alimentación) o actividades físicas, como prácticas específicas para los pies, escenificación de roles, etc.

Al comienzo y al final del programa general, así como al término de cada unidad, se entregan a los pacientes formularios de evaluación planificada (tipo encuestas) para determinar el nivel de conocimientos y las debilidades particulares que requieren refuerzo.

Contenido o temas

La capacitación o educación en grupo cubre nueve unidades de información⁽²⁾:

1. Definición del diabético y generalidades de la enfermedad (qué es la diabetes, síntomas, tipos de diabetes y clasificación diagnóstica (2 horas)
2. Introducción a los diferentes componentes del tratamiento: alimentación adecuada, ejercicio y medicamentos (2 horas)
3. Evaluación nutricional y régimen alimentario adecuado del diabético: conceptos generales sobre nutrición y hábitos alimentarios (proteínas, carbohidratos, lípidos y grasas), dieta del diabético (2 horas)
4. Grupos alimentarios e intercambio de alimentos: lácteos, carnes, frutas y hortalizas, granos o cereales, carbohidratos (pan y galletas), aceites y grasas, clasificación de los grupos alimentarios (alimentos no permitidos y de consumo libre) y productos dietéticos (6 horas, de 3 a 4 sesiones)
5. Otros planes alimentarios para diabéticos e intercambio de alimentos (4 horas)
6. Cuidado de los pies: autoexamen de los pies del diabético y otras actividades de autocuidado, como selección del calzado y ejercicios adecuados para los pies (2 horas)
7. Técnica para administrar insulina: áreas corporales para la aplicación de la inyección de insulina, tipos de insulina (2 horas)
8. Autovigilancia de los niveles de glucosa: diferentes métodos para autovigilar los niveles de glucosa, manera de interpretar las lecturas (1 hora y media)
9. Prevención de las complicaciones de la diabetes: agudas (hipoglucemia, cetoacidosis) y crónicas (1 hora y media)

Material

1. Rotafolios
2. Pizarra
3. Recortes, dibujos, papel, lápices de colores, etc.
4. Imágenes o fotografías
5. Folletos para los pacientes (propiedades e intercambio de los alimentos)
6. Material práctico y productos para animar la discusión sobre determinados temas (cortadores de uñas, báscula, alimentos o productos comestibles, tiras para la prueba de glucosa en la orina, etc.)

Material educativo del Ministerio de Salud sobre:

- Diabetes No Insulino dependiente: normas técnicas
- Diabetes y embarazo: normas técnicas

- Prevención y tratamiento ambulatorio del pie diabético (cuenta con una ficha de evaluación anual)

El programa cuenta con diferentes evaluaciones o cuestionarios para determinar el nivel de conocimientos del paciente, incluidas en el manual del instructor.

Educación continua para diabéticos

Se invita a los pacientes que han terminado el curso introductorio a asistir a reuniones educativas en grupo, coordinadas por la Asociación de Diabéticos. Se programan conferencias especiales con oradores invitados (por ejemplo, representantes de empresas farmacéuticas) que duran unas tres horas. La finalidad de estas sesiones mensuales es reforzar el contenido abarcado en el curso introductorio, como autovigilancia, estrategias, administración de insulina, etc.

Evaluación del programa

En 1998, se realizó un estudio para comprobar la eficacia de un programa educativo basado en el manual sobre diabetes preparado por el Ministerio de Salud de Chile⁽³⁾. El estudio incluyó la comparación de indicadores (antes de la intervención y 6 meses después) entre un grupo testigo (metodología didáctica tradicional) y el grupo experimental (programa educativo basado en el manual sobre diabetes preparado por el Ministerio de Salud). Se evaluaron varios indicadores en dos oportunidades: HbA1c, conocimientos y calidad de vida. No hubo diferencias significativas entre los grupos en lo referente a cambios en los niveles de HbA1c y en la calidad de vida. Sin embargo, los resultados informados de los niveles de conocimiento sobre la diabetes fueron significativos: los participantes en el grupo experimental notificaron un aumento de sus conocimientos sobre la enfermedad a los 6 meses, comparados con los iniciales, mientras que el grupo expuesto a la metodología tradicional no arrojó diferencias significativas⁽⁴⁾.

