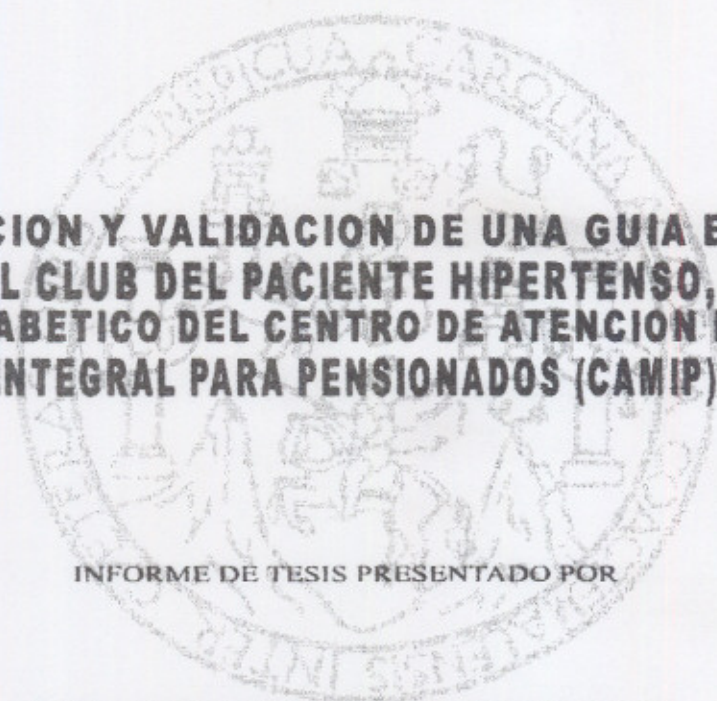


**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
FACULTAD DE CIENCIAS QUIMICAS Y FARMACIA**



**ELABORACION Y VALIDACION DE UNA GUIA EDUCATIVA
DIRIGIDA AL CLUB DEL PACIENTE HIPERTENSO, ARTRITICO
Y DIABETICO DEL CENTRO DE ATENCION MEDICA
INTEGRAL PARA PENSIONADOS (CAMIP)**

INFORME DE TESIS PRESENTADO POR

EDNA DINET GONZALEZ VELASQUEZ

ESTUDIANTE DE LA CARRERA DE

QUIMICO FARMACEUTICO

Guatemala, noviembre de 1999

DL
06
T(1981)

JUNTA DIRECTIVA

FACULTAD DE CIENCIAS QUIMICAS Y FARMACIA

DECANA:	Licda. Hada Marieta Alvarado Beteta.
SECRETARIO:	Lic. Oscar Federico Nave Herrera.
VOCAL I:	Dr. Oscar Manuel Cobar Pinto.
VOCAL II:	Dr. Rubén Dariel Velásquez Miranda.
VOCAL III:	Lic. Rodrigo Herrera San José.
VOCAL IV:	Br. David Estuardo Delgado González.
VOCAL V:	Br. Estuardo Solórzano Lémus.

TESIS QUE DEDICO A:

- DIOS: Por ser mi fortaleza en cada momento de dificultad,
por ser el principio de la sabiduría
- A MIS PADRES: Ausberto Isaac González O. y
Elena Everilda de González,
Gracias por apoyarme y por estar siempre con migo.
- A MIS HERMANOS: Ady, Brenda, Norma, Lilma, Mary y Selvin.
Por todos los momentos tristes y hermosos que hemos vivido.
- A MIS SOBRINOS: Diego, Dayanita, Sharon, Andreí, y Danielito.
Con mucho cariño.
- A MIS CUÑADOS Y FAMILIA EN GENERAL.
- A MIS AMIGAS: Luky, Silvia, Brenda, Maty, Vivian, Carmen y Helga.
Por compartir con migo gratos recuerdos e inolvidables
momentos.

AGRADECIMIENTO A:

Licenciada Raquel Pérez Obregón.

Departamento de Trabajo Social del CAMIP.

Universidad San Carlos de Guatemala.

Facultad de Ciencias Químicas y Farmacia

INDICE

	PAGINAS
I. RESUMEN	1
II. INTRODUCCION	3
III. ANTECEDENTES	4
IV. JUSTIFICACIONES	8
V. OBJETIVOS	9
VI. MATERIALES Y METODOS	10
VII. RESULTADOS	12
VIII. DISCUSION DE RESULTADOS	28
IX. CONCLUSIONES	32
X. RECOMENDACIONES	33
XI. REFERENCIAS	35
XII. ANEXOS	39

I. RESUMEN

Con el propósito de brindar educación a paciente geriátrico sobre el cumplimiento terapéutico, uso correcto y racional de medicamentos, se elaboró el presente estudio, para lo cual se realizó un análisis previo para determinar, qué medicamentos se distribuyen con mayor frecuencia en la farmacia del Centro de Atención Médica Integral para Pensionados (CAMIP), ya que representaría los medicamentos más consumidos por la población que asiste a ésta institución, y para esto se revisó la estadística de medicamentos del año 1997, contando con la colaboración del Director y Químico Farmacéutico para obtener dicha información, y se determinó que existen cinco medicamentos ,mayormente utilizados, tales como: captopril, ibuprofen, glibenclamida, sulindac y antiácidos en suspensión; partiendo de este resultado se diseñó la propuesta de un programa educativo sobre el uso de medicamentos antihipertensivos, antiartríticos, y antidiabéticos.

La población geriátrica es un grupo que requiere especial atención durante la manipulación de medicamentos y durante el tratamiento de la enfermedad, ya que por desconocimiento y/o debido a factores intrínsecos de la edad (9), realizan el tratamiento incorrecto y en muchos casos incompleto o recurren a la automedicación, por lo que la presente guía educativa fue elaborada con el propósito de brindar educación en el uso correcto de los medicamentos geriátricos de mayor consumo, y de esta manera garantizar la eficacia del tratamiento, disminuyendo por lo tanto futuras complicaciones por uso inadecuado de los mismos. Para lograr dicho propósito fue necesario conocer la opinión del Químico Farmacéutico, Médicos y Enfermeras del Centro de atención Médica Integral para Pensionados (CAMIP), acerca de aspectos que consideraron que deberían de formar parte del contenido de la guía educativa, ya que sería un medio adecuado para resolver dudas que constantemente el paciente de la tercera edad expone ante éstos profesionales del área de la salud.

Debido a la relación que existe entre Farmacéutico – Paciente, Médico – Paciente, y Enfermera – Paciente, se realizó una entrevista estructurada dirigida a estos profesionales, con preguntas estratégicas que reflejaron lo siguiente: las personas que acuden a la farmacia y a las clínicas del CAMIP, manifiestan constantemente dudas, que se relacionan con el uso, almacenamiento, dosis, tiempo de duración del tratamiento, precauciones, efectos secundarios y nombres comerciales de los medicamentos. De los resultados obtenidos en las entrevistas estructuradas, también se determinó que el paciente geriátrico necesita conocer de su enfermedad, y la influencia que ejerce la dieta y el ejercicio en el tratamiento de la misma. Así también se determinó que en la tercera edad, existen varios factores como: tendencia al olvido, confusión entre los medicamentos especialmente con los nombres genéricos y comerciales, abandono por parte de los familiares y la falta de información, lo que predisponen a estas personas al uso inadecuado de medicamentos, al incumplimiento terapéutico y al abandono del mismo.

Basado en los resultados anteriores se elaboró la propuesta del programa educativo, consistente en una charla y un folleto educativo, dirigido a las personas que asisten al club del hipertenso, artrítico y diabético, que organiza el departamento de trabajo social de este Centro Asistencial. Finalmente se validó el programa educativo con el grupo de personas que asistieron a cada uno de estos clubes, quienes hicieron algunas recomendaciones para mejorar el contenido de la plática. Actualmente el programa educativo funciona como medio de apoyo para cada uno de éstos grupos, y se imparten tres veces al año con distinto grupo de personas.

II INTRODUCCION

Actualmente la etapa de la vejez ha preocupado al sistema de salud del país, debido al poco conocimiento que se tiene de esta población, a la escasa información acerca del uso de fármacos en ancianos y a la inexistencia de políticas dirigidas a enfrentar los problemas que ocurren, debido a los cambios fisiopatológicos que lamentablemente se presentan tarde o temprano en el paciente geriátrico.

Para tratar a los ancianos hay que introducir variaciones en la terapéutica que es considerada como estándar, tanto en razón de la edad como de las características de las enfermedades a ellas asociada. En este estudio se elaborará una guía educativa, dirigida a la población geriátrica que asiste al club del paciente diabético, hipertenso y artrítico del Centro de Atención Médica Integral para Pensionados (CAMIP), con el propósito de contribuir al uso adecuado de los medicamentos, como también cuidados especiales que permitan mayor seguridad y eficacia del tratamiento. Se entrevistará a profesionales médicos, farmacéuticos y de enfermería, para la elaboración del material educativo.

III ANTECEDENTES

Se han realizado algunos estudios sobre el uso de medicamentos en ancianos, de los cuales se mencionan algunos:

En 1982 Portnoi V. expone que la polifarmacia es un fenómeno muy frecuente en la población de la tercera edad, debido a múltiples factores dentro de los cuales se menciona el padecimiento de más de una patología simultáneamente (1).

En 1986 Mazariegos M. estudió en Guatemala las enfermedades crónicas y el uso de medicamentos en ancianos ciegos, y observó que de 34 ancianos, el 70% consumían 6 o más medicamentos, siendo los más usados: gotas oculares, antihipertensivos, analgésicos antiinflamatorios no esteroideos, diuréticos, hipoglucemiantes orales, antiácidos, digitálicos, inductores del sueño y vitaminas (2).

En 1987 Comparini; Palomo; y Ruiz, Patricia, organizaron el club del Paciente Diabético, en el Instituto Guatemalteco de Seguridad Social (IGSS), funciona actualmente a través de un equipo multidisciplinario, en donde se les da a conocer por medio de charlas, los cuidados, riesgos, importancia del manejo y tratamiento de la diabetes (3).

En 1988 el Departamento de Trabajo Social, del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social (IGSS), organizó el club del paciente hipertenso, con el propósito de brindar autoestima, aceptación y manejo de la hipertensión en las personas que la padecen (4).

En 1988 Marco Garbayo JL, et al, dan a conocer consideraciones nutricionales geriátricas, en donde los problemas de toda índole como, médicos, psicológicos, sociológicos, económicos, etc., repercuten directamente sobre la alimentación del anciano (5).

En 1988 H.C. Holly; expone que el uso indebido de los medicamentos geriátricos conduce a problemas de toxicidad, retraso en el tratamiento de enfermedades graves o a interacciones con otros

medicamentos prescritos con graves consecuencias para la salud, en donde especifica que es el farmacéutico el sanitario más idóneo para asegurar el uso apropiado de los medicamentos de mostrador, y es responsabilidad de él continuar desarrollando sus aptitudes en relación con los medicamentos (6).

En 1988 OPS/OMS, publicaron un estudio de medicamentos en personas de edad avanzada en Argentina, en donde exponen que los ancianos merecen especial atención, para lograr evitar cuadros de intoxicación y/o efectos indeseables, ya que el anciano tiene la posibilidad en un alto porcentaje de presentar por lo menos algunos efectos secundarios o intoxicación mayor, en comparación con adultos jóvenes, por el número de prescripciones que reciben (7).

En 1988 J.Cooper, estudió el desarrollo de la práctica farmacéutica geriátrica en los Estados Unidos, quien expone que es la iniciativa actual más importante de los aspectos educativos, para prestar cuidados competentes al paciente geriátrico. En un estudio efectuado se reveló que al seguir las recomendaciones del farmacéutico especialista, los médicos ahorraron en los costes de tratamiento por reacciones adversas al medicamento (8).

En 1992 Donecg Jelderes C, Vargas Critanic M. Y Silvia Opazo realizaron un estudio sobre los medicamentos más prescritos en un Centro Geriátrico, se concluyó que existe poca información sobre fármacos en pacientes geriátricos y su cuadro específico de morbimortalidad, sus limitaciones por el deterioro fisiopatológico que les es propio y la modificación farmacocinética y farmacodinámica en ellos, justifica la creación de nuevas políticas en salud dirigidas a esta población a través de programas de asistencia sanitaria integral (9).

En 1992 Barrera José Angel, da a conocer algunos errores nutricionales en los ancianos como problemas socio-económicos, tabus alimentarios, enfermedades, tratamientos farmacológicos y mala salud buco dental, que generalmente afecta la salud de las personas de edad avanzada (10).

