



La Diabetes y Presión Arterial Alta
 Dr. Maura Garcia, Dr. Lorena Wright
 Presentacion de Casos: Beatrice Smith, MPA
 Claudia Chavira y Norma Cantu, Promotoras


 May 31, 2017
 

Objetivos de Aprendizaje

- Describir la relación entre la diabetes y la presión arterial alta o hipertensión arterial
- Cómo manejar su diabetes y presión arterial
- Entender las principales barreras para controlar la diabetes y la presión arterial alta
- Comparar la carga de la hipertensión en los Estados Unidos y Texas
- Identificar recursos educativos del control de la hipertensión arterial
- Demostrar cómo los promotores y otros profesionales de la salud pueden utilizar la plataforma ECHO para mejorar el acceso al tratamiento de la hipertensión e incrementar los hábitos de vida saludables
- Preparar una presentación a un grupo de padres en una pequeña clínica rural con respecto a la diabetes y la hipertensión





Objetivo General

Ayudar a la comunidad a controlar las complicaciones de la diabetes, tal como la hipertensión con la participación de campeones de la comunidad o **promotores** y el equipo clínico

Aproximadamente la cuarta parte de la población mundial es hipertensa y la prevalencia de diabetes tipo 2, que es la más frecuente, ronda el 6-8% de la población adulta.

La hipertensión arterial es una comorbilidad extremadamente frecuente en los diabéticos, afectando el 20-60% de la población con diabetes mellitus.

La prevalencia de hipertensión en la población diabética es 1,5-3 veces superior que en no diabéticos

El tiempo y la presentación de la hipertensión difiere

Tipo 1

- La hipertensión se desarrolla después de varios años de evolución de la enfermedad y usualmente refleja el desarrollo de nefropatía diabética, indicado por niveles elevados concomitantes de albúmina urinaria y, en etapas tardías, por una disminución en la tasa de filtración glomerular.
- Afecta aproximadamente el 30% de los pacientes.

Tipo 2

- La hipertensión puede estar presente al momento del diagnóstico o aun antes de desarrollarse la hiperglicemia
- A menudo es parte de un síndrome que incluye intolerancia a la glucosa, resistencia a la insulina, obesidad, dislipidemia y enfermedad arterial coronaria, constituyendo el denominado síndrome X o síndrome metabólico.

Diabetes y la Presión arterial alta

- Hay evidencia epidemiológica extensa que indica que los individuos diabéticos con hipertensión tienen un riesgo marcadamente incrementado de sufrir enfermedad cardiovascular, insuficiencia renal y retinopatía diabética.
- Aun más dramática es esta asociación cuando se analizan los resultados de un estudio realizado en el que se demostró que pacientes con hipertensión sistólica moderada e intolerancia a la glucosa en ayunas (sin ser diabéticos como tales) tienen una mortalidad mayor por eventos cardiovasculares.

Hipertensión

La clasificación de la presión arterial es el promedio de dos o más mediciones tomadas cada dos o más visitas después del examen inicial para los adultos mayores de 18 años.