Para más información dirigirse a:

Dr. María Cristina Escobar

Ministerio de Salud, Chile

Programa de Salud Adulta

Mac Iver 541, Oficina 410

Santiago, Chile

Teléfono: 56-2-630-0483

Correo electrónico: mescobar@minsa.cl

2. Casi todos los centros que usan este programa emplean el manual como norma, pues no pueden enseñar los nueve módulos. Además, es común que el programa se adapte y modifique de diferentes maneras en cada centro.
3. El programa que se empleó en el estudio de la OPS-Eli Lilly se basó en el manual publicado por el Ministerio de Salud. Sin embargo, es importante señalar que se realizaron modificaciones leves y, por lo tanto, los resultados de esta evaluación no pueden extenderse al programa de educación original del Ministerio de Salud de Chile.
4. Sigue pendiente la publicación de estos hallazgos.

2. Unidad de Diabetes, Hospital San Juan de Dios

En el Servicio de Diabetes del Hospital San Juan de Dios, en 1964, se ofreció un programa de educación para personas con diabetes, utilizando diversas metodologías educativas. Actualmente usamos el manual Educación en diabetes: cuidados básicos para vivir mejor que diseñó y validó la Dra. María Cristina Escobar y las nutricionistas Sonia Olivares y Elena Carrasco, ambas profesoras. Se realizó una capacitación a todos los profesionales médicos, nutricionistas y enfermeras de Santiago y regiones sobre la metodología de este programa de manera de ser aplicado en los niveles primarios y secundarios de atención. Fue el primer intento en Chile de una estandarización de la educación. Esta unidad también participó en el proyecto PEDNID-LA.

El Servicio de Diabetes está en un edificio propio, donado por la Sra. Hellen Lee Lassen, de nacionalidad norteamericana y la atención prestada al paciente diabético es integral. Incluye a médicos diabetólogos, cirujanos vascular, enfermeras, nutricionistas y podólogos. Se realiza en forma grupal e individual. Están siendo controlados alrededor de 2500 diabéticos tipo 1 (niños y adultos) diabéticos tipo 2, diabéticas gestacionales y pregestacionales. El servicio cuenta con 18 camas para internación de pacientes descompensados y para educación en diabéticos de reciente diagnóstico.

Continuamente se desarrollan nuevas técnicas educativas, como un CD interactivo de educación y capacitación para el paciente, su familia y el equipo de salud, de los autores Sonia Olivares, Elena Carrasco y Dra. Gloria López. Este CD –validado en conjunto por el Instituto de Nutrición y Tecnología de Alimentos– está patrocinado por el Ministerio de Salud. El CD se complementa con un manual de recomendaciones generales para desarrollar un programa educativo que incluye un test de evaluación. Los objetivos de este CD es realizar una instrucción en forma entretenida, especialmente destinada al conocimiento de la nutrición.

El programa educativo se dicta en forma de cursos, a grupos pequeños de 8 a 10 pacientes diabéticos tipo 2.

Metas

1. Lograr que los pacientes tengan un mejor control metabólico (mejorar su HbA1c).
2. Disminuir el número de hospitalizaciones.
3. Prevenir las complicaciones agudas y crónicas.

Metodología

Cada profesional (enfermera y nutricionista) trabajará el CD en diferentes áreas temáticas, de manera de cubrir todos los contenidos en 4 sesiones. La metodología es interactiva.

Contenidos

1. Generalidades de la diabetes
2. Tratamiento
3. Laboratorio, autocontrol
4. Complicaciones agudas y crónicas
5. Nutrición: se incluye, además de todos los alimentos, el cálculo de IMC y de las calorías e H de C de la dieta de un día entero o por comida, ajustable según la prescripción dietética individual.

Evaluación

Se realiza a través de un test de selección múltiple.

Para más información dirigirse a:

MSc Elena Carrasco

Unidad de Diabetes

Facultad de Medicina

Universidad de Chile

Casilla: 33052 Correo 33 Santiago

Correo electrónico: ecarrasc@machi.med.uchile.cl

3. Programa de Educación en Diabetes de la Asociación de Diabéticos de Chile

Hace dos años, la Asociación de Diabéticos de Chile (ADICH) comenzó a ofrecer cursos de educación en diabetes a los diabéticos y sus familiares. Al principio estaba dirigido a pacientes recién diagnosticados, principalmente tipo 2. Sin embargo, en la actualidad se fomenta la participación de todos los miembros de la asociación en el programa.

El equipo de educación en diabetes está integrado por profesionales de asistencia sanitaria en el área (es decir, endocrinólogos, nutricionistas, fisioterapeutas, psicólogos, etc.) y diabéticos que han participado en un curso de capacitación ofrecido por la ADICH⁽⁵⁾.

Metas

En términos generales, el programa se creó para ofrecer a los diabéticos recién diagnosticados un cúmulo de información que contribuyera a la superación de sus temores iniciales relacionados con el diagnóstico de una enfermedad crónica, ayudándoles a: comprender la enfermedad y el proceso terapéutico, mejorar el cumplimiento de las recomendaciones para el tratamiento y facilitar los cambios del modo de vida necesarios afines al diagnóstico y al tratamiento de la diabetes.

