

CONOCIENDO LA EDUCACIÓN DIABETOLÓGICA

Lic: Iris Materán
Educatora en diabetes

Desde tiempos muy remotos se ha dicho que la preparación que se tenga va a influir a mejorar la calidad de vida, tan necesaria para las personas que desarrollen diabetes.

Se presentan dos tipos de educación: La que te enseña a ganarte la vida y la que te enseña a vivir, esta última es la que queremos desarrollar.

Dedica tiempo para conocer que está pasando en el organismo cuando se presenta una alteración de los niveles de azúcar en la sangre que conducen a una patología llamada DIABETES MELLITUS: Enfermedad crónica de carácter de síndrome metabólico.

Ninguna persona está preparada para enfrentar esta enfermedad o condición, lo que si sabemos, es que ocurre un impacto en la persona, cuando se le diagnostica diabetes, es como un corto circuito y viene a la mente la pregunta ¿Por qué a mí? ¿Qué es diabetes? Asimilar lo que está pasando y entender que debe hacer un cambio en el estilo de vida pasará por varias etapas:

- **Negación:** esto NO me puede suceder a mí, ¿qué horror? Esos exámenes no son los míos, se equivocaron.
- **Rebeldía (rabia):** Como No lo creo. No me importa.
- **Negocia:** Logra tolerar la situación planteada, pero impone condiciones.
- **Reflexión:** Asimila que realmente tiene diabetes y se anima a que tiene que recibir educación; momento este para dar inicio a la **educación diabética**.
- **Aceptación:** Ya está ganado y está receptivo para adquirir conocimientos educativos que lo preparen a una mejor

calidad de vida. Su pregunta es otra ¿tengo el control en mis manos? ¿me siendo bien?

El reto del equipo de salud es lograr que las personas con diabetes acepten la educación, como fuente imprescindible para modificar estilos de vida, el esfuerzo es alto el cual amerita constancia y tiempo.

El educador en diabetes utiliza varias herramientas educativas que pondrá en práctica una vez iniciado el programa educativo, destacando lo siguiente:

1. La educación a la persona con diabetes es fundamentalmente individual en su inicio.
2. Proponiendo objetivos que se puedan alcanzar. Tomando en cuenta las expectativas de los pacientes.
3. Mantener una interacción con todo el equipo de salud, la persona con diabetes y su entorno familiar, haciendo énfasis en la Prevención y Control.
4. La meta final de la educación es enseñar y preparar a las personas con diabetes para su Autocontrol.

LA EDUCACIÓN ES COMO EL COMBUSTIBLE DE LOS CARROS.
¡PORQUE SINO, NO AVANZA!

La educación debe transmitirse en cuatro fases: **Gradual** paso por paso, tomando en cuenta la **Circunstancia**, en una forma **Progresiva** y **Escalonada**, evaluando continuamente los cambios de aptitud en el paciente.

Espere en un próximo fragmento