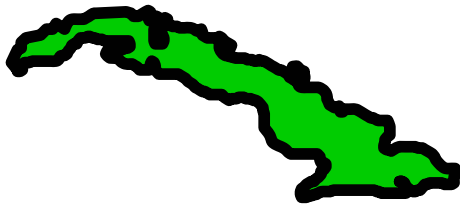


LA EDUCACIÓN A PERSONAS CON DIABETES

**Prof. Rosario García, DrSc. Prof. Rolando Suárez, Endocrinólogo
Instituto Nacional de Endocrinología, La Habana Cuba**

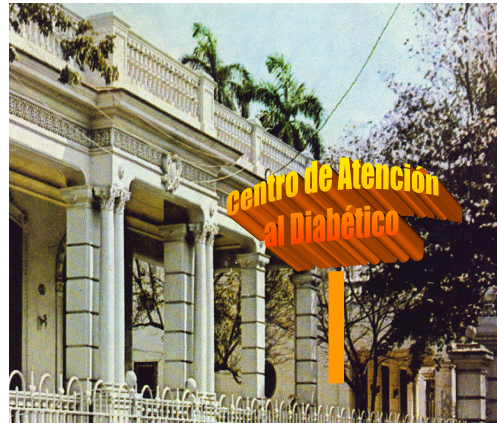


Como en otros países, la diabetes en Cuba constituye un importante problema de salud que se incrementa con la edad. Para disminuirlo y mejorar la calidad de vida de las personas con diabetes, el Instituto Nacional de Endocrinología y su Centro de atención al Diabético – Centro de Colaboración OMS/OPS para el cuidado integral de las personas con Diabetes y Centro de Referencia Nacional – tiene la responsabilidad del desarrollo y evaluación de un programa de atención en todo el país y, como parte esencial del mismo, fue diseñado y ejecutado un programa de educación en diabetes.

Primera etapa (1972 - 1985). Preparando el futuro.

Principales actividades

En 1972, fue creado el Centro de atención al Diabético del Instituto Nacional de Endocrinología, primero de su tipo en América Latina. La educación a personas con diabetes fue reconocida como una de sus principales funciones.



A finales de los 70, Rolando Suárez, endocrinólogo, y Rosario García, Socióloga, se encargan de esta tarea realizando varios estudios sobre la educación en diabetes en diferentes países.

Se establecieron Cursos de Información Básica con participación de personas con diabetes y sus allegados, así como Talleres dirigidos a profesionales y técnicos de la salud sobre aspectos clínicos y psicopedagógicos del cuidado de las personas con diabetes.

Se elaboraron y publicaron varios materiales educativos para personas con diabetes.

Como resumen de esta etapa, la educación fue reconocida como aspecto esencial del cuidado de las personas con diabetes, pero desarrollada de manera tradicional y con un enfoque biologicista.

Segunda etapa (1985-1990). Diseño, implementación y evaluación de un Programa Nacional de Educación en Diabetes.

Se diseñó un programa de acuerdo a nuestro contexto socio-cultural y desarrollado sobre las bases elementales de un proceso educacional. El programa incluía tres principales líneas de acción: **Capacitación de proveedores de salud** para cuidar y educar a las personas con diabetes. **Educación terapéutica** para personas con diabetes y sus allegados. **Educación para la salud** a fin de prevenir la enfermedad en grupos de riesgo y población general.

Sobre la capacitación de los proveedores de Salud.

El objetivo principal es transitar desde un enfoque biologicista hacia un enfoque médico social, centrado en la persona y no en la enfermedad. Desde un modelo de acción propio del quehacer con las situaciones agudas de salud hacia otro muy diferente que es el seguimiento a largo plazo y el compartir responsabilidades y autoconfianza con las personas con diabetes. Hay también que aprender a transitar desde la comunicación autoritaria hacia la reflexión y el intercambio de opiniones.