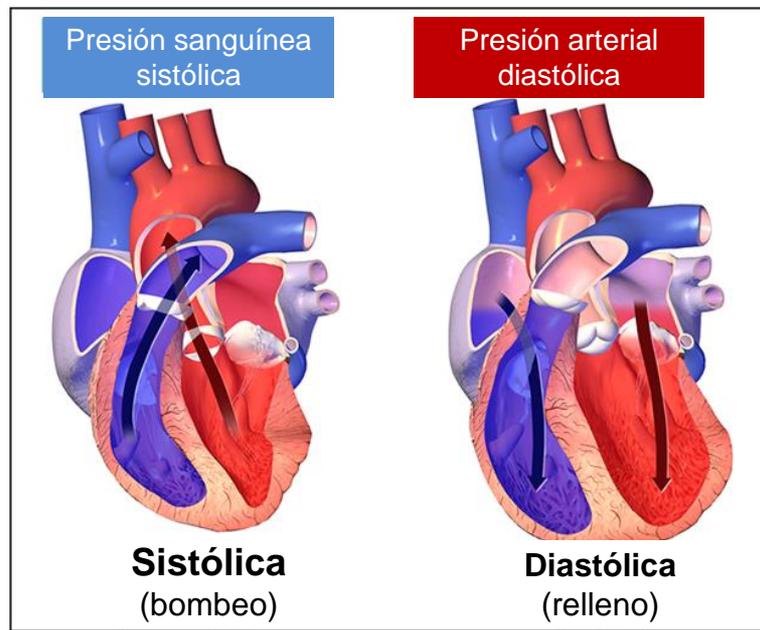
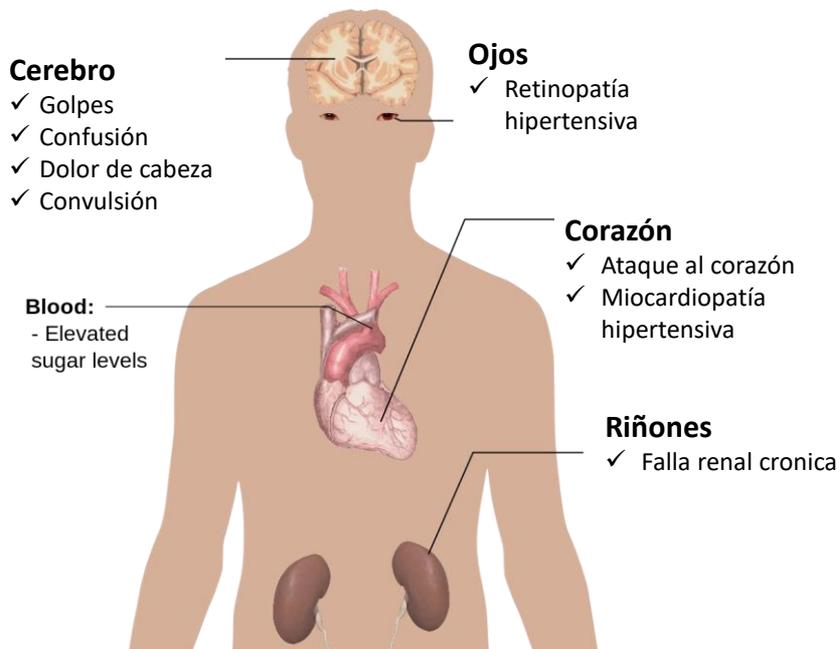


Tabla de presión arterial

Categoría	Presión arterial sistólica (mm Hg)	Presión arterial diastólica (mmHg)
Óptima	<120	<80
Normal	120-129	80-84
Normal-alta	130-139	85-89
Hipertensión arterial grado 1	140-159	90-99
Hipertensión arterial grado 2	160-179	100-109
Hipertensión arterial grado 3	≥ 180	≥ 100

