

TALLER DE LA ESCUELA DE SALUD Y CUIDADOS DE CASTILLA LA MANCHA DIRIGIDO A PACIENTES CON DIABETES TIPO 2

LUGAR: Centro de Salud Cuenca I

FECHAS: 18 y 25 de enero, 1 y 15 de febrero, 1 y 15 de marzo, 5 y 19 de abril y 3 y 17 de mayo del 2018

METODOLOGÍA: 10 sesiones de 1 hora cada sesión.

La dinámica será de una exposición teórica de 25 minutos por parte de los ponentes, 25 minutos para experiencias y/o demostraciones prácticas de todos los participantes en relación con el tema tratado y 10 minutos para conclusiones finales.

1ª y 2ª SESIÓN (18 y 25 enero 2018). Presentación.

- Escuela de Salud y Cuidados de Castilla La Mancha.
- ¿Qué es un paciente experto?
- Valoración inicial y mediciones.

3ª SESIÓN. (1 febrero 2018). ¿Qué es la diabetes?

- Definición y tipos de diabetes
- Diagnóstico, tratamientos y objetivos
- Síntomas
- Factores de riesgo
- Control metabólico de la diabetes y su importancia

4ª SESIÓN y 5ª SESION. (15 febrero y 1 marzo 2018) UNA ALIMENTACION SALUDABLE

- Pautas generales de la alimentación
- Grupos de alimentos
- Confección de un plato saludable.
- Aprender el manejo de las raciones de hidratos de carbono.
- Lectura de etiquetado de los productos envasados
- Mentiras sobre los alimentos “light” y aptos para diabéticos.

6ª SESIÓN. (15 marzo 2018). EJERCICIO Y DIABETES.

- Beneficios de la actividad física.
- Cambios de la glucosa durante el ejercicio físico
- Tipos de ejercicio
- Consejos prácticos y precauciones con el ejercicio
- Efectos adversos del ejercicio sobre el control metabólico

7ª SESIÓN (5 abril 2018) MANEJO DE LAS VARIACIONES DE LAS GLUCEMIAS

- Descompensaciones agudas de la diabetes
 - Hipoglucemias
 - Hiperglucemias.

8º SESIÓN (19 abril 2018) FARMACOLOGICO DE LA DIABETES

- Antidiabéticos orales. Tipos y mecanismos de acción.
- Insulina: Tipos, rotación de inyección y aspectos a tener en cuenta sobre la insulina.

9º SESIÓN (3 mayo 2018) PREVENCIÓN Y MANEJO DE LAS COMPLICACIONES

- Factores de riesgo cardiovascular

- Diabetes
 - Dislipemias
 - Hipertensión arterial
 - Tabaquismo
- Prevención y cuidados de lesiones en el pie diabético

10º SESIÓN (17 mayo 2018) VALORACION FINAL Y DESPEDIDA

- Valoración final y mediciones.
- Alentar al alumnado para llevar a cabo las fases II de los talleres de diabetes tipo 2 en un futuro.

Ponentes

- Fructuoso Muelas Herraiz. Enfermero de atención primaria
- Cristina Martínez Martín. Enfermera de atención primaria
- Beatriz Collado González. Enfermera residente de atención familiar y comunitaria
- M^a Isabel Solera Abad. Enfermera residente de atención familiar y comunitaria
- María Zabala Victoria. Enfermera residente de atención familiar y comunitaria
- Patricia de las Heras Bueno. Enfermera residente de atención familiar y comunitaria
- Irene Ortega García. Enfermera residente de atención familiar y comunitaria
- Ana Diez Fernández. Enfermera y profesora adjunta en la UCLM de Enfermería Cuenca



escuela de salud y cuidados
de castilla-la mancha



Castilla-La Mancha