En 1992 Bautista Zuñiga Norma E; Batres Beatriz; Cortez Nora, elaboraron el Programa de Educación al Paciente Diabético, el cual funciona actualmente con el equipo multidisciplinario del Hospital Rosevelt (11).

En 1993 Mark H Beersand and Joseph G. Ouslander, realizaron el estudio de factores de riesgo en la prescripción de drogas geriátricas, como guía práctica para prevenir problemas, y demostraron que los ancianos toman aproximadamente 4.5 medicamentos, y en algún momento el riesgo de tener alguna reacción adversa, aumenta con cada droga que se le sume al tratamiento, la mayoría de médicos incluyen en su prescripción algún medicamento y esta tendencia aumenta con los ancianos, a menudo cualquier queja o dolor recibe como respuesta una píldora, y no sorprendió que un 10% del total de admisiones del hospital cubriera un rango de 65 años debido a toxicidad por medicamentos (12).

En 1993 José Angel Barrera estudió el incumplimiento terapéutico en los ancianos. Expone que el olvido, la aparición de efectos secundarios, la falta de información y los temores son causas habituales de incumplimiento terapéutico y se consideran causa de riesgo para la salud, pudiendo producir un efecto de rebote sintomático. Para mejorar el cumplimiento se requiere revisión periódica del tratamiento cuando éste es continuado o se toman varios medicamentos a la vez, los regímenes terapéuticos deben elaborarse con el menor número de medicamentos posibles, y el plan terapéutico debe ser lo más sencillo que se pueda (13).

En 1994 A. Pérez Melero y J.A. González Garcia, estudiaron el consumo de psicofármacos en el anciano, manifiestan que la población anciana consume más de la mitad de los fármacos dispensados en España y entre los fármacos más consumidos se sitúan los psicofármacos; los problemas sociosanitarios, pueden originar diversos trastornos mentales que van a precisar tratamiento médico, psicológico o ambos, por otra parte el cumplimiento irregular y esporádico y el

incumplimiento terapéutico y la autoprescripción, unidos a las peculiaridades del organismo senil, favorecen la aparición de efectos colaterales indeseables (14).

En 1997 Barrera F. Hedda L. realizó una guía informativa sobre el buen uso de los medicamentos dirigida al paciente geriátrico. En donde concluyó que el Farmacéutico debe intervenir de manera activa en la información y educación sobre medicamentos, ya que en Guatemala es escaso el apoyo y promoción de salud en la población de edad avanzada (15).

IV JUSTIFICACION

La habilidad para curar enfermedades con los medicamentos, es una de las grandes contribuciones de la medicina moderna; sin embargo en las personas ancianas, los daños causados por los mismos puede ser el problema de salud más significativo.

Los cambios fisiopatológicos, se presentan tarde o temprano en el paciente geriátrico, y ocasionan, desde el punto de vista farmacológico, alteraciones farmacocinéticas y farmacodinámicas, modificando la respuesta terapéutica. Con estos cambios los ancianos se ven mas afectados por las enfermedades crónicas, que sumadas a las deficiencias físicas y sensoriales, los colocan en un grupo de alto riesgo.

La población geriátrica que asiste al CAMIP, consume con mayor frecuencia medicamentos para tratamiento de enfermedades crónicas tales como antidiabéticos, antihipertensivos y antiartríticos, de los cuales se les brinda poca información en farmacia acerca de dosis, uso correcto y cuidados que requieren durante el tratamiento.

Debido a estos factores surge la necesidad de realizar el presente trabajo de investigación y así contribuir al uso racional de los medicamentos en estos pacientes.

V OBJETIVOS

A. OBJETIVOS GENERALES:

1. Contribuir al uso racional de medicamentos en la población geriátrica.
2. Brindar educación a paciente geriátrico, sobre el uso correcto de los medicamentos.

B. OBJETIVOS ESPECIFICOS:

1. Establecer qué medicamentos son de uso más frecuente en el grupo de personas de la tercera edad.
2. Brindar educación a paciente geriátrico sobre el uso de antihipertensivos, antidiabéticos y antiartríticos, a través de la elaboración y validación del material educativo, dando a conocer por medio de ello la importancia que tiene el cumplimiento del tratamiento terapéutico.
3. Informar sobre la seguridad y eficacia del tratamiento, mediante el uso correcto de los medicamentos, en pacientes ancianos.

VI MATERIALES Y METODOS

A. UNIVERSO:

Pacientes hipertensos, diabéticos y artríticos, de ambos sexos que asisten al Centro de Atención Médica integral para Pensionados (CAMIP), del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social (IGSS).

B. MUESTRA:

Pacientes hipertensos, diabéticos y artríticos de ambos sexos, que se inscriben al club del paciente hipertenso, diabético y artrítico del Centro de Atención Médica Integral para Pensionados (CAMIP), del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social (IGSS).

C. MATERIALES:

1. Equipo y útiles de oficina.
2. Fotocopiadora.
3. Proyector de acetatos.

D. METODOLOGIA:

1. PROCEDIMIENTO:

- a. Determinar cuales son los medicamentos de mayor consumo en la farmacia del CAMIP.
- b. Recopilar información bibliográfica necesaria para el proyecto de investigación.

- c. Entrevistar a médicos, farmacéutico y enfermeras de la institución, para la elaboración del material educativo (ver entrevistas, anexos 1,2,y 3).
- d. Elaboración del programa educativo para incorporarlo al club del paciente Diabético, Hipertenso y Artrítico del Centro de Atención Médica Integral para Pensionados (CAMIP).
- e. Validación del programa educativo, por los usuarios y por expertos.

2. DISEÑO DE LA INVESTIGACION:

- a. Tipo de estudio: Se realizará un estudio descriptivo.
- b. Número de muestra: Será determinado por conveniencia y estará constituido por 75 personas inscritas al club del paciente diabético hipertenso y artrítico.
- c. Análisis de resultados: Los resultados serán analizados mediante estadística descriptiva, utilizando porcentajes, tablas y gráficas.

VII RESULTADOS

Son presentados de la siguiente forma:

1. Tablas y gráficas de los resultados obtenidos en la entrevista semi estructurada que fué dirigidas a Enfermeras, Médicos y Químico Farmacéutico del Centro de Atención Médica Integral para Pensionados (CAMIP), las cuales sirvieron para diseñar la propuesta del programa educativo.
2. Propuesta del programas educativo, dirigido al club del paciente diabético, hipertenso y artrítico del Centro de Atención Médica Integral para Pensionados, CAMIP (ver anexo No. 5).
3. Validación de los 3 programas educativos y panfletos.

TABLA No. 1

**RAZONES POR LAS CUALES EL PACIENTE GERIATRICO
SE ENFRENTA A PROBLEMAS CON SU MEDICACION**

TIPO DE RESPUESTAS	MEDICOS QUE RESPONDEN	(%)
A. Edad avanzada	13	26.0
B. Desconocimiento de la enfermedad	10	20.0
C. Dificultad de identificar el medicamento	10	20.0
D. A la presencia de muchas patologías	8	16.0
E. Generalmente reciben recetas para 4-5 meses	5	10.0
F. Poca información por parte de la clínica y la farmacia	4	8.0
	N = 50	

Pregunta No. 1 dirigida a médicos (ver anexo No. 1)

TABLA No. 2

DIRIGIDA A MEDICOS

**RANGO DE CONSULTAS ATENDIDAS
POR USO INADECUADO DE MEDICAMENTOS**

RANGO DE CONSULTAS ATENDIDAS	MEDICOS QUE LAS ATIENDEN	(%)
A. 1 - 5	7	50.00
B. 6 - 10	4	28.57
C. 11 - 15	1	7.14
D. 16 Y MAS	2	14.28
	<hr/> N = 14	

Pregunta No. 2 dirigida a médicos (ver anexo 1)

TABLA No. 3

**MEDICAMENTOS QUE SON CAUSA DE LAS MAYORES CONSULTAS
POR USO INADECUADO DE MEDICAMENTOS**

MEDICAMENTO	MEDICOS QUE LAS ATIENDEN	(%)
A. Antihipertensivos	13	26.53
B. Analgésicos antiinflamatorios no esteroideos	13	26.53
C. Antiácidos	10	20.41
D. Hipoglucemiantes orales	9	18.37
E. Digitálicos	3	6.12
F. Otros: hipolipemiantes	1	2.04
N = 49		

TIPO DE PREGUNTA	Nº DE RESPUESTAS	%	TIPO DE PREGUNTA	Nº DE RESPUESTAS	%
A. Que es la diabetes	5	10.88	A. Cuantas pastillas debo tomar al día.	3	8.11
B. Se desarrolla por el susto.	12	26.07	B. Horario de las tomas.	12	32.43
C. Se cura la diabetes	11	23.91	C. Cuales son los efectos secundarios.	9	24.32
D. Qué complicaciones tiene.	3	6.53	D. Como usar la insulina	6	16.22
E. Qué comer y que no se debe comer.	13	28.27	E. La insulina produce regueta.	7	18.99
F. Es bueno el ejercicio.	2	4.34	N = 37		
N = 46					

Pregunta No. 4 dirigida a médicos (ver anexo No. 1)

TABLA No. 5

**PREGUNTAS QUE HACE EL PACIENTE HIPERTENSO
CON RESPECTO A LA ENFERMEDAD Y A LOS MEDICAMENTOS
DURANTE LA CONSULTA**

TIPO DE PREGUNTA RESPECTO A ENFERMEDAD	MEDICOS QUE LAS REFIEREN	%	TIPO DE PREGUNTA RESPECTO A MEDICAMENTOS	MEDICOS QUE LAS REFIEREN	%
A. Qué es la hipertensión y se cura.	10	21.28	A. Cuanto tiempo dura el tratamiento.	9	24.99
B. Qué síntomas se producen.	5	10.64	B. Cuantas pastillas debo tomar y a que hora.	5	13.89
C. Cuales son los riesgos como hipertenso	9	19.15	C. Qué efectos secundarios se producen	6	16.67
D. Puedo comer de todo, incluso sal.	10	21.28	D. Interactúan con otros medicamentos.	6	16.67
E. Qué complicaciones existen.	8	17.02	E. Al sentir mejoría se puede suspender el tratamiento.	10	27.78
F. Como debo controlar mi presión.	2	4.25		N = 36	
G. De qué me moriré.	3	6.38			
	N = 47				

Pregunta No. 5 dirigida a médicos (ver anexo No. 1)

TABLA No. 6

**PREGUNTAS QUE HACE EL PACIENTE ARTRITICO
CON RESPECTO A LA ENFERMEDAD Y A LOS MEDICAMENTOS
DURANTE LA CONSULTA**

TIPO DE PREGUNTA RESPECTO A ENFERMEDAD	MEDICOS QUE LAS REFIEREN	%	TIPO DE PREGUNTA RESPECTO A MEDICAMENTOS	MEDICOS QUE LAS REFIEREN	%
A. Qué es la artritis	9	18.57	A. Cuantas pastillas y a que hora debo tomarlas.	14	24.56
B. Cuales son sus complicaciones.	7	14.58	B. Cual es el medicamento con menores efectos secundarios.	8	14.04
C. Se cura esta enfermedad.	11	22.92	C. Cual es el medicamento mas fuerte para aliviar el dolor.	10	17.54
D. Es necesario el calcio para los huesos.	7	14.58	D. Puedo tomarlo con los alimentos.	7	12.28
E. Me quedaré inválido	6	12.50	E. Debo tomarlo cuando no tengo dolor.	5	8.77
F. Necesito hacer dieta	8 <hr/> N = 48	16.67	F. Puedo aumentar la dosis al tener mucho dolor.	8	14.04
			G. Me producirá molestias gástricas.	5 <hr/> N = 57	8.77

Pregunta No. 6 dirigida a médicos (ver anexo No.1)

TABLA No. 7

**MEDICOS DEL CAMP DISPUESTOS A PARTICIPAR
EN EL CLUB DEL DIABETICO HIPERTRENSE Y ARTRITICO**

TIPO DE RESPUESTA	MEDICOS QUE RESPONDEN	%
SI	4	28.57
NO	10	71.43

Pregunta No. 7 dirigida (ver anexo No. 1)

TABLA No. 8

**PROBLEMAS MAS COMUNES QUE SE PRESENTAN DURANTE LA
ADMINISTRACION DE MEDICAMENTOS EN PACIENTES GERIATRICOS**

CLASE DE PROBLEMAS OBSERVADOS	ENFERMERAS QUE OPINAN SEGÚN EXPERIENCIA.	%
A. Tienden a olvidar cuando y como tomar su medicina	7	20.0
B. No entienden las instrucciones del tratamiento	6	17.14
C. Desconocimiento de la enfermedad	3	8.57
D. Confunden los medicamentos	7	20.00
E. Generalmente llevan de 5 - 6 clases de medicamentos o mas	5	14.29
F. Son personas abandonadas que necesitan de la ayuda de un familiar durante la consulta.	6	17-14
G. No cuenta con las instrucciones dadas en la receta ya que ésta es archivada en la farmacia.	1	2.86
	N = 35	

Pregunta No. 1 dirigida a enfermeras (ver anexo No. 2)

TABLA No. 9

SE BRINDA INFORMACION AL PACIENTE SOBRE CUIDADOS QUE REQUIERE DURANTE EL TRATAMIENTO CON MEDICAMENTOS

RESPUESTA	No DE ENFERMERAS	%
Si	6	85.71
No	0	00.00
No respondió	1	14.00

Pregunta No. 2 dirigida a enfermeras (ver anexo No. 2)

TABLA No. 10

SUGERENCIAS PARA INCLUIR EN LA GUIA EDUCATIVA DIRIGIDA AL CLUB DEL DIABETICO, HIPERTENSO Y ARTRITICO

ASPECTOS A INCLUIR	ENFERMERAS QUE LO SUGIEREN	%
1. El almacenamiento correcto.	7	26.92
2. Horario de las tomas.	6	23.08
3. Cuidados necesarios para minimizar la presencia de efectos secundarios.	4	15.38
4. Que sigan las instrucciones dadas durante la consulta.	5	19.23
5. Crear algún medio para que cada paciente reciba instrucciones en el uso de la medicina.	2	7.69
6. El significado de nombre genérico y comercial.	2	7.69
	<hr/> n= 26	

Pregunta No.3 dirigida a enfermeras (ver anexo No. 2)

TABLA No. 11

**DUDAS A LAS QUE SE ENFRENTA EL PACIENTE
CON RESPECTO AL USO DE MEDICAMENTOS ANTIDIABETICOS**

TIPO DE PREGUNTA QUE HACE EL DIABETICO	ENFERMERAS QUE LO REFIEREN	%
A. La medicina ayuda a bajar el azúcar.	5	29.41
B. Al hacer dieta, se mantiene el nivel de glucosa.	6	35.29
C. Como se inyecta la insulina	2	11.77
D. Cuales son los efectos secundarios.	4	23.53
	N=17	

Pregunta No. 4 dirigida a enfermeras (ver anexo No. 2)

TABLA No. 12

**DUDAS A LAS QUE SE ENFRENTA EL PACIENTE
CON RESPECTO AL USO DE MEDICAMENTOS ANTIHIPERTENSIVOS**

TIPO DE PREGUNTA QUE HACE EL HIPERTENSO	ENFERMERAS QUE OPINAN SEGÚN EXPERIENCIA	%
A. Horario más indicado para tomar la medicina.	7	46.67
B. No hay problema cuando se toma con otros medicamentos.	4	26.67
C. Cuantos miligramos tienen las pastillas.	1	6.67
D. Confunden los nombres genéricos y comerciales	3	20.00
	N= 15	

Pregunta No. 5 dirigida a enfermeras (ver anexo No. 2)

TABLA No. 13

**DUDAS A LAS QUE SE ENFRENTA EL PACIENTE
CON RESPECTO AL USO DE MEDICAMENTOS**

TIPO DE PREGUNTA QUE HACE EL ARTRITICO	ENFERMERAS QUE OPINAN SEGÚN EXPERIENCIA	%
A. El medicamento cura por completo la artritis.	6	31.58
B. Tendré que tomar la medicina para el resto de mi vida.	4	21.05
C. Cuando el dolor es muy fuerte puedo aumentar la dosis.	5	26.32
D. Debo tener reposo.	3	15.79
E. Porqué padezco de esta enfermedad	1	5.26
	<hr/> N=19	

Pregunta No. 6 dirigida a enfermeras (ver anexo No. 2)

TABLA No. 14

**ENFERMERAS DEL CAMIP DISPUESTAS A PARTICIPAR
EN EL CLUB DEL PACIENTE DIABETICO, HIPERTENSO Y ARTRITICO**

RESPUESTA	ENFERMERAS QUE RESPONDEN	%
Sí	5	71.43
No	2	28.57

Pregunta No. 7 dirigida a enfermeras (ver anexo No. 2)

TABLA No. 15

**MEDICAMENTOS QUE SE DESPACHAN CON MAYOR FRECUENCIA EN LA
FARMACIA DEL CAMIP**

MEDICAMENTO	CONSUMO	PORCENTAJE
Captopril 25 mg	2,135,112	36.64
Ibuprofen 400 mg	1,712,056	29.38
Glibenclamida 5 mg	973,460	16.71
Sulindac 200 mg	696,640	11.96
Antiácidos en suspensión	309,628	5.31

N = 5826896 y corresponde a la suma total de los 5 medicamentos más consumidos, en la farmacia del Centro de Atención Médica Integral para Pensionados CAMIP.

Tomado de la estadística de enero a noviembre del año 1997

Pregunta No. 1 dirigida al farmacéutico (ver anexo No. 3)

TABLA No. 16

**INFORMACION QUE RECIBE EL PACIENTE EN LA FARMACIA
CON RESPECTO A MEDICAMENTOS**

TIPO DE INFORMACION	RESPUESTA
Como utilizarla	SI
Precauciones en el uso	NO
Reacciones adversas	NO
Con que no tomarlas	NO
Otros Especifique	Almacenamiento

Pregunta No. 2 dirigida al farmacéutico (ver anexo No. 3)

TABLA No. 17

**MEDIO DE COMUNICACION QUE SE UTILIZA EN LA FARMACIA
PARA BRINDAR INFORMACION SOBRE MEDICAMENTOS**

MEDIO DE COMUNICACION	RESPUESTA
Videos	No lo usa
Folletos	No lo usa
Hojas escritas	No lo usa
Bolsa de la medicina	Si lo usa
Otros, especifique	Verbal

Pregunta No. 3 dirigida al farmacéutico (ver anexo No. 3)

TABLA No. 18

**DESEO DE PARTICIPACION DEL QUIMICO FARMACEUTICO
EN ALGUNO DE LOS CLUBES**

CLUB	SI	NO
Diabético	XX	
Hipertenso	XX	
Artrítico	XX	

Pregunta No 7 dirigida al farmacéutico (ver anexo No. 3)

**PREGUNTAS DIRIGIDAS
AL QUIMICO FARMACEUTICO**

(Anexo No. 3)

PREGUNTAS No. 4,5, Y 6: Cuales son las preguntas más frecuentes del paciente diabético, hipertenso y artrítico, con relación a medicamentos y enfermedad.

RESPUESTA: Generalmente le da más importancia a la marca comercial, y Siempre manifiesta duda en lo que respecta al cambio de ésta.

VALIDACION DE LOS RESULTADOS

En base a los resultados obtenidos de las encuestas practicadas a médicos, enfermeras y farmacéutico, se elaboró la propuesta del programa educativo, consistente en una plática y un panfleto para cada club (anexo No. 5), posteriormente se validó el contenido de la plática y el material educativo, con las personas que se inscribieron al club del hipertenso, artrítico y diabético del CAMIP, los resultados obtenidos de la validación demostraron que tanto el contenido de la plática como del panfleto son comprensibles, claros y aportan valiosa información, lo cual se demuestra en el anexo No. 6, sin embargo estas personas realizaron algunas sugerencias, como las siguientes: que se incluyera en el contenido de la plática la forma correcta de administrar la insulina, ampliar la información sobre la influencia de la dieta en el control de la diabetes, e hipertensión arterial, incluir temas como el reumatismo, lumbago, e hiperlipidemias. Posteriormente se hicieron todas las correcciones necesarias que guardaban relación con el tema de investigación, con el objetivo de enriquecer el contenido del programa educativo, y satisfacer las inquietudes y sugerencias dadas por las personas que validaron el material.

VIII. DISCUSION DE RESULTADOS

Después de revisar los resultados obtenidos en la entrevista dirigida al Químico Farmacéutico del CAMIP, se pudo determinar que los siguientes medicamentos: captopril, ibuprofen, glibenclamida, ulindac y antiácidos, son los medicamentos que se distribuyen con mayor frecuencia en la farmacia, con relación a todos los medicamentos que constituye el listado básico de ésta institución, la predominancia en el consumo de estos medicamentos, obedece a que los mismos son utilizados para tratar enfermedades crónicas de mayor incidencia en nuestro país y en la senectud, con estos resultados se diseñó el programa educativo para el club del hipertenso, artrítico y diabético.

Así mismo se determinó que las personas que asisten a la farmacia del CAMIP reciben poca información sobre medicamentos, enfocando únicamente utilización y almacenamiento de los mismos, por el medio de comunicación verbal y, a través de la bolsa en que reciben la medicina, sin embargo se determinó que este grupo de personas manifiesta constantemente dudas sobre los nombres comerciales, especialmente cuando hay cambios en los mismos.

De los resultados obtenidos en la entrevista dirigida al personal médico del CAMIP(anexo No. 1) se determinó lo siguiente:

La población que asiste a dicho centro asistencial se enfrenta constantemente a problemas relacionados con la utilización de medicamentos (ver tabla No. 1 de resultados) y esto es debido a factores tales como: poca información recibida en la clínica en donde asisten a las consultas y en la farmacia ; así también al tiempo que esperan para una nueva consulta, ya que las recetas que normalmente reciben, cubren un tratamiento para 4 o 5 meses sin control, y tomando en cuenta que son personas que acuden a este centro por problemas crónicos, que en determinado

momento existe el riesgo de complicaciones, se considera parte dentro de la problemática de la medicación, pero especialmente es debido a problemas propios de esta población tales como, la presencia de varias patologías, a la dificultad de identificar la medicina y al desconocimiento de la enfermedad. Sin embargo, la edad avanzada es uno de los factores primordiales que predisponen al paciente geriátrico a problemas con el uso de medicamentos.

El médico geriatra atiende consultas debido a uso inadecuado de medicamentos, (tabla No. 2 de resultados) en un promedio de 1 – 6 consultas por médico, incluso, aunque en un menor porcentaje, han llegado a atender de 16 consultas o más por la misma causa, lo cual refleja que los factores anteriormente expuestos, enfrentan al anciano a problemas con la medicación, siendo los mayores causantes de estas consultas los antihipertensivos y analgésicos antiinflamatorios no esteroideos en mayor porcentaje, seguidos de antiácidos, hipoglucemiantes orales, digitálicos y entre otros los hipolipemiantes (ver tabla No. 3 de la sección de resultados).

De igual manera se analizaron los resultados de las entrevistas dirigidas a personal de enfermería que labora en el CAMIP, de donde se obtuvo la siguiente información:

La población que asiste al Centro de Atención Médica Integral para Pensionados, presenta características importantes y está condicionada a tomar cierto tipo de actitud, cuando se enfrenta al uso de medicamentos y esto es debido en parte al envejecimiento normal que se presenta paulatinamente, provocando cambios en el organismo del ser humano, dichos cambios se ven reflejados en la tendencia que tienen para olvidar cómo y cuándo tomar la medicina, no entienden las instrucciones del tratamiento, confunden los medicamentos, y al igual que en la entrevista efectuada a los médicos, coinciden en el desconocimiento de la enfermedad y en el número de medicamentos que utilizan, ya que generalmente usan de 5 a 6 clases de medicamentos o más, simultáneamente (ver tabla No. 8 de la sección de resultados).

Existe otro aspecto que también es considerado de mucha importancia para contribuir al uso correcto de los medicamentos, el cual consiste en que las personas que asisten a este centro asistencial, no cuenta con las instrucciones de la receta dadas por el médico, ya que la misma es archivada en la farmacia, al momento en que el paciente recibe su medicina, de tal manera que estas personas, no sólo no cuentan con las instrucciones de la receta, sino que tiene que conformarse con la capacidad de retención de la memoria, que por cierto se encuentra disminuida en personas de edad avanzada. Además, se observó que generalmente no cuenta con la ayuda de un familiar para que los acompañe durante la consulta, y de esta manera servirle como un medio de apoyo en casa, a través de recordatorios en el horario de las tomas, ya que es uno de los aspectos en los cuales la población de la tercera edad tienen mayor problema, y por lo tanto manifiestan frecuentemente complicaciones por uso inadecuado de medicamentos, dando como consecuencia un descontrol en la enfermedad y tratamiento inefectivo.

El personal médico, enfermería y farmacéutico, son profesionales del área de la salud que tienen mayor contacto con el paciente, por lo que son un medio de comunicación importante para hacer llegar instrucciones recomendaciones en el uso de medicamentos y control de la enfermedad, debido a este contacto entre médico-paciente, enfermera-paciente, y farmacéutico-paciente, en las entrevistas se elaboraron preguntas, por medio de las cuales se pretendía identificar la necesidad que tiene el paciente de conocer más sobre su enfermedad, complicaciones que conlleva, y problemas en la medicación, y a través de las sugerencias dadas en las entrevistas de los profesionales del área de la salud, fue elaborado el programa educativo para hipertensos, artríticos y diabéticos, tocando temas tales como: Qué significa diabetes, artritis, e hipertensión, recomendaciones en el uso y almacenamiento de los medicamentos, complicaciones de

las enfermedades, y reacciones adversas, los aspectos nutricionales, y ejercicio fueron contemplados debido a las sugerencias dadas y también por formar parte del tratamiento de cada una de estas enfermedades, que unidas al tratamiento con medicamentos, permiten mantener los niveles normales de azúcar, presión y funcionamiento de las articulaciones.

Finalmente se validó el material educativo, de donde se pudo observar que tanto la plática como los panfletos, son comprensibles y de aceptación para las personas que asistieron a los grupos educacionales, como se observa en las tablas de resultados de la validación (anexo No. 6) el grado de aceptación se encuentra arriba del 90%, y el 10% restante obedece a que generalmente una persona del grupo tendía a dormirse, debido a la edad, por lo tanto no prestaba atención al contenido de la plática, sin embargo la mayoría de personas que asistieron a la plática aprovecharon la oportunidad para mostrarse inconformes en el período tan grande que les dejan entre las citas, ya que durante la plática se les mencionaba que deberían de informar al médico de cualquier complicación, o reacción adversa al tratamiento, por lo que ellos manifestaron que esto no es factible, y que durante la consulta, necesitan que se les atienda más tiempo para poder resolver sus dudas.

Durante la plática impartida se pudo observar que estas personas consumen de cuatro a cinco medicamentos, que son recetados por distintos especialistas en el CAMIP, y generalmente son utilizados incorrectamente, debido a que no se tenía conocimiento de que podría existir interacción medicamentosa, por lo tanto se considera necesario brindar asesoría en la farmacia a las personas que consumen varios medicamentos, para evitar complicaciones prevenibles y gastos innecesarios en la institución por tratamiento inadecuado.

IX CONCLUSIONES

1. La población geriátrica que asiste al Centro de Atención Médica Integral para Pensionados CAMIP, utiliza con mayor frecuencia medicamentos tales como antihipertensivos, analgésicos antiinflamatorios no esteroideos, hipoglucemiantes orales y antiácidos en suspensión.
2. Las personas de la tercera edad que asisten al CAMIP constituyen un grupo poblacional que se encuentran pobremente informados por parte del profesional médico, farmacéutico y enfermería en aspectos relacionados con su enfermedad, complicaciones, eficacia del tratamiento y uso adecuado de medicamentos.
3. Las personas de edad avanzada que asisten al CAMIP consumen varios medicamentos a la vez, debido a múltiples patologías existentes, generalmente tienden al olvido, debido a los cambios fisiológicos que experimentan, y en la mayoría de los casos se encuentran abandonados por los familiares, todo esto unido a la deficiente información sobre medicamentos y a las políticas y sistemas de distribución de medicamentos, colocan a esta población en un grupo de personas que requieren de atención especial, debido al alto riesgo de intoxicación por medicamentos al que se encuentran expuestos.
4. El CAMIP utiliza los programas atendidos por el departamento de Trabajo Social, para educar a los pacientes que asisten a este centro asistencial, por lo que es necesario que el farmacéutico se incorpore al grupo multidisciplinario de la salud y aporte sus conocimientos educando a la población.
5. Es necesario establecer y sistematizar programas educativos en el CAMIP, que permitan un mejor conocimiento de enfermedades crónicas y cumplimiento del tratamiento establecido.

X RECOMENDACIONES

1. Después de concluir el presente trabajo, se recomienda realizar otros estudios similares, dirigido a la misma población, pero enfocado a un grupo de medicamentos, que también se consume frecuentemente en esta institución, como es el caso de los antiácidos en suspensión, además puede ser enfocado a una patología que en la actualidad está cobrando importancia en la población geriátrica, como es el caso de ALZHEIMER.
2. Debido a que en la población geriátrica, es necesario la educación sobre uso correcto de medicamentos, se recomienda establecer un convenio entre la facultad de Farmacia y la Dirección del CAMIP, para establecer un programa sistematizado y actualizado, de educación a paciente geriátrico, a través del programa de EPS o EDC, de la facultad de Farmacia, para darle continuidad a éste estudio, y para contribuir a disminuir el efecto de polifarmacia en ésta población que muchas veces es causa de iatrogenesis.
3. Actualmente, el sistema por medio del cual se hace llegar la medicina al paciente geriátrico, no es el adecuado, ya que éste debe de obtener su medicina juntamente con un instructivo que le indique nombre del medicamento, dosis diaria, tiempo de duración del tratamiento, recomendaciones, y precauciones en el uso de la medicina, por lo que se recomienda a la institución, crear un medio para hacer llegar al paciente éste tipo de información, o rediseñar las políticas de despacho de medicamentos. Para lo cual se propone el sistema que utiliza actualmente la Farmacia del Seguro Social de Costa Rica, que consiste básicamente en los siguientes aspectos:

- Recepción de la receta.
- Revisión de la receta por parte del Químico Farmacéutico, y consultar con el médico si fuera necesario.
- Rotulación y etiquetado, con instrucciones para el paciente.
- Revisión del despacho del producto, por parte del Farmacéutico.
- Entrega del medicamento al paciente.

Con este procedimiento se lograría posiblemente, que el paciente haga mejor uso de los medicamentos que recibe en la farmacia.

4. Realizar un estudio que permita evaluar el sistema actual de distribución de medicamentos geriátricos, las consecuencias que esto conlleva hacia el consumidor, y compararlo mediante una propuesta en el cambio de políticas de distribución de los mismos, que garantice aspectos generales de la utilización de medicamentos.
5. Se recomienda a la institución, crear una sección atendida por médicos o Farmacéuticos, que atiendan específicamente, consultas debido a reacciones adversas por uso de medicamentos o fallo terapéutico, debido al margen de tiempo (aproximadamente de 6 meses), que esperan los pacientes entre cada consulta, para controlar su enfermedad.

XI REFERENCIAS

1. Prontoi V. Drug Therapy in Elderly Patients. *Annals of Internal Medicine*, 1982; 96(3): 376.
2. Masariegos M. ENFERMEDADES CRONICAS Y EL USO DE MEDICAMENTOS EN ANCIANOS CIEGOS del "Centro de Ciegos Ancianos para una Vida Independiente" (CAVI). XXXVI Congreso Nacional de Medicina de Guatemala, Guatemala diciembre de 1986; abstracto.
3. Comparini; Palomo; Ruiz. CLUB DEL PACIENTE DIABETICO Instituto Guatemalteco de Seguridad Social (IGSS) zona 6 Guatemala, 1987.
4. Departamento de Trabajo Social. CLUB DEL PACIENTE HIPERTENSO, Instituto Guatemalteco de Seguridad Social (IGSS), zona 6 Guatemala 1988.
5. Marco Garbayo Et Al. CONSIDERACIONES NUTRICIONALES GERIATRICAS. *Pharmaklinik*. Volumen II, No.6 354 - 451, 1988.
6. H.C. Holly ESPECIALIDADES DE LIBRE DISPENSACION PARA EL ANCIANO *Pharmaklinik*. Volumen II, No. I 27 - 33, 1988.
7. OPS/OMS. ESTUDIO DE UTILIZACION DE MEDICAMENTOS EN PERSONAS DE EDAD AVANZADA, afiliadas al Instituto Nacional de Servicios Sociales para Jubilados y Pensionados de la república de argentina. Argentina 1988.
8. J. Cooper. DESARROLLO DE LA PRACTICA FARMACEUTICA GERIATRICA EN LOS ESTADOS UNIDOS DE AMERICA. *Pharmaklinik*, volumen 2, No. 3 149 - 155 1988.

9. Domecg Jelderes C.; Vargas Critanic M. Y Silvia Opazo J. MEDICAMENTOS MAS PRESCRITOS EN UN CENTRO GERIATRICO DE SANTIAGO. Asignatura de Farmacia Clínica Facultad de Ciencias Químicas y Farmacia. Universidad de Chile. Centro Geriátrico. Servicio de Salud Metropolitano Oriente Chile. Revista de la O.F.I.L. vol. 2 No. 4 1992.
10. Barrera José Angel. ERRORES NUTRICIONALES EN LOS ANCIANOS. Panorama actual del medicamento; 17:292 1993.
11. Bautista Zuñiga Norma E.; Batres de Jimenez Beatriz; Cortez de Méndez Nora. EDUCACION AL PACIENTE DIABETICO. Programa de educación al paciente ambulatorio. Sub –Programa Paciente Diabético, Hospital Roosevelt, Guatemala julio 1992.
12. Mark H. Beers and Joseph G. Ouslander. RISK FACTORS IN GERIATRIC DRUG PRESCRIBING, A Ptactical Guide to Avoiding Problems. UCLA Multicampus Division of Geriatric Medicine, Los Angeles, California, USA.
13. Barrera José Angel. EL INCUMPLIMIENTO TERAPEUTICO EN LOS ANCIANOS. Panorama actual del medicamento, 1993; 17: 531 – 533.
14. A. Pérez Melero; J. A. González Garcia. CONSUMO DE PSICOFARMACOS EN EL ANCIANO. Diciembre, 1994.
15. Barrera Fernandez Hedda L. Tesis, GUIA INFORMATIVA SOBRE EL BUEN USO DE LOS MEDICAMENTOS, DIRIGIDA AL PACIENTEN GERIATRICO. Guatemala, febrero, 1997.
16. Wyngarden J:B: TRATADO DE MEDICINA INTERNA DE CECIL Y LOEB. 16ª. Ed. Editorial Interamericana, México 1985.

17. Ganon W. FISILOGIA MEDICA, EL MANUAL MODERNO. 10ª. Ed. México 1986. Pp(691).
18. Genaro R.A. FARMACIA REMINGTON. 17ª. Ed. Editorial Panamericana. Buenos Aires 1987.
19. OPS/OMS ESTUDIO DE UTILIZACION DE MEDICAMENTOS, EN PERSONAS DE EDAD AVANZADA, Afiliados al Instituto Nacional de Servicios Sociales para Jubilados y Pensionados de la República de Argentina, 1988.
20. Vademecun Clínico del Médico Práctico. DEL SINTOMA A LA RECETA. V. Fatto Russo; O. Ritter, segunda edición. Editorial el Ateneo. España 1966. Pp(1402-03)
21. Maritza Trinidad. SALUD ES VIDA, PROMOCION DE SALUD PARA LA ANSIANIDAD. Escuela de Medicina U.P.R. Oficina del Gobernador para los asuntos de la vejez. San Juan Puerto Rico, Junio 1990.
22. Robert Berkow et al. EL MANUAL MERCK DE DIAGNOSTICO Y TERAPEUTICA. 9ª. Ed. Barcelona, Mosby, 1994.
23. Paul Chinchilla, LO QUE USTED DEBE SABER ACERCA DE LA HIPERTENSION ARTERIAL Y SU TRATAMIENTO. Guía para el paciente hipertenso, Programa de Atención al Paciente Ambulatorio, Sub Programa Paciente Hipertenso. IGSS. OMS/OPS. Guatemala, febrero de 1993.
24. Torún, B.; Menchú, M.; Elias, L. RECOMENDACIONES DIETETICAS DIARIAS DEL INCAP. Instituto de Nutrición de Centro America y Panamá y Organización Panamericana de la Salud (OPS). Pp(137).
25. Kerschener, Velma. NUTRICION Y TERAPEUTICA DIETETICA. El manual moderno, México 1984 pp(223-26).

26. Halpern, Seymour. MANUAL DE NUTRICION CLINICA. México Limusa 1988. Pp(209-13).
27. Espejo Sola, Jaime. MANUAL DE DIETOTERAPIA DE LAS ENFERMEDADES DEL ADULTO. 7ª. Ed. Editorial El Ateneo, Buenos Aires, 1988. Pp(79-85)
28. Bernard, M; D. Jacobs y J. Rombeau. MANUAL DE NUTRICION Y ATENCION METABOLICA EN EL PACIENTE HOSPITALARIO. Editorial Interamericana, México 1989. Pp(147-49, 162-64, 257-59)
29. Luna Basso, Diana. PRESCRIPCION DIETETICA EN MEDICINA. Editorial Texto. Caracas 1990. Pp(223-26).
30. Goodman y Gilman. LAS BASES FARMACOLOGICAS DE LA TERAPEUTICA. 9ª. Ed. McGRAW – Hill. Editorial Interamericana. México 1996.
31. ABC DE LOS MEDICAMENTOS 2ª. Edición. Ministerio de Sanidad y Consumo de España.
32. Guía Farmacológica, para el primer nivel de Atención en Salud. 2ª. Edición. 1993.
33. INFORMACION DE MEDICAMENTOS, CONSEJOS AL PACIENTE. USP DI 11 th. Edición, 1992 pp(682-717, 1051-52)
34. INFORMACION DE MEDICAMENTOS PARA EL PROFESIONAL SANITARIO. USP DI. 14 th. Edición. Ministerio de Sanidad y Consumo, 1995. Pp(118-137).
35. Dirección General de Servicios Médicos Hospitalarios. Departamento de Medicina Preventiva. Sección de Epidemiología. IGSS. LO QUE USTED DEBE SABER ACERCA DE LA DIABETES MELLITUS Y SU TRATAMIENTO. Guatemala, febrero de 1989.

XII ANEXOS

ANEXO 1

ENTREVISTA ESTRUCTURADA DIRIGIDA A PERSONAL MEDICO DEL CENTRO DE ATENCION MEDICA INTEGRAL PARA PENSIONADOS (CAMIP).

Estimado Doctor:

La presente entrevista tiene como propósito, conocer su opinión acerca de la información que le gustaría que se incluyera en una guía educativa para el club del paciente hipertenso, artrítico y diabético de ésta institución, ya que la información que usted nos proporciona es de gran valor, y será utilizada únicamente para fines de investigación científica.

1. A que se debe que el paciente que es atendido en este Centro Asistencial se enfrente a problemas o dudas sobre su medicación: _____

2. Cuantas consultas atiende usted debido a uso inadecuado de medicamentos:
1-5: _____, 6-10: _____, 11-15: _____, 16 y más: _____

3. Qué medicamentos son la causa de las consultas anteriores:

Antihipertensivos: _____,	Gotas oculares: _____,
Vitaminas: _____,	Antiácidos _____,
Digitálicos: _____,	Inductores del sueño: _____,
Hipoglucemiantes orales: _____,	Analgésicos antiinflamatorios: _____;

4. Cuales son las preguntas más frecuentes del paciente diabético, con respecto a:

Medicamentos	Enfermedad
_____	_____
_____	_____

5. Cuales son las preguntas más frecuentes del paciente hipertenso con respecto a:

Medicamentos	Enfermedad
_____	_____
_____	_____

6. Cuales son las preguntas más frecuentes del paciente artrítico con respecto a:

Medicamentos	Enfermedad
_____	_____
_____	_____

7. Le gustaría participar en alguno de estos clubes:

Si: _____,	No: _____,
En cual: Club del diabético: _____,	
Club del hipertenso: _____,	
Club del artrítico: _____,	

ANEXO 2

**ENTREVISTA ESTRUCTURADA DIRIGIDA A PERSONAL DE ENFERMERIA
DEL CENTRO DE ATENCION MEDICA INTEGRAL PARA PENSIONADOS (CAMIP)**

Estimada(o) Enfermera(o):

La presente entrevista tiene por objeto, conocer su opinión acerca de la información que le gustaría que se incluyera en una guía educativa para el club del paciente hipertenso, artrítico y diabético, la información que usted nos proporciona es de gran valor y será utilizada únicamente para fines de investigación científica.

1. Enumere los problemas más comunes que usted ha observado, durante la administración de medicamentos a pacientes diabéticos, hipertensos y artríticos: _____,
_____.
2. Se le brinda información al paciente sobre cuidados que requieren durante el tratamiento con medicamentos. SI _____, NO _____.
3. Mencione en forma general, qué información acerca de cuidado y manipulación de medicamentos le gustaría que se incluyera en una guía educativa para el club del paciente diabético, hipertenso y artrítico: _____,
_____.
4. Cuáles son las preguntas más frecuentes del paciente diabético con relación al uso y administración de medicamentos. _____,
_____.
5. Cuáles son las preguntas más frecuentes del paciente hipertenso con relación al uso y administración de medicamentos. _____,
_____.
6. Cuáles son las preguntas más frecuentes del paciente artrítico con relación al uso y administración de medicamentos. _____,
_____.
7. Le gustaría participar en alguno de estos clubes.
Si. _____, No. _____,
En cuál: club del diabético: _____
club del hipertenso: _____
club del artrítico: _____

ANEXO No. 3

**ENTREVISTA ESTRUCTURADA DIRIGIDA AL QUIMICO FARMACEUTICO DEL
CENTRO DE ATENCION MEDICA INTEGRAL PARA PENSIONADOS (CAMIP).**

Estimado Licenciado:

La presente entrevista tiene como objeto, conocer su opinión acerca de la información que le gustaría que se incluyera en una guía educativa para el club del paciente diabético, hipertenso y artrítico de esta institución, la información que usted nos proporciona es de gran valor, y será utilizada únicamente para fines de investigación científica.

1. Cuáles son los medicamentos que se despachan con mayor frecuencia en la farmacia de esta institución
 a. _____, b. _____,
 c. _____, d. _____, e. _____

2. Qué información se le brinda al paciente en relación a los medicamentos:
 cómo utilizarla _____ precauciones _____
 reacciones adversas _____ con qué no tomarlas _____
 otros, especifique _____

3. Qué medio de comunicación utiliza para dar la información:
 videos _____, folletos _____, hojas escritas _____,
 En la bolsa de la medicina _____, otros, especifique _____

4. Cuáles son las preguntas más frecuentes del paciente diabético, en relación a:
 MEDICAMENTOS ENFERMEDAD
 _____,
 _____,

5. Cuáles son las preguntas más frecuentes del paciente hipertenso, en relación a:
 MEDICAMENTOS ENFERMEDAD
 _____,
 _____,

6. Cuáles son las preguntas más frecuentes del paciente artrítico en relación a:
 MEDICAMENTOS ENFERMEDAD
 _____,
 _____,

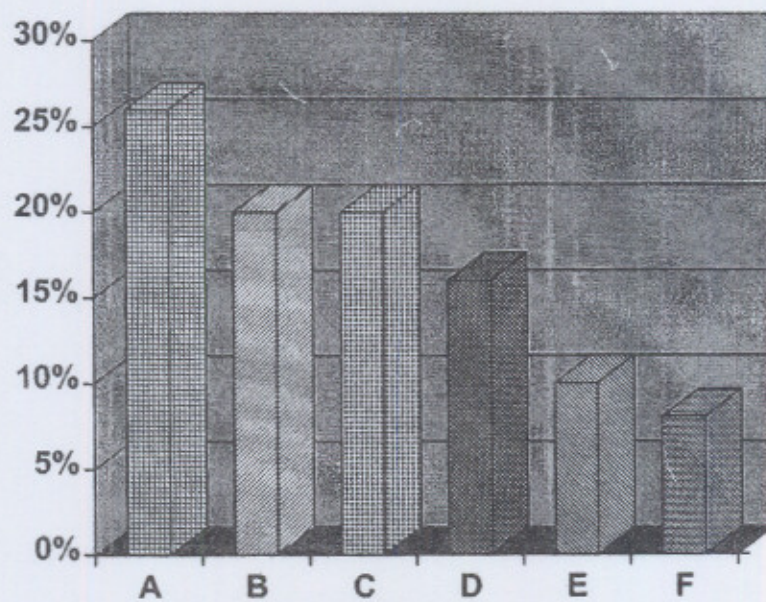
7. Le gustaría participar en alguno de estos clubes:
 SI _____, NO _____,
 En cuál: club del diabético: _____
 Club del hipertenso: _____
 Club del artrítico: _____

ANEXO No. 4

**REPRESENTACION GRAFICA
DE LAS TABLAS
DE LA SECCION DE RESULTADOS**

GRAFICA No. 1
RAZONES QUE ENFRENTAN AL PACIENTE A PROBLEMAS CON LA MEDICACION

**MEDICOS QUE
 RESPONDEN A
 LAS PREGUNTAS**

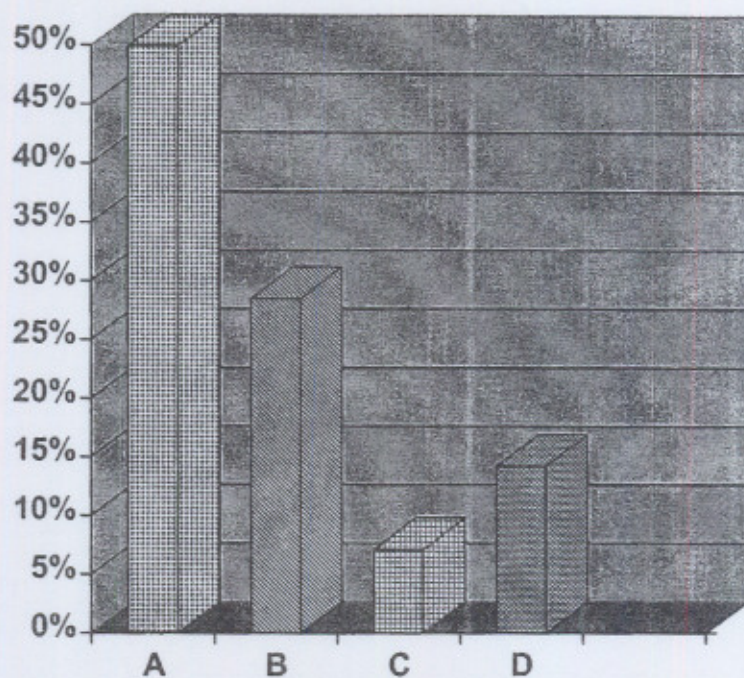


TIPO DE RESPUESTA

- A = Edad avanzada.
 - B = Desconocimiento de la enfermedad.
 - C = Dificultad de identificar el medicamento.
 - D = Presencia de muchas patologías.
 - E = Reciben recetas para 4 – 5 meses.
 - F = Poca información por parte de la clínica y la farmacia.
- Corresponde a los resultados de la tabla No. 1

GRAFICA No. 2
CONSULTAS POR USO INADECUADO DE MEDICAMENTOS

**MEDICOS QUE
LOS ATIENDEN**



RANGO DE CONSULTAS ATENDIDAS

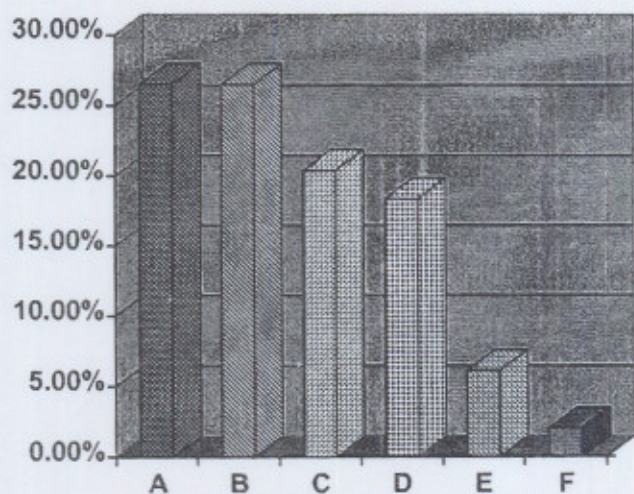
- A = de 1 a 5 consultas.
- B = de 6 a 10 consultas.
- C = de 11 a 15 consultas
- D = de 16 consultas o más.

Corresponde a los resultados de la tabla No. 2

GRAFICA No. 3

MEDICAMENTOS CAUSANTES DE LAS CONSULTAS POR USO INADECUADO

No. DE MEDICOS
QUE LAS
ATIENDEN



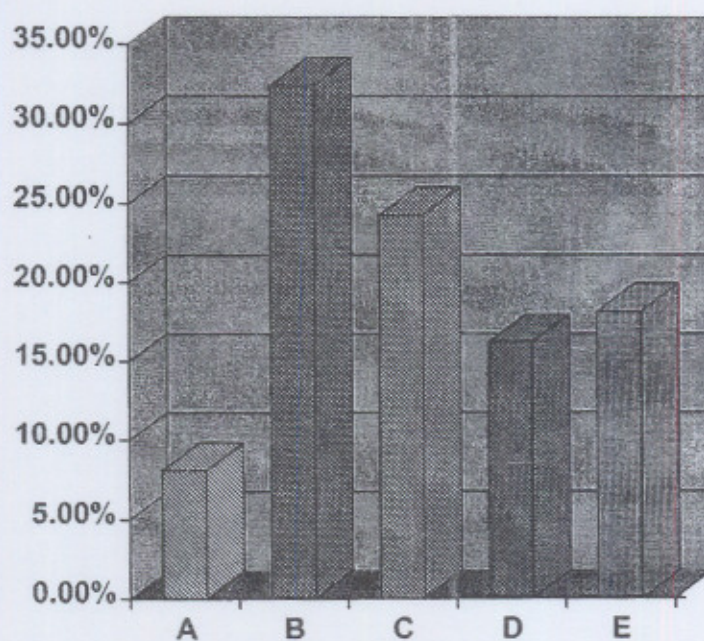
MEDICAMENTOS MAL UTILIZADOS

- A = antihipertensivos
- B = analgésicos antiinflamatorios no esteroideos.
- C = antiácidos.
- D = hipoglucemiantes orales
- E = digitálicos.
- F = entre otros: hipolipemiantes.

Corresponde a los resultados de la tabla No. 3

GRAFICA No. 4

PREGUNTAS QUE HACE EL DIABETICO RESPECTO A LOS MEDICAMENTO

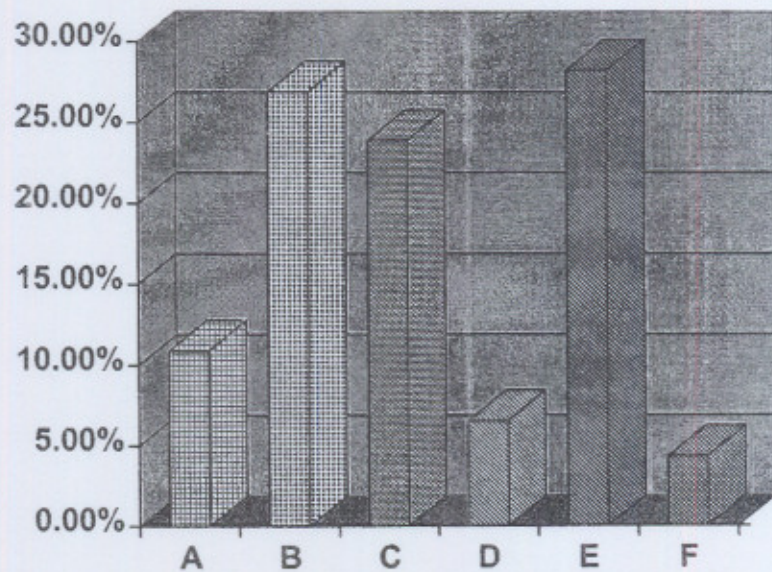
MEDICOS QUE
REFIEREN LAS
PREGUNTASTIPO DE PREGUNTA QUE
HACE EL DIABETICO

- A = Cuantas pastillas debo tomar al día.
B = Cuáles el horario de las tomas
C = Cuáles son los efectos secundarios.
D = Cómo preparar la insulina.
E = Es bueno el ejercicio

Corresponde a los resultados de la tabla No. 4

GRAFICA No. 5
PREGUNTAS QUE HACE EL DIABETICO RESPECTO A LA ENFERMEDAD

**MEDICOS QUE
REFIEREN LAS
PREGUNTAS**



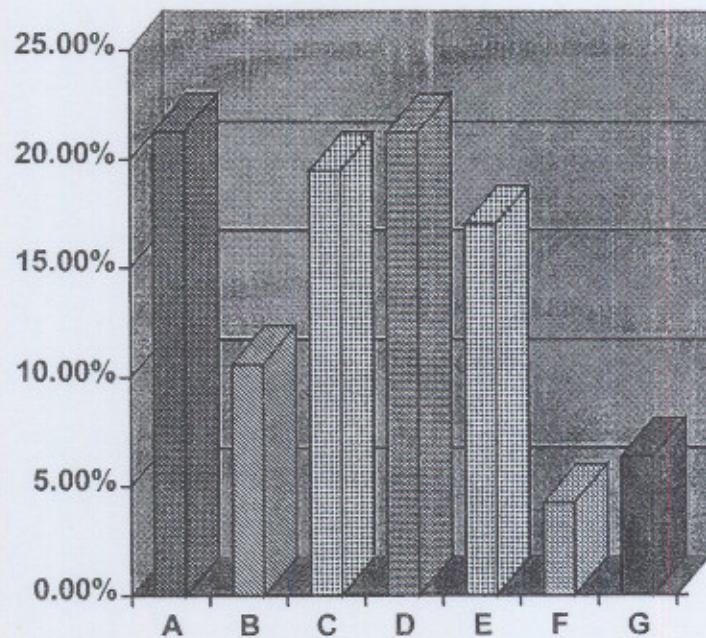
**TIPO DE PREGUNTA QUE HACE
EL DIABETICO**

- A = Qué es la diabetes.
- B = Se desarrolla por el susto.
- C = Se cura la diabetes.
- D = Qué complicaciones tiene.
- E = Qué comer y que no se debe comer.
- F = Es bueno el ejercicio.

Corresponde a los resultados de la tabla No. 4

GRAFICA No. 6
PREGUNTAS QUE HACE EL HIPERTENSO RESPECTO A ENFERMEDAD

**MEDICOS QUE
REFIEREN
LAS PREGUNTAS**

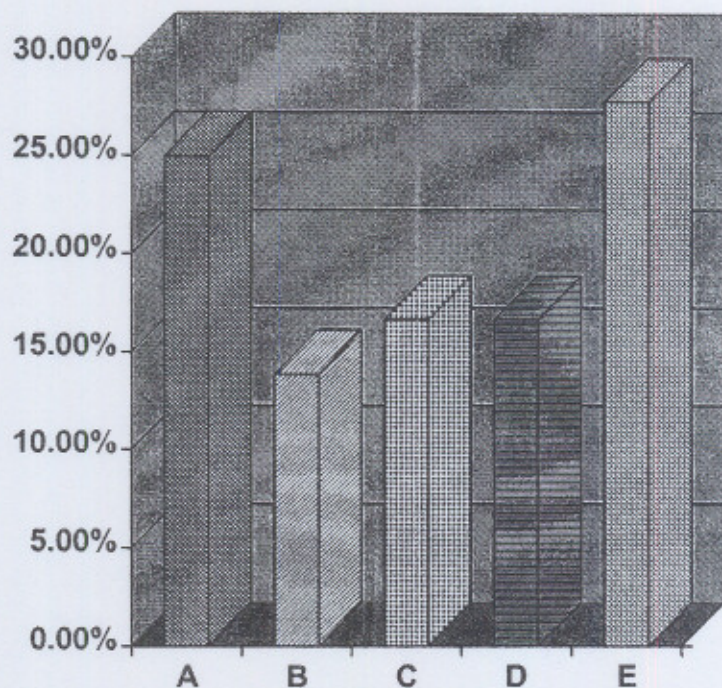


TIPO DE PREGUNTA QUE HACE EL HIPERTENSO

- A = Qué es la hipertensión y se puede curar.
 - B = Cuáles son los síntomas.
 - C = Cuáles son los riesgos como hipertenso.
 - D = Se puede comer de todo, incluso sal.
 - E = Qué complicaciones existen.
 - F = Cómo controlar la presión.
 - G = De qué me moriré.
- Corresponde a los resultados de la tabla No. 5

GRAFICA No. 7
PREGUNTAS QUE HACE EL HIPERTENSO RESPECTO A MEDICAMENTOS

**MEDICOS QUE
 REFIEREN LAS
 PREGUNTAS**

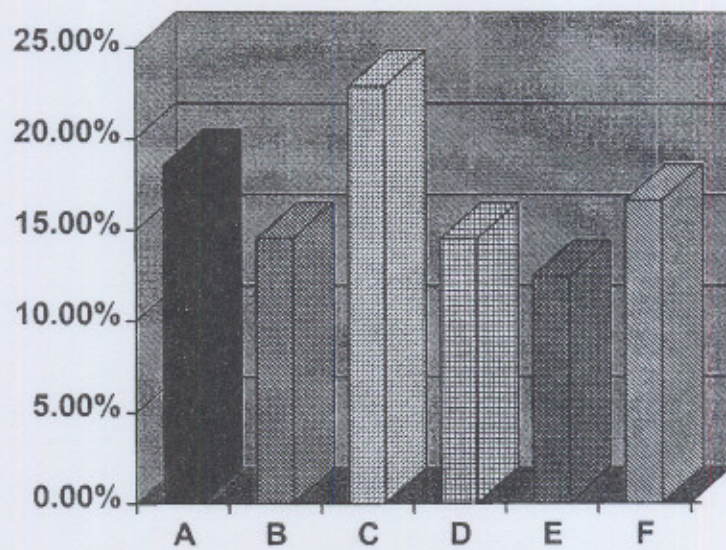


TIPO DE PREGUNTA QUE HACE EL HIPERTENSO

- A = Cuanto tiempo dura el tratamiento.
 - B = Cuantas pastillas debo tomar y a qué hora.
 - C = Qué efectos secundarios se producen.
 - D = Interactúan con otros medicamentos.
 - E = Al sentir mejoría se puede suspender el tratamiento.
- Corresponde a los resultados de la tabla No. 5

GRAFICA No. 8
PREGUNTAS QUE HACE EL ARTRITICO RESPECTO A ENFERMEDAD

**No. DE MEDICOS
 QUE REFIEREN
 LAS PREGUNTAS**

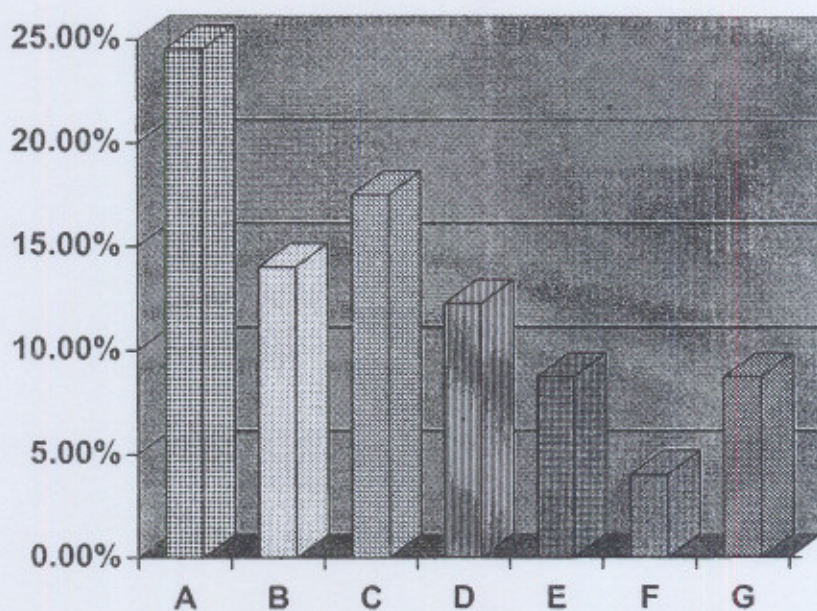


TIPO DE PREGUNTA QUE HACE EL ARTRITICO

- A = Qué es la artritis.
 - B = Cuales son sus complicaciones.
 - C = Se cura esta enfermedad.
 - D = Es necesario el calcio para los huesos.
 - E = Me quedare invalido.
 - F = Necesito hacer algún tipo de dista.
- Corresponde a los resultados de la tabla No. 6

GRAFICA No. 9
PREGUNTAS QUE HACE EL ARTRITICO RESPECTO A MEDICAMENTOS

**No DE MEDICOS
 QUE REFIEREN
 LAS PREGUNTAS**



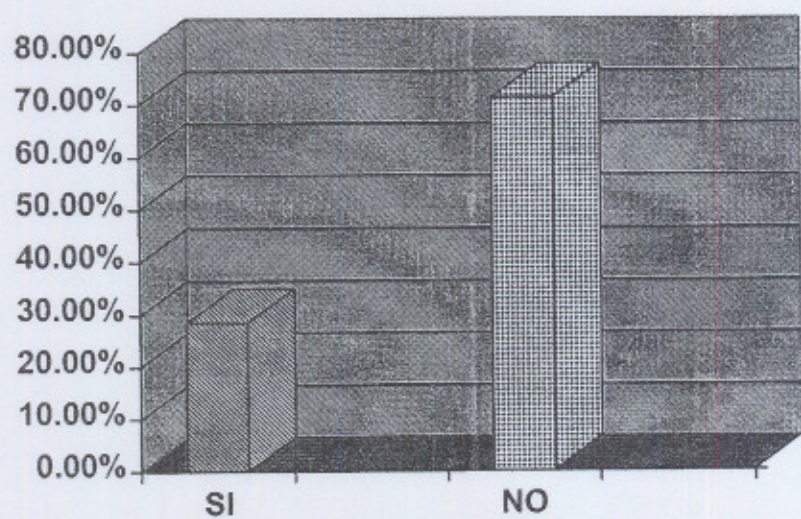
TIPO DE PREGUNTA QUE HACE EL ARTRITICO

- A = Cuantas pastillas y a qué hora debo tomarlas.
 - B = Cual es el medicamento con menores efectos secundarios.
 - C = Cual es el medicamento más fuerte para aliviar el dolor.
 - D = Puedo tomar el medicamento con los alimentos.
 - E = Debo tomarlo cuando no tengo dolor.
 - F = Puedo aumentar la dosis al tener mucho dolor.
 - G = Me producirá molestias gástricas.
- Corresponde a los resultados de la tabla No. 6

GRAFICA No. 10

**MEDICOS DEL CAMIP DISPUESTOS A PARTICIPAR
EN EL CLUB DEL PACIENTE DIABETICO, HIPERTENSO Y ARTRITICO**

CANTIDAD (%)

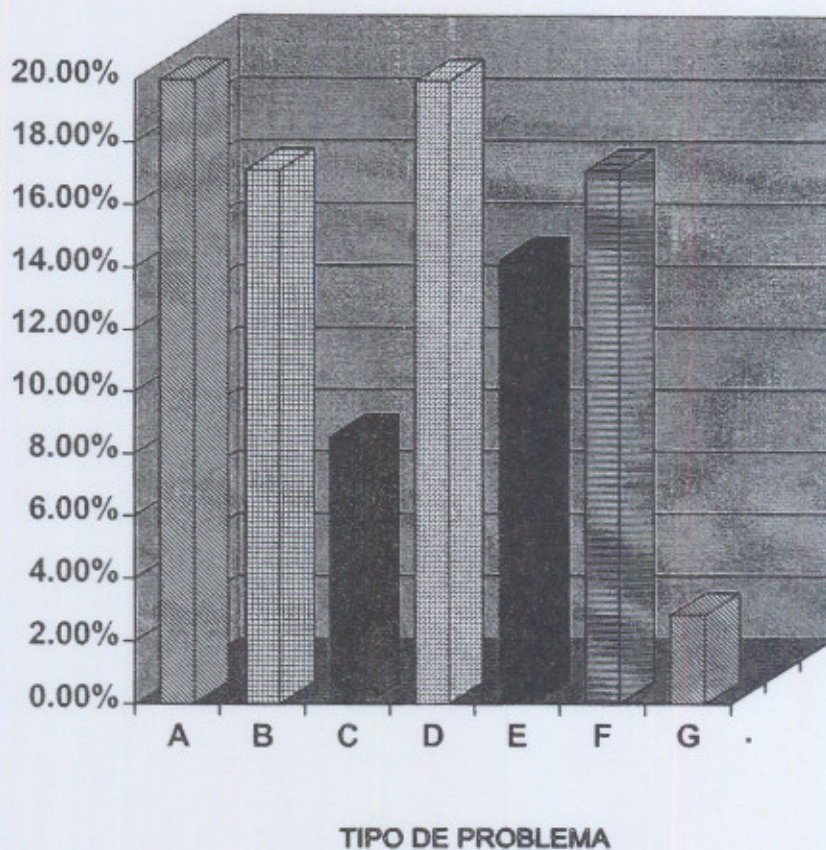


TIPO DE RESPUESTA

Corresponde a los resultados de la tabla No. 7

GRAFICA No. 11
PROBLEMAS OBSERVADOS DURANTE LA ADMINISTRACION DE
MEDICAMENTOS EN PACIENTE GERIATRICO

ENFERMERAS
 QUE OPINAN SEGUN
 EXPERIENCIA

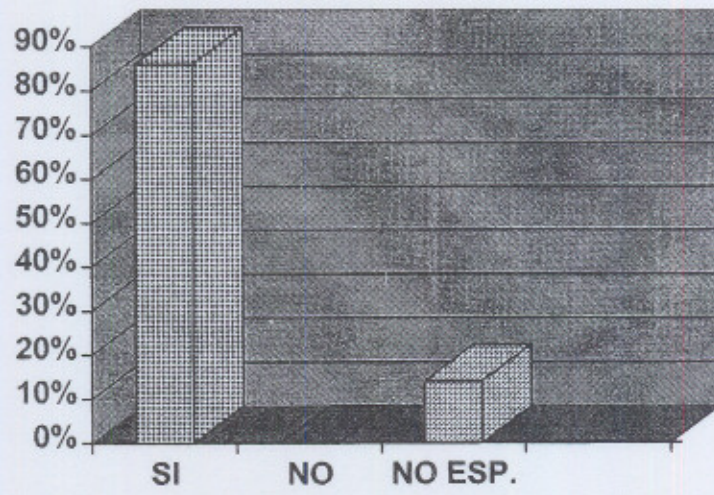


- A = Tienden a olvidar cuando y como tomar su medicina.
 B = No entienden las instrucciones del tratamiento.
 C = Desconocimiento de la enfermedad.
 D = Confusión entre los medicamentos.
 E = Generalmente lleva de 5 a 6 clases de medicamentos o más.
 F = Son personas abandonadas que necesitan de la ayuda de un familiar.
 G = No cuentan con las instrucciones dadas en la receta, ya que ésta es archivada en la farmacia.
 Corresponde a los resultados de la tabla No. 8

GRAFICA No. 12

SE LE BRINDA INFORMACION AL PACIENTE SOBRE CUIDADOS QUE SE REQUIEREN DURANTE EL TRATAMIENTO.

ENFERMERAS
QUE RESPONDEN

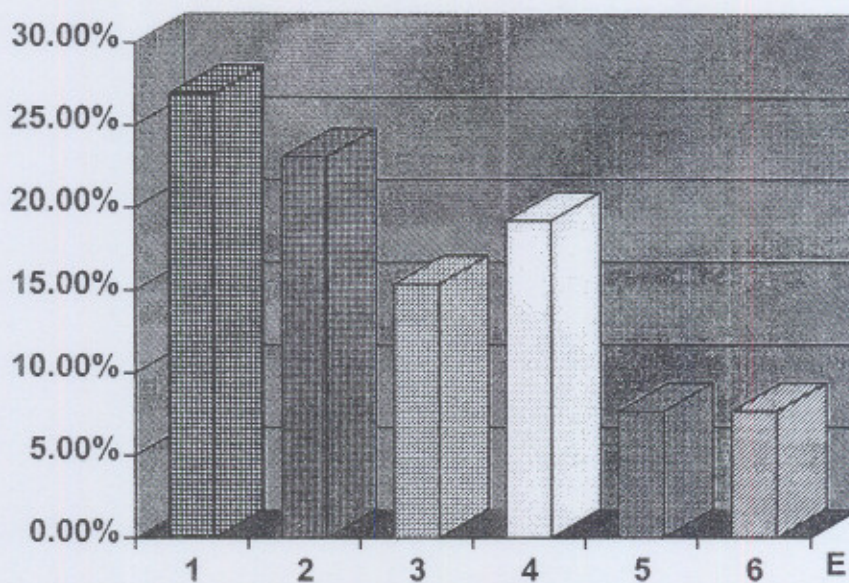


TIPO DE RESPUESTA

Corresponde a los resultados de la tabla No. 9

GRAFICA No. 13
SUGERENCIAS A INCLUIR EN LA GUIA EDUCATIVA PARA EL CLUB DEL
DIABETICO, HIPERTENSO Y ARTRITICO

ENFERMERAS
QUE LO SUGIEREN

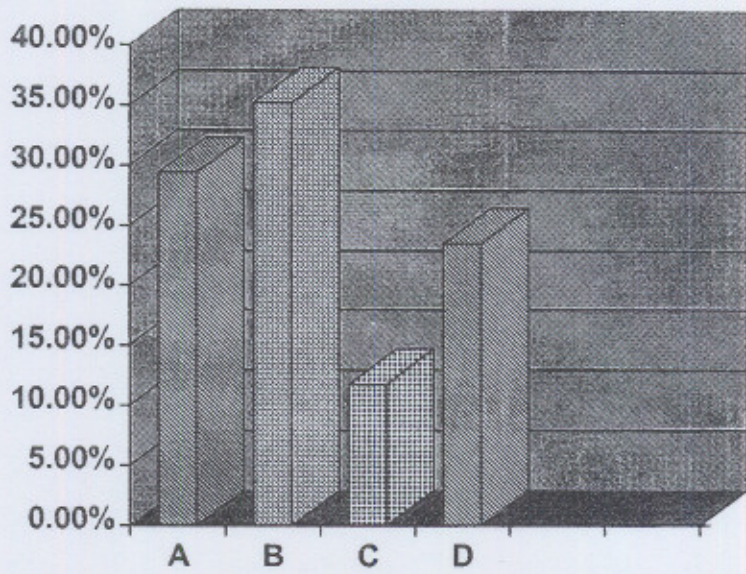


RESPUESTAS

- 1 = Almacenamiento correcto.
 - 2 = Horario de las tomas.
 - 3 = Cuidados para minimizar la presencia de efectos secundarios.
 - 4 = Cumplir las instrucciones dadas durante la consulta.
 - 5 = Crear un medio para que cada paciente reciba instrucciones en el uso de la medicina.
 - 6 = Significado de nombre genérico y comercial.
- Corresponde a los resultados de la tabla No. 10

GRAFICA No. 14
DUDAS A LAS QUE SE ENFRENTA EL PACIENTE RESPECTO AL USO DE
MEDICAMENTOS

ENFERMERAS
QUE REFIEREN
LAS PREGUNTAS



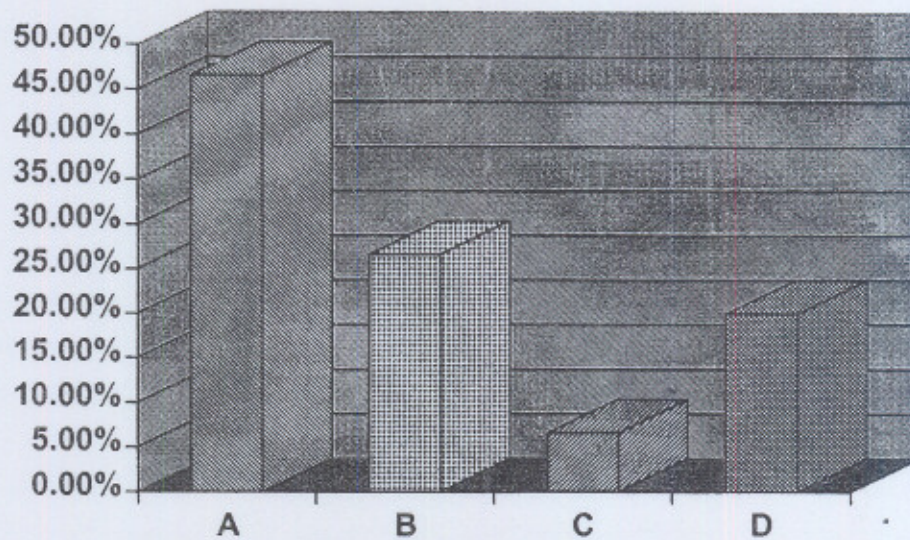
PREGUNTAS QUE HACE EL DIABETICO

- A = La medicina ayuda a bajar el azúcar.
- B = Al hacer dieta, se mantiene el nivel de glucosa.
- C = Cómo se inyecta la insulina.
- D = Cuales son los efectos secundarios

Corresponde a los resultados de la tabla No. 11

GRAFICA No. 15
DUDAS A LAS QUE SE ENFRENTA EN PACIENTE HIPERTENSO
EN EL USO DE MEDIICAMENTOS

ENFERMERAS
QUE REFIEREN
LAS PREGUNTAS



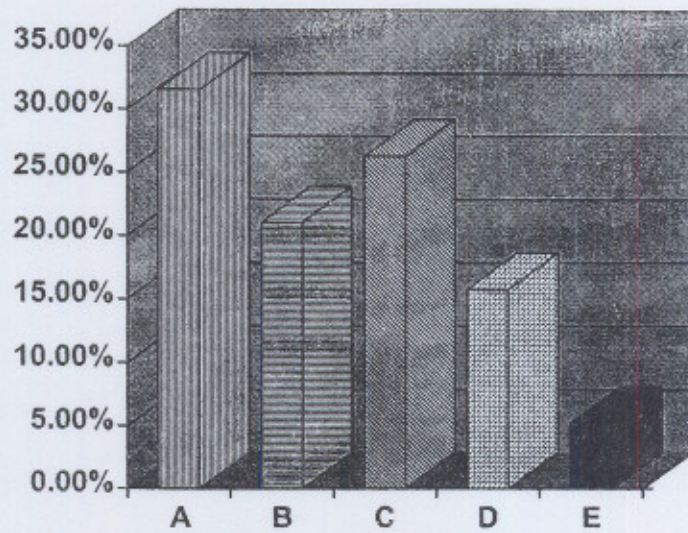
TIPO DE PREGUNTA QUE HACE EL DIABETICO

- A = Horario más indicado para tomar la medicina.
- B = Existe algún problema cuando se toma con otros medicamentos.
- C = Cuantos miligramos tiene la pastilla.
- D = Confunden los nombres genéricos y comerciales.

Corresponde a los resultados de la tabla No. 12

GRAFICA No. 16
DUDAS A LAS QUE SE ENFRENTA EL PACIENTE ARTRITICO
RESPECTO AL USO DE MEDICAMENTOS

ENFERMERAS
 QUE REFIEREN
 LAS PREGUNTAS



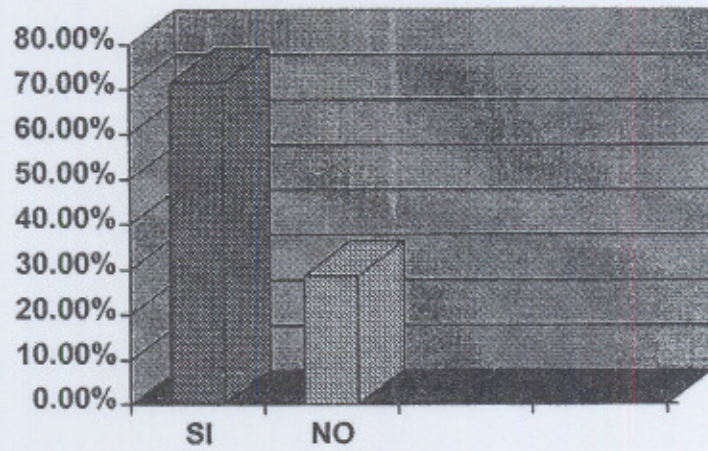
PREGUNTAS QUE HACE EL PACIENTE ARTRITICO

- A = El medicamento cura por completo la artritis.
- B = Tendré que tomar la medicina para el resto de mi vida.
- C = Cuando el dolor es muy fuerte, puedo aumentar la dosis.
- D = Debo tener reposo.
- E = Porqué padezco de esta enfermedad.

Corresponde a los resultados de la tabla No. 13

GRAFICA No. 17
ENFERMERAS DEL CAIMIP QUE DESEAN COLABORAR EN EL CLUB DEL
DIABETICO, HIPERTENSO Y ARTRITICO

ENFERMERAS QUE
RESPONDEN LAS
PREGUNTAS



RESPUESTA

Corresponde a los resultados de la tabla No. 14

ANEXO N. 5

**PROPUESTA DEL PROGRAMA
PARA APOYO EDUCATIVO
DIRIGIDO AL CLUB DEL PACIENTE
HIPERTENSO
ARTRITICO
Y DIABETICO
DEL CENTRO DE ATENCION MEDICA
INTEGRAL PARA PENSIONADOS
CAMP.**

1. INTRODUCCION

El programa educativo fue elaborado en base a los resultados obtenidos de las encuestas realizadas al Químico Farmacéutico, médicos y enfermeras del Centro de Atención Médica Integral para pensionados (CAMIP), y está dirigido a la población geriátrica que asiste al club del paciente Diabético, Hipertenso y Artrítico de esta institución, coordinado a través del Departamento de Trabajo Social.

Con el propósito de contribuir al uso racional de medicamentos, y a brindar educación a paciente geriátrico en cuanto a la enfermedad, dieta, ejercicios y uso correcto de la medicina se diseñaron tres programas educativos, consistentes cada uno de ellos en una charla y un panfleto, enfocado a los tres grupos de medicamentos que se distribuyen con mayor frecuencia en la farmacia del CAMIP, siendo estos antihipertensivos, analgésicos antiinflamatorios no esteroideos e hipoglucemiantes orales.

En la charla como en el folleto educativo se incluyen aspectos como, almacenamiento, cuidados, complicaciones, y precauciones necesarias en el tratamiento de la enfermedad, con especial énfasis en la automedicación, ya que es un grupo de personas con poca información sobre medicamentos y con características especiales debido a los cambios fisiológicos normales de la edad.

2. JUSTIFICACIONES

Las enfermedades crónicas en los ancianos son producto de cambios fisiológicos normales del envejecimiento, que afectan el funcionamiento del organismo y que al mismo tiempo pueden producir cambios fisiopatológicos responsables de algunos padecimientos crónicos propios de las personas de la tercera edad.

La hipertensión, artritis y diabetes, son enfermedades crónicas con alto índice de incidencia en nuestro medio y por ende los medicamentos correspondientes a estas patologías, son los más consumidos como puede observarse en la tabla No. 1 de los resultados.

Las deficiencias físicas y sensoriales como producto de los cambios fisiopatológicos, así como, el desconocimiento de la enfermedad, la edad, la presencia de muchas patologías, y la poca información sobre el uso de medicamentos son factores que contribuyen al uso inadecuado de los mismos en la población geriátrica, por lo que se considera necesario realizar una guía educativa sobre el uso de los medicamentos que se distribuyen con mayor frecuencia en la farmacia del CAMIP, con el propósito de contribuir a una mejor utilización de la medicina y a la eficacia de la misma durante el tratamiento.

3. OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GENERAL:

Contribuir al uso racional de medicamentos en la población geriátrica que asiste al club del paciente Diabético, Hipertenso y Atrítico del Centro de Atención Médica Integral Para Pensionados CAMIP del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social IGSS.

3.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- 3.2.1 Dar a conocer a las personas hipertensas, y diabéticas, la importancia que ejerce la dieta y el ejercicio como parte del tratamiento durante el control de la enfermedad.
- 3.2.2 Orientar a las personas diabéticas acerca de los síntomas, causas y tratamiento de una crisis hipo e hiperglicémica.
- 3.2.3 Informar al paciente artrítico sobre la importancia de la práctica del ejercicio regular y el fortalecimiento de las articulaciones durante el tratamiento de la enfermedad.
- 3.2.4 Educar a pacientes de la tercera edad sobre el uso y almacenamiento correcto de los medicamentos, como influencia en la eficacia del tratamiento.

- 3.2.5 Brindar educación en este grupo de personas sobre el comportamiento de los medicamentos con relación a los cambios fisiológicos normales de la edad.
- 3.2.6 Conscientizar a la población geriátrica que asiste al club del paciente diabético, hipertenso y artrítico, en el cumplimiento de las instrucciones médicas, la automedicación, e información que debe brindar al profesional Farmacéutico y Médico acerca de la respuesta que experimenta durante el uso de los medicamentos.
- 3.2.7 Informar a este grupo poblacional sobre el porque del tratamiento individualizado.

4. MATERIALES Y METODOS

4.1 UNIVERSO DE TRABAJO

Personas diabéticas, hipertensas y artríticas de ambos sexos que asisten al club del paciente diabético, hipertenso y artrítico del Centro de Atención Médica Integral para Pensionados CAMIP.

4.2 MEDIOS

4.2.1 RECURSOS HUMANOS:

4.2.1.1 Personas que asisten al club del Diabético, Hipertenso, y Artrítico del CAMIP.

4.2.1.2 Asesora de tesis: Licda. Raquel Pérez.

4.2.1.3 Tesista: Edna González.

4.2.2 RECURSOS MATERIALES:

4.2.2.1 Fuentes bibliográficas.

4.2.2.2 Material de oficina.

4.2.2.3 Material didáctico: cartulinas, acetatos y panfleto educativo.

4.2.2.4 Proyector de acetatos.

4.2.3 RECURSOS INSTITUCIONALES

4.2.3.1 Departamento de Trabajo Social del CAMIP.

4.2.3.2 Centro Guatemalteco de Información de Medicamentos CEGIMED.

PROGRAMA EDUCATIVO PARA EL CLUB DEL HIPERTENSO

CONTENIDO DE LA PLATICA

¿QUE ES LA HIPERTENSION ARTERIAL?

Es cuando la presión sanguínea se encuentra en valores arriba de lo normal, generalmente es conocida como PRESION ALTA y los límites normales se encuentran en relación con la edad, siendo éstos los siguientes:

El límite superior normal para adultos es de 140/90 mmHg.

Para personas mayores de 60 años es de 160/95 mmHg.

HIPERTENSION EN EL ADULTO - ANCIANO.

En personas de edad avanzada suele reflejarse falta de elasticidad de la aorta con mayor frecuencia, lo cual puede denominarse hipertensión arterioesclerótica.

La presión alta puede presentarse sin darse cuenta, cuando siente molestias como: dolor de cabeza, mareos, visión borrosa o nublada, sangrado de nariz, cansancio, palpitaciones o dolor en el corazón, es porque la presión alta ya ha causado daño en su organismo, por lo que es muy importante que controle su presión constantemente.

La presión alta aumenta la carga de trabajo sobre el corazón y arterias, y durante largo tiempo puede dañar los vasos sanguíneos del cerebro, corazón y riñones, produciendo derrame cerebral e insuficiencia cardíaca y renal.

- Herencia (transmitida por otros familiares que son hipertensos).
- Edad.
- Obesidad (personas muy gordas).
- Dieta inadecuada (comer alimentos con mucha sal y grasa).
- No realizar ejercicios.
- Preocupaciones, ansiedad.
- La raza (se da con mayor frecuencia en la raza negra que en la raza blanca).

IMPORTANCIA DE LA DIETA EN EL CONTROL DE LA PRESION ALTA.

Un plan balanceado de alimentación es conveniente para el control de su presión. Sin embargo puede ser que el médico le indique un régimen bajo en contenido de sodio (sal), y grasas de origen animal, ya que el exceso de sodio en la dieta puede aumentar la presión sanguínea, y ocasionar edema (hinchazón).

El consumir menos sal le ayudará a controlar o prevenir la presión alta en la sangre.

LIMITE LA CANTIDAD DE SAL EN SU PLAN DE ALIMENTACION.

Si usted padece de presión alta y además es obeso (gordito), es muy importante el cambio de los hábitos alimenticios tales como:

- Reducción de peso corporal.
- Comer en forma balanceada.
- Consumir alimentos ricos en fibra, tales como verduras, frutas, cereales y granos.
- Reducir el consumo de alimentos ricos en grasa animal y con alto contenido de sodio.

EL EJERCICIO TAMBIEN CONTROLA LA PRESION ALTA

El ejercicio mejora la salud y el bienestar, le hace sentir mejor, lucir mejor, y estar a gusto con su persona, además le proporciona los siguientes beneficios:

- Mejora la eficiencia cardiovascular, fortaleciendo el corazón y mejorando la circulación.
- Aumenta la condición muscular.
- Reduce el estrés.
- Ayuda a combatir la depresión.
- Aumenta la capacidad pulmonar.
- Controla el peso corporal.

El ejercicio baja el nivel de colesterol que puede obstruir los vasos sanguíneos por lo tanto ayuda a evitar problemas circulatorios y cardíacos.

Programe sus ejercicio y no exceda en esfuerzos mayores a los que está acostumbrado su organismo, consulte a su médico, él le aconsejará cual es el más adecuado para usted.

El ejercicio en forma regular y el cumplimiento de la dieta, también rebajan la presión sanguínea. Es importante que comprenda su condición, la disminución del peso hasta valores ideales según su edad, peso y talla, junto con una modesta restricción de sodio (sal), puede hacer innecesario el tratamiento con medicamentos.

EFICACIA DEL TRATAMIENTO CON MEDICAMENTOS PARA CONTROLAR LA PRESION ALTA.

Cuando existe presión alta la carga de trabajo sobre el corazón se encuentra aumentada, los vasos sanguíneos se estrechan y generalmente hay retención de líquidos y sodio (sal), pero para esto existen varios tipos de medicamentos, algunos permiten el relajamiento de los vasos sanguíneos y aumento de la llegada de sangre hacia el corazón, otros permiten la eliminación de líquido y sodio acumulado (aumenta el volumen de orina), lo que permite bajar la presión alta.

Al comenzar un tratamiento con antihipertensivos es importante que el médico y el farmacéutico sepan si toