

Cuidado de adultos de edad avanzada

La diabetes y las personas de edad avanzada

Los adultos de edad avanzada con diabetes enfrentan retos únicos para controlar la enfermedad. Otras enfermedades y problemas sociales pueden ser obstáculos en su capacidad de controlar la diabetes mientras disfrutan de una buena calidad de vida.

Consideraciones particulares para los pacientes de edad avanzada

Cuando se comparan con otros adultos con diabetes, las personas de edad avanzada pueden tener a la vez otras afecciones, impedimentos físicos o cognoscitivos y obstáculos sociales que pueden interferir en el control de la diabetes. Estas preocupaciones pueden ser:

- Movilidad limitada
- Depresión
- Pérdida de la memoria
- Falta de acceso al ejercicio
- Incapacidad para prepararse las comidas adecuadas

Además, una persona frágil de edad avanzada tiene un mayor riesgo de caerse.

Es posible que se necesite hacer ajustes frecuentes en las metas del tratamiento de la diabetes para prevenir riesgos de seguridad durante el control de esta enfermedad, como la hipoglucemia.

Metas de cuidados para una persona de edad avanzada con diabetes

La meta en el cuidado de las personas de edad avanzada con diabetes es un plan de tratamiento personalizado con énfasis en los problemas de seguridad. Las personas a cargo de los cuidados deben evaluar lo siguiente:

- Identificar obstáculos particulares para cada persona de edad avanzada con diabetes que no le permitan autocontrolar la enfermedad.
- Establecer metas adecuadas para el tratamiento de la diabetes considerando todos los aspectos de esa persona.
- Ayudar y educar a las personas de edad avanzada y a las personas a cargo de su cuidado sobre el control de la diabetes y las preocupaciones de seguridad.

Una evaluación integral debe incluir las pruebas de detección de trastornos de la memoria, depresión, discapacidades físicas, evaluación de los conocimientos de los

pacientes sobre diabetes, evaluación del tratamiento actual con medicamentos, evaluación de los hábitos alimentarios y de la capacidad del paciente de seguir las recomendaciones nutricionales. La estructura de apoyo social del paciente también debe evaluarse para determinar si se necesita remitirlo a un trabajador social o a una red social.

Fuente: Centro de Diabetes Joslin (Joslin Diabetes Center)

Materiales del Programa Nacional de Educación sobre Diabetes

www.yourdiabetesinfo.org

www.ndep.nih.gov

www.cdc.gov/diabetes/ndep

www.diabetesatwork.org

www.betterdiabetescare.nih.gov

La epidemia de la diabetes en los adultos de edad avanzada (*The Diabetes Epidemic Among Older Adults*) http://www.ndep.nih.gov//media/FS_OlderAdult.pdf

Paquete de alcance comunitario "El poder de controlar la diabetes está en sus manos" (*The Power to Control Diabetes Is in Your Hands Community Outreach Kit*)

<http://ndep.nih.gov//publications/OnlineVersion.aspx?NdepId=NDEP-44K>

El poder de controlar la diabetes está en sus manos (*The Power To Control Diabetes Is in Your Hands*) (NDEP-38) http://ndep.nih.gov/media/Power_broch_Eng.pdf

Hacerle frente a un diagnóstico de diabetes como adulto de edad avanzada (*Dealing with a Diabetes Diagnosis as an Older Adult*)

<http://ndep.nih.gov/media/older-adult-diabetes-diagnosis.pdf>

Cinco maneras en que los adultos de edad avanzada pueden estar físicamente más activos (*Five Ways Older Adults Can Be More Physically Active*)

<http://ndep.nih.gov/media/five-ways-older-adults-active.pdf>

Dar el ejemplo: Este abuelo muestra que no es demasiado tarde para prevenir la diabetes (*Leading by Example: This Grandfather Shows It's Not Too Late to Prevent Diabetes*) http://www.ndep.nih.gov//media/Fathers_Day_06_Kitching.pdf

Lo que necesita saber sobre Medicare y la diabetes (*What You Need to Know About Medicare and Diabetes*) <http://www.ndep.nih.gov//media/MedicareandDiabetes.pdf>

Diez maneras de darle forma a las reuniones familiares para prevenir la diabetes tipo 2 (*Ten Ways to Shape Up Your Family Reunion to Prevent Type 2 Diabetes*)

<http://www.ndep.nih.gov//media/ten-ways-to-shape-up-your-family-reunion.pdf>

Nunca es demasiado tarde para prevenir la diabetes: Dé el primer paso hoy (*It's Not Too Late to Prevent Diabetes: Take Your First Step Today*)

http://www.ndep.nih.gov//media/Its_Not_Too_Late_Feature.pdf