5. Personas con diabetes que forman parte del equipo de educación se conocen como monitores.

Objetivos específicos

1. Educar y enseñar aptitudes para el autocuidado indispensable de pacientes recién diagnosticados.
2. Proporcionar información que pueda refrescar y actualizar, por más de un año, los conocimientos sobre la enfermedad de los diabéticos diagnosticados y los que tienen problemas en la observancia del tratamiento.
3. Ofrecer capacitación para que el diabético adquiera aptitudes de autocuidado aplicables en situaciones de urgencia causadas por las complicaciones agudas de la enfermedad.
4. Ofrecer información y capacitación para ayudar al diabético a modificar su estilo de vida conforme a las recomendaciones del tratamiento (alimentación, ejercicio físico, pruebas de glucosa).

Población destinataria

Se invita a todo diabético a hacerse miembro de la asociación y a participar en el programa de educación en diabetes (tipos 1 y 2).

Metodología

A los nuevos miembros de la ADICH se les da una tarjeta con información sobre las diferentes actividades educativas que se ofrecen, con un calendario detallado de las conferencias (horario y tema). Cada vez que un miembro asiste a una sesión educativa, se registra en la tarjeta. Esta información ayuda a los monitores y profesionales a indagar o complementar los conocimientos de los pacientes acerca de los temas relativos a sus necesidades de educación⁽⁶⁾.

El curso es un programa de una semana, con sesiones diarias de unas dos horas de duración. La ADICH ofrece a sus miembros servicios ininterrumpidos durante todo el año, incluyendo el programa de educación. La metodología empleada abarca la presentación de un profesional de asistencia sanitaria o del monitor, mediante un enfoque participativo, con preguntas y respuestas.

Durante la conferencia, el profesional sanitario o monitor promueve la discusión grupal para que los participantes compartan sus experiencias.

Contenido o temas

1. ¿Qué es la diabetes? Principios generales de los hábitos alimentarios apropiados
2. Cómo vivir con el diabético diagnosticado; manejo del estrés
3. Terapia insulínica, autocuidados, complicaciones agudas
4. Programa nutricional para diabéticos⁽⁷⁾
5. Actividad física y cuidado de los pies

Material

1. Rotafolios
2. Transparencias
3. Presentaciones de diapositivas
4. Tarjeta de educación en diabetes
5. Tarjeta personalizada de información sobre el régimen alimentario
6. Folletos y material impreso
7. Revista ADICH en acción

La Fundación de Diabetes Juvenil de Chile cuenta con material educativo como Vivir Mejor, Pipe te enseña a vivir con diabetes (textos) y Diabetes Control (revista).

Evaluación

Se aplica al comienzo y al final del programa educativo. Actualmente, solo se están evaluando los conocimientos sobre la diabetes, pero la ADICH introducirá en breve otros indicadores: factores socioculturales, cumplimiento de las recomendaciones de tratamiento, hábitos del modo de vida perjudicial, creencias sobre la salud del diabético y actitudes e indicadores del control metabólico (HbA1c y peso). Además, se planea la incorporación de dos evaluaciones al proceso, a los tres y seis meses de la intervención. Con esta información se revisarán las necesidades de los miembros con el fin de proporcionarles educación continua en diabetes, agregar nuevas presentaciones sobre temas de interés para los miembros y, fundamentalmente, ayudar a prevenir complicaciones ocasionadas por la enfermedad⁽⁸⁾.

Para más información dirigirse a:

Elena Signorini Gutierrez

Presidenta

Asociación de Diabéticos de Chile

Argomedo 74, Santiago de Chile

Chile

Telephone: (56-2) 665-1217 Fax: (56-2) 665-1509

Correo electrónico: adich@netline

6. Se insta al paciente a que muestre esta tarjeta al médico de atención primaria.
7. El programa nutricional elaborado por Rebeca Flores, nutricionista del equipo docente de la ADICH, ha tenido tanto éxito que se incorporó al programa de educación en diabetes del Ministerio de Salud. El Programa Nutricional Rebeca Flores cubre diferentes componentes del régimen alimentario del tratamiento, como comprensión del efecto de los carbohidratos en el metabolismo del diabético, interacción de la educación y la administración de los medicamentos, información sobre las proteínas y sus fuentes en un régimen alimentario, efecto del consumo de grasas y su relación con la obesidad, y la manera de controlar el colesterol.
8. No se cuenta actualmente con los resultados de la evaluación.