ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	**PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL** **FORMATO REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ**	Código: FOR-PSS-570 Versión: 1 Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022 Página: 1 de 2

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: Servicio integral de Bienestar y Cuidado 1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: CC Hogar Nazareth de Chinauta

1.2 Localidad: _____

2. Línea: Cuerpo y Mente / Eje Cuidado Integral

2.1. Fecha de Ejecución:

07	**03**	**2023**	**al**	**07**	**03**	**2023**

2.2. Nombre del encuentro: Envejecimiento Saludable

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Luisa Fernanda Caicedo Barbosa

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Educar a las personas mayores sobre la Diabetes, la enfermedad, los signos y síntomas la importancia de tomar los medicamentos, a aplicación de la insulina y el equilibrio en la dieta.

3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

Incentivar a las personas mayores a mejorar el conocimiento que tienen frente a su patología, diagnóstico, complicaciones y tratamiento

3.3. METODOLOGIA

Convocar a las personas mayores al panel teórico

Tema: La Diabetes

3.3.1 MOMENTO INICIAL

Se lleva a cabo la convocatoria a las personas mayores en el momento de la cena, donde se les indica la hora y el lugar de encuentro. Se da apertura a la actividad, en salón sensorial, dándoles a conocer los temas que serán abordados durante la sesión: la diabetes, signos y síntomas, complicaciones, manejo adecuado y efectivo de los medicamentos y tratamientos.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL

La diabetes mellitus se refiere a un grupo de enfermedades que afecta la forma en que el cuerpo utiliza la glucosa en la sangre. La glucosa es una importante fuente de energía para las células que forman los músculos y tejidos. También es la principal fuente de combustible del cerebro.

Las afecciones de diabetes crónica comprenden diabetes tipo 1 y diabetes tipo 2. Las afecciones de diabetes potencialmente reversibles incluyen prediabetes y diabetes gestacional. La prediabetes ocurre cuando tus niveles de glucosa en la sangre son más elevados de lo normal. Pero esos niveles de glucosa en la sangre no son tan altos como para ser denominados diabetes. La prediabetes puede convertirse en diabetes, a no ser que se tomen medidas para prevenirla.

Algunos de los síntomas de la diabetes tipo 1 y tipo 2 incluyen los siguientes:

- Más sed de lo habitual.
- Micción frecuente.
- Pérdida de peso involuntaria.
- Presencia de cetonas en la orina. Las cetonas son un producto secundario de la descomposición de músculo y grasa que ocurre cuando no hay suficiente insulina.
- Sensación de cansancio y debilidad.
- Sensación de irritabilidad u otros cambios en el estado de ánimo.
- Visión borrosa.
- Llagas que tardan en cicatrizar.
- Infecciones frecuentes, como en las encías, la piel o la vagina.

Si bien la diabetes tipo 1 puede manifestarse a cualquier edad, suele ocurrir en la infancia o la adolescencia. La diabetes tipo 2, el tipo más común, también puede manifestarse a cualquier edad, pero es más frecuente en personas mayores de 40 años.

Cómo funciona la insulina

- La insulina es una hormona que proviene de una glándula situada detrás y debajo del estómago (páncreas).
- El páncreas libera insulina en el torrente sanguíneo.
- La insulina circula y permite que el azúcar entre en las células.
- La insulina reduce la cantidad de azúcar presente en el torrente sanguíneo.
- A medida que el nivel de glucosa sanguínea baja, también lo hace la secreción de insulina del páncreas.

La función de la glucosa

- La glucosa, un tipo de azúcar, es la principal fuente de energía de las células que forman los músculos y otros tejidos.
- La glucosa proviene de dos fuentes principales: los alimentos y el hígado.
- La glucosa se absorbe en el torrente sanguíneo, en donde ingresa en las células con la ayuda de la insulina.
- El hígado elabora y almacena glucosa.
- Cuando los niveles de glucosa son bajos, como cuando no has comido por un buen rato, el hígado convierte el glucógeno almacenado en glucosa. Así mantiene tu nivel de glucosa dentro de un nivel normal.

La causa exacta de la mayoría de los tipos de diabetes se desconoce. En todos los casos, la glucosa se acumula en el torrente sanguíneo. Esto se debe a que el páncreas no produce suficiente insulina. Ambas clases de diabetes, tipo 1 y tipo 2, pueden causarse por una combinación de factores genéticos y ambientales. No se conoce realmente cuáles son estos factores.

Factores de riesgo para la diabetes dependen del tipo de diabetes que tienes. Los antecedentes familiares pueden desempeñar un papel en todos los tipos. Los factores ambientales y la geografía pueden aumentar el riesgo de padecer diabetes tipo 1.

En ocasiones, a los familiares de las personas con diabetes tipo 1 se les hacen análisis clínicos para comprobar la presencia de células del sistema inmunitario de la diabetes (autoanticuerpos). Si tienes estos autoanticuerpos, tendrás mayores probabilidades de padecer la enfermedad. Sin embargo, no todas las personas que tienen estos autoanticuerpos llegan a tener diabetes.

Complicaciones: Enfermedades cardíacas y de los vasos sanguíneos (cardiovasculares), Daño a los nervios por diabetes (neuropatía diabética), Daño a los riñones por diabetes (nefropatía diabética), Daño a los ojos por diabetes (retinopatía diabética), Daños en el pie, Afecciones de la piel y la boca**,** Deterioro de la audición, Enfermedad de Alzheimer**,** Depresión relacionada con la diabetes**.** Prevención: come alimentos saludables, haz mas actividad física, pierde exceso de peso, control médico frecuente, evitar el consumo de azúcar

3.3.3. MOMENTO FINAL

Las personas mayores manifiestan su agradecimiento por la realización de las actividades educativas. Se evidencia más conciencia frente a la salud brindada durante este espacio y se les motiva a mantener dicha actitud durante las actividades que se encuentran programadas. Las personas mayores comprenden y entienden la importancia del cuidado, participan activamente y reflexionan sobre la prevención de cáncer.

3.4. RECURSOS

MATERIALES	CANTIDAD
SILLA	20
ESCRITORIO	1
RECURSO HUMANO	20 PERSONAS MAYORES

4. EVALUACION DEL ENCUENTRO

Se contó con la participación de las personas mayores, quienes recibieron la información adecuada, al igual que la sensibilización sobre toma de medicamentos y suministro de inhaladores, expresaron sus inquietudes sobre los temas abordados, las cuales fueron aclaradas por los profesionales a cargo.

Fecha de evaluación del encuentro: 07/03/2023

Nombre del profesional que evalúa: LUISA FERNANDA CAICEDO

LA DIABETES


cc Hogar Nazareth Chinauta.
07/03/2023 05:27:09 p. m.






cc Hogar Nazareth Chinauta.
07/03/2023 05:36:25 p. m.