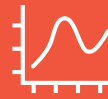


Control continuo de la glucosa y angustia diabética

Motiva a las personas con diabetes que utilizan un monitor continuo de glucosa a:



Conocer los objetivos de glucosa



Monitorear las tendencias en las lecturas del CGM



Saber qué afecta tus niveles de glucosa

Aprende a identificar y apoyar a las personas con diabetes que enfrentan la angustia relacionada con la enfermedad.



Mantente atento a los signos de malestar asociados a la diabetes.

Algunos de los signos frecuentes son los siguientes:

- Niveles de A1C o glucosa inestables o subóptimos
- Inasistencia a las citas
- Desatención del autocuidado (control de glucosa o medicación)



Pregunte por la angustia diabética en cada visita.

Aquí tienes algunos ejemplos de preguntas abiertas:

- "¿Qué es para ti lo más difícil de vivir con diabetes?"
- "¿Qué es lo que más te preocupa de tu diabetes?"
- "¿De qué manera tu diabetes se interpone en el camino de otras áreas de tu vida?"



Evalúa la angustia asociada a la diabetes mediante cuestionarios validados.

Utiliza los resultados para determinar un plan de acción y remediar los factores estresantes:

- Cuestionario PAID (Áreas problemáticas en la diabetes)
- DDS (Escala de angustia por la diabetes)

El uso de monitores continuos de glucosa (MCG) y sistemas automatizados de administración de insulina (AID) puede reducir el malestar asociado con la diabetes.



Si el malestar relacionado con la diabetes no se puede manejar con la atención habitual, se debe considerar remitir al paciente a un profesional de la salud conductual calificado, preferiblemente con experiencia en diabetes.