Principales complicaciones de la hipertensión arterial persistente





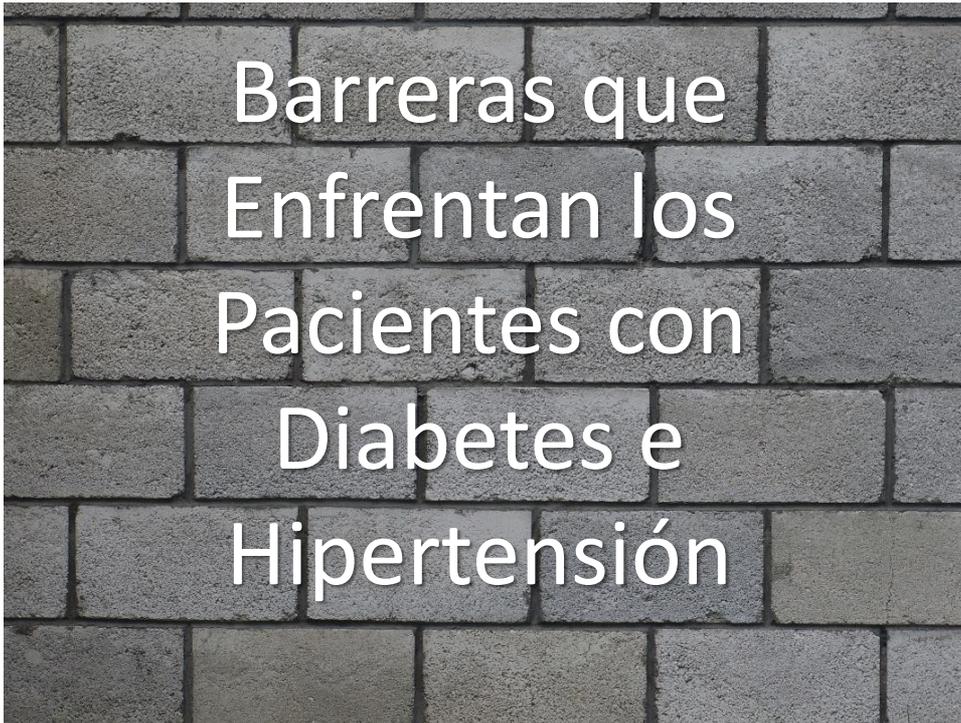
Plan de Tratamiento

- Diuréticos (pildoras de agua o líquidos)
- Bloqueadores Beta
- Inhibidores de la Enzima Convertidora de Angiotensina (ACE)
- Bloqueadores de Receptor de Angiotensina II (ARBs)
- Bloqueadores Alfa
- Bloqueadores Alfa-Beta
- Agentes Centrales
- Vasodilatadores

Manejar su diabetes y prevenir la presión arterial alta implica cambios de estilo de vida a lo largo de la vida



©www.earldotter.com



Barreras

Falta de consistente seguimiento médico

Incapacidad del proveedor para ajustar las regímenes de medicamentos

Uso de los medicamentos

Costo

Los sistemas de creencias de pacientes descartan la hipertensión como un problema médico importante

Falta de seguimiento médico consistente

Falta del proveedor para ajustar los regímenes de fármacos para lograr el control

Efectos secundarios de la medicación y la dosificación

Falta de recursos económicos para acceder a la atención médica o comprar medicamentos

La falta de cumplimiento de medicaciones

Soluciones Potenciales



- Automanejo de la diabetes e hipertensión
- Educación, conferencias, publicación, etc.
- No perder sus citas con el equipo medico
- Monitorear la presión sanguínea y niveles de azúcar en la sangre
- Dieta balanceada
- Cambios de estilo de vida
- Medicina alternativa

Como Promotor de Salud, se le asigna para preparar una presentación a un grupo de padres en una pequeña clínica rural con respecto a diabetes y la hipertensión. ¿Cómo abordara esta tema? ¿Qué elementos debe incluir? ¿Qué herramientas se le puede dar a su público?

Explorando la Prevención y Control
de la Presión Arterial Alta o
Hipertensión

con los
Promotores de Salud

en Texas

PRESENTACION DE CASOS:

BEATRICE SMITH, MPA

DEPT. ESTATAL DE SERVICIOS DE SALUD DE
TEXAS



Fuente: <https://www.cdc.gov/bloodpressure/facts.htm>

La Presión Arterial Alta en Texas

La Carga de la Enfermedad

Prevalencia no ajustada con intervalo de confianza del 95%		
Porcentaje de Adultos		
Hipertensión		
Total	29.5	(28.2-30.8)
Blanco	32.3	(30.6-34.0)
Afro-Americano	41.2	(35.9-46.6)
Hispanico	23.8	(21.6-25.9)
Otro	19.6	(14.6-24.5)
Hombres	30.8	(28.8-32.9)
Mujeres	28.1	(26.5-29.8)

La hipertensión era poco común en los hispanos que los blancos y mas común entre los Afro-Americanos que entre los blancos o hispanos.

Fuente de datos: Texas 2016 Heart Disease and Stroke Factsheet
<https://www.dshs.texas.gov/heart/Data-and-Surveillance.aspx>

Qué Puedes Hacer

HACER EL CONTROL DE SU OBJETIVO TODOS LOS DIAS



Controle su presión arterial regularmente en su casa, en el consultorio médico o en una farmacia.



Deje de fumar o no empiece.
1-800-QUIT-NOW or Smokefree.gov

Coma una dieta saludable

- Más frutas, verduras, potasio y granos enteros
- Menos sodio, grasas saturadas, grasas trans y colesterol.



Los adultos deben limitar alcohol a no más de:



una bebida por día para las mujeres



dos bebidas al día para los hombres

Leer las etiquetas de nutrición y reducir la ingesta de sodio.

- La mayor parte del sodio que comemos proviene de alimentos procesados y de restaurante.
- Alrededor del 90% de los estadounidenses consumen demasiado sodio.



Consiga activo y mantenga un peso saludable.