La educación terapéutica pasó a formar parte del currículum académico en la especialidad de endocrinología y se realizaron entrenamientos en el Centro de

Atención al Diabético, tanto para proveedores de salud de nuestro país como para extranjeros que así lo solicitaban. Estos entrenamientos eran certificados por el Instituto Nacional de Endocrinología y el Instituto Superior de Ciencias Médicas.

Las actividades de capacitación eran desarrolladas con la misma metodología interactiva que después ellos utilizarían al educar a las personas con diabetes: identificación de necesidades y dificultades para seguir el tratamiento, aprender haciendo y buscando alternativas de solución para la toma de decisiones.

Sobre la educación terapéutica

El objetivo principal es formar, convencer, motivar y empoderar a las personas con diabetes y sus allegados para participar activamente en su cuidado diario, aprendiendo a vivir con la diabetes sin menoscabo de su bienestar general.

El proceso de enseñanza/aprendizaje

El proceso educacional fue diseñado en dos etapas de desarrollo:

1. el curso de Información Básica sobre Diabetes (con duración de una semana) dirigido a personas recién diagnosticadas o con escasos conocimientos sobre diabetes y

2. el proceso de educación continuado, al que se incorporan después de vencido el Curso de Información Básica y se mantiene al igual que la enfermedad, durante toda la vida

Durante el Curso de Información Básica, el currículo de aprendizaje se centra en la comprensión de la diabetes, desarrollando sensibilidad, conocimientos y destrezas para el autocuidado diario: la alimentación, los ejercicios físicos, insulina o tabletas hipoglucemiantes, control metabólico, cuidado de los pies y complicaciones derivadas del mal control, son aspectos a discutir en pequeños grupos. En la segunda etapa, el currículo de aprendizaje no se establece "a priori". En cada encuentro se discuten los éxitos y dificultades en el diario vivir con la diabetes. Se tienen muy en cuenta, los sentimientos, ansiedades, temores y barreras percibidas para seguir el tratamiento. Se identifican necesidades y dificultades, se buscan alternativas de solución y se facilita la toma de decisiones adecuadas para el diario vivir con la diabetes.

La discusión se realiza en pequeños grupos, comienza con el análisis de las situaciones individuales, para aprender los unos de los otros a partir de su propia experiencia.

La edad, tipo y duración de la diabetes son aspectos tomados en cuenta para formar los pequeños grupos de discusión y para elegir las diferentes técnicas educativas de participación.

En los niños, el programa sigue la misma filosofía y metodología

educacional pero adaptando las técnicas de aprendizaje a los requerimientos de esa edad. Reuniones de niños con sus padres, campamentos vacacionales, la técnica del dibujo y el juego de roles son actividades muy útiles en estas edades.

Tipo y frecuencia de los servicios

Varían de acuerdo a los diferentes servicios y niveles de salud pero toda persona con diabetes tiene programado un seguimiento, al menos trimestral, donde cuidados y educación se desarrollan conjuntamente. Los niños, adolescentes y embarazadas tienen un ajuste a sus necesidades específicas.

¿Quiénes educan?

Todo el equipo de salud (médicos, enfermeras, educadores, dietistas, podólogo, psicólogos etc.) participan en las tareas educativas, así como personas con diabetes, que tengan una buena comprensión de su enfermedad y miembros de la comunidad interesados en la Diabetes como problema de salud, El papel del educador (cualquiera sea su perfil profesional) el de facilitar el diálogo y la discusión, para llegar juntos a la búsqueda de soluciones y toma de decisiones.

Evaluación del Programa

La evaluación es parte esencial del programa desde su diseño e implementación, desarrollándose además diferentes investigaciones para determinar la efectividad del proceso educativo, diagnosticar sus fortalezas y debilidades, así como identificar su impacto en las

personas con diabetes y en los servicios de salud

Sobre la educación para la salud como actividad de prevención

Esta meta se desarrolla integrada al paquete de acciones del Sistema Nacional de Salud, para disminuir la prevalencia e incidencia de las enfermedades no transmisibles.

Tercera etapa (1990 a la fecha): Extensión del programa a todo el Sistema Nacional de Salud.

Después de evaluar la efectividad del programa en el Centro de Atención al Diabético, se dirigieron los esfuerzos a generalizar estas acciones en todos los servicios del Sistema Nacional de Salud.

Principales Actividades

Se inició la creación de Centros de Atención al Diabético en las diferentes provincias, con el objetivo de fortalecer el cuidado y educación de personas con diabetes en todos los servicios.

Se estableció un proceso nacional de capacitación de los proveedores de salud, que se realizó de manera escalonada, incluyendo los tres niveles del sistema de salud.

Se realizó una investigación/acción de carácter nacional para diagnosticar la situación de educación en diabetes en los servicios de la atención primaria que incluyó un proyecto de desarrollo

para dar solución a las necesidades detectadas durante el diagnóstico.

Se establecieron las Normas Nacionales para la educación en diabetes.

Se diseñó y editó una Guía para la educación en diabetes en la Atención Primaria de Salud.

Se crearon juegos didácticos para amenizar y reforzar el proceso educativo. Estos juegos recibieron certificado de autor por la Oficina Nacional de Patentes.

En el año 2000, se inició el Diplomado de Cuidados y Educación a las personas con diabetes en la Atención Primaria de Salud; ya en el 2007 se generaliza a todas las Facultades de Ciencias Médicas y en el 2008, se introducirá en ciber aprendizaje como proyecto conjunto con la Organización Panamericana de la Salud

Se inició un proceso de apoyo y entrenamiento a otros países de América Latina que así lo solicitaron, entre los que se pueden citar a México, Bolivia, Costa Rica, Ecuador, República Dominicana y Jamaica.



Principales resultados del Programa.

En la calidad de los servicios

Los proveedores de salud incrementaron su comprensión, conocimientos y habilidades para el cuidado y educación de las personas con diabetes

Las actividades educativas mejoraron su calidad y eficacia en todos los niveles del sistema de salud.

En las personas con diabetes

Mejor comprensión, destrezas y conductas para vivir con la diabetes.

Aumento del sentido de responsabilidad y auto-confianza en el tratamiento así como de los sentimientos de bienestar general.

Mejor adhesión al tratamiento y seguridad ante el cuidado diario.

Normalización de los niveles de glucosa en sangre con disminución de la frecuencia de complicaciones agudas y crónicas, disminuyendo, igualmente la dosis diaria de tabletas hipoglucemiantes o insulina,

Disminución de la necesidad de recurrir a servicios de urgencia por descompensación metabólica.

Todos estos resultados están avalados por 13 investigaciones evaluativas realizadas durante 25 años, cuyos resultados han sido publicados en revistas nacionales e internacionales y han sido

merecedores de 3 premios internacionales y 18 nacionales.

El trabajo realizado por el Instituto Nacional de Endocrinología en la educación a personas con diabetes ha sido reconocido por los diferentes grupos internacionales en este campo, sus coordinadores han sido declarados expertos en el campo y han colaborado ampliamente en el desarrollo internacional de la educación en diabetes, con énfasis en el área de América Latina y el Caribe, tanto como miembros de la Asociación Latinoamericana de Diabetes (ALAD) como de la Federación Internacional de Diabetes (FID).

El Programa de Educación en Diabetes está subordinado al Programa Nacional de Diabetes, es apoyado por la Sociedad Cubana de Diabetes y tiene el endoso de la región de Centro y Sur-América (SACA) de la Federación Internacional de Diabetes.

La Prof. Rosario García junto a Betsy Rodríguez (Puerto Rico) coordinan el trabajo de Educación en Diabetes de la región SACA, antes mencionada.

Nota: Para mayor información contactar a Prof. Rosario García y Prof. Rolando Suárez:

E-mail: educdm@infomed.sld.cu

Telef: (537) 835 2311 (537) 835 72 75

Instituto Nacional de Endocrinología
Zapata y D, Vedado.

Ciudad de la Habana 10400, Cuba.