2 horas y 30 minutos de actividad física moderada cada semana

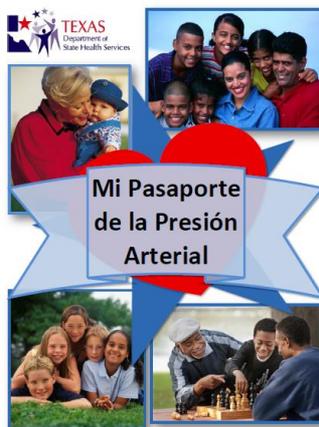
Fuente: <https://www.cdc.gov/bloodpressure/facts.htm>

La historia de un hombre que fue diagnosticado con la presión arterial alta y cómo él está manejando actualmente su diagnóstico.



<https://www.youtube.com/watch?v=Tn3LHXKfKXU>

Recursos del Control de la Hipertensión Arterial en Texas



Fuente: <https://www.dshs.texas.gov/heart/Special-Projects.shtm>

Currículo de Prevención y Control de la Presión Arterial Alta en Inglés y Español

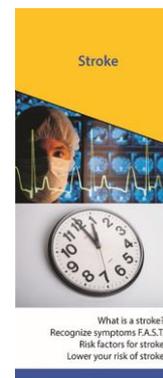
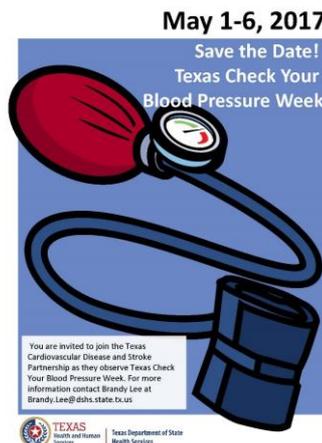
Los Promotores reciben educación continua en inglés y español sobre la prevención y el control de la presión arterial alta a través de recursos nacionales y estatales de capacitación:

- ✓ **Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)** Un Recurso de Capacitación de Trabajadores de Salud Comunitaria para la Prevención de Enfermedades Cardíacas y Accidentes cerebrovasculares
- ✓ Monitoreo de La Presión Arterial Alta en el Hogar – curriculum desarrollado por el Programa de Enfermedades Cardíacas y Accidentes Cardiovasculares del Dept. Estatal de Servicios de Salud de Texas



Fuente: <https://www.dshs.texas.gov/heart/>

Cada Mayo Celebramos la Semana del Control de la Presión Arterial



Fuente: <https://www.dshs.texas.gov/heart/>



Presentación de Caso ECHO # 1

*Historia
de éxito a través de
promotores de salud*

ORADORA:
SAYRA ROJAS, CHW II
**Promotora de Salud
Certificada por el Dept. Estatal
de Servicios de Salud de
Texas**

Acerca de Baylor Scott & White

- Baylor Scott & White Health es el mayor Sistema de salud sin fines de lucro en Texas, y uno de los mas grandes en los Estados Unidos.
- Un equipo de promotores de salud y enfermeras gerentes de atención proporcionan educación sobre enfermedades crónicas y apoyo a pacientes de clínicas comunitarias.

Programa de Manejo de Enfermedades Crónicas

- El Programa de Manejo de Enfermedades crónicas cuenta con promotoras de salud bilingües, especialmente entrenadas, que imparten educación de salud culturalmente relevante en Diabetes, Hipertensión, Asma, Insuficiencia Cardíaca Congestiva y enfermedad pulmonar obstructiva crónica.



27

Hope Clinic



28

Presentación de Caso

- Maria C.
- 54 años Hispana
- Diagnosticada con Diabetes e Hipertensión
- A1c 7.0
- No fuma
- No toma sus medicamentos de forma regular
- Casada- Madre de 4 niños

ECHO Diabetes-Case Presentation

**Proyecto ECHO de MCN: La Diabetes --
FORMULARIO de PRESENTACIÓN de CASO**

MCN - ECHO Clínica de Diabetes
Primera Clínica del ECHO de la Diabetes
Programa basado en la educación médica para controlar la Diabetes en la comunidad

Centro de atención médica / o institución: *

Día de la presentación ECHO: *

Nombre y profesión de los presentadores: *

Título del Caso (una oración con las palabras clave del caso, por ejemplo: "Un caso no controlado de Diabetes). *

Presentación del Caso (en tono afirmativo, claro, sencillo, conciso, y descriptivo. Redactar el caso en un estilo impersonal y no usar siglas, sin describir). *

Diagnóstico (ej. diabetes tipo II, pre-diabetes, obesidad, etc.). *

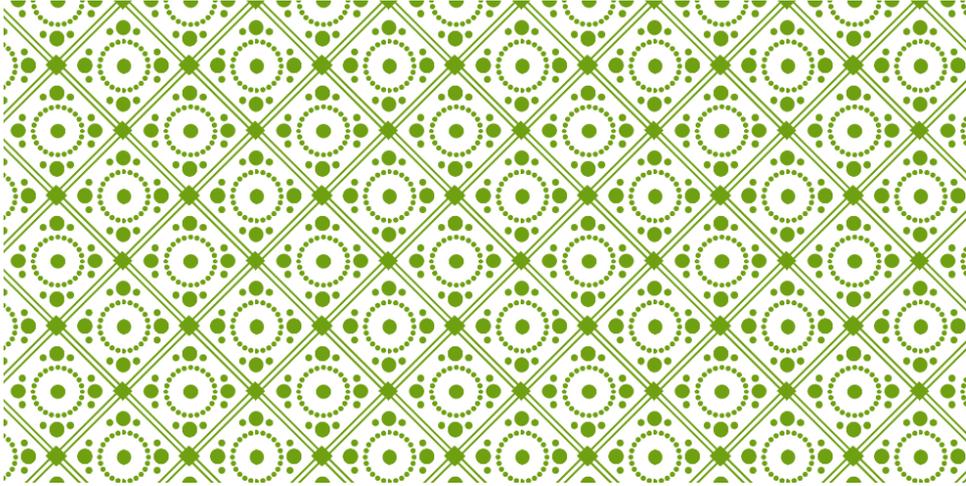
Manejo Programar: (Puede citar cómo se le ayudó a la persona en el manejo de la diabetes, incluyendo tratamiento, derivación al médico, educación en la autogestión, ejercicio, ayuda emocional y medicina tradicional o programas de manejo). *

Evolución de manejo de la diabetes (describir lo que funcionó, lo que fue difícil, lo que se logró o no se logró). *

Discusión y Preguntas a los Especialistas y Experto (tres preguntas que le gustaría hacer que le ayudaría a usted a preparar mejor su próxima consulta Diabetes). *

Conoce usted un profesional de la salud que le gustaría que irrumpiera en nuestra próxima clínica de ECHO-Diabetes. Si conoce a alguien, no dude dar sus datos para invitado: *

¡Bien!



PRESENTACIÓN DE CASO ECHO #2

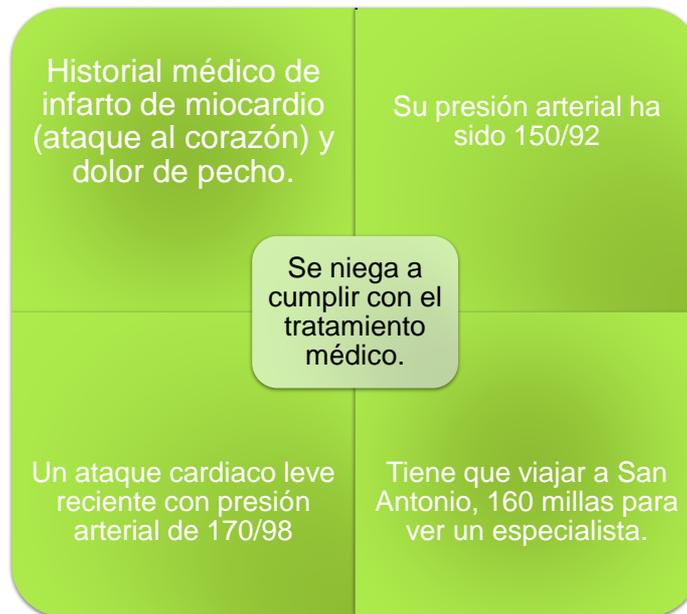
NORMA CANTÚ, CHW I
Promotora de Salud
Certificada por el Dept. Estatal
de Servicios de Salud de Texas
Texas A&M Colonias Program



Presentación de Caso

Nombre: Carlos
Edad: 76

- ❖ Hispano
- ❖ Fumador
- ❖ Casado
- ❖ Tres Hijos



SERVICIOS DE NAVEGACIÓN DE PACIENTE Y ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN SOBRE LA ENFERMEDAD CRÓNICA Y ALCANCE

PROVEIDOS A CARLOS . . .

Las actividades educativas iniciales de la navegación del paciente fueron hechas después del liberamiento de Carlos de un hospital de San Antonio.

Lo vieron en un centro cardiovascular a dos cuadas de distancia.

El equipo médico hizo la evaluación y remitió a Carlos a los navegantes del paciente (programa de navegación del paciente) asignados a su oficina.

El equipo médico y los navegantes del paciente se dieron cuenta de que la estabilización de su hipertensión podría a lograrse mediante la obtención de Chantix o asistencia para pagar por este parche caro y el cumplimiento de la medicación asociada.

EL ENTRENAMIENTO DE VIDA SIMPLES SIETE (LS7) DE LA ASOCIACION AMERICANA DEL CORAZON

He conducido el entrenamiento de Vida Simples Siete (LS7) que provee educación sobre las enfermedades crónicas en el área del código postal de Carlos.

Me comprometi a proporcionar servicios de navegación de pacientes a Carlos y a su esposa.



7 Pequeños pasos para grandes cambios

¡Es fácil y simple! ¡Cualquiera lo puede hacer! Comience con uno o dos. La Asociación Americana del Corazón

Servicios de alcance y navegación de paciente y actividades de educación sobre la enfermedad crónica incluyendo la hipertensión

La promotora condujo el programa "Vidas Simples 7" (LS7) para determinar actividades educativas de prioridad alta y baja centrados en el paciente para poder obtener los resultados deseados.

LA ASOCIACIÓN AMERICANA DEL CORAZÓN
MY LIFE CHECK LIFE'S SIMPLE 7 (LS7)

Fuente:
http://www.heart.org/HEARTORG/Conditions/My-Life-Check--Lifes-Simple-7_UCM_471453_Article.jsp#.W3XSMv2Z2A

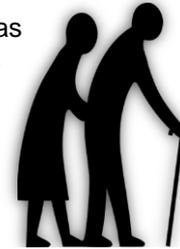
En general, como su paciente navegador, realice las siguientes actividades educativas:



❖ **Comunicación:** Tanto en español como en inglés, ya que su doctor habla español limitado y todas las notas están en inglés.

❖ **Abogacía:** La conciencia cultural como respeto a los ancianos, abogó por organizaciones médicas o de servicios de salud adicionales como promotores de salud, psicólogos, enfermeras, farmacéuticos, transporte hacia y desde como su paciente navegador.

❖ **Di seguimiento y nuevos servicios y actividades educativas** incluyendo asegurarse de que otros proveedores tengan a alguien que pueda hablar español en todos los lugares y servicios.



¡Y estas son las
Habilidades que
los Promotores
Traen al Manejo
de la
Hipertensión!
¡Gracias!



¿Preguntas?

Ileana Ponce-Gonzalez,
MD, MPH
MCN
Senior Advisor for
Scientific and
Strategic Planning
[iponce-
gonzalez@migrantclinician.org](mailto:iponce-gonzalez@migrantclinician.org)
(512) 579-4543



Referencias

1. <http://www.hrsa.gov/quality/toolbox/measures/hypertension/>
2. <https://www.nhlbi.nih.gov/health-pro/resources/heart/hispanic-health-manual/session-4#handouts>
3. <https://www.nhlbi.nih.gov/health/health-topics/topics/hbp>
4. <https://www.nhlbi.nih.gov/health/health-topics/topics/hbp/treatment>
5. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1993926/table/tbl1/>
6. <http://www.aafp.org/news/health-of-the-public/20151015htnprevrec.html>
7. https://www.healthit.gov/sites/default/files/13_bptoolkit_e13l.pdf
8. <https://www.cdc.gov/bloodpressure/facts.htm>
9. CVD Texas Factsheet 2016 <https://www.dshs.texas.gov/heart/Data-and-Surveillance.aspx>
10. <https://www.dshs.gov/heart/>
11. http://www.heart.org/HEARTORG/Conditions/My-Life-Check---Lifes-Simple-7_UCM_471453_Article.jsp#.WS3XSMv2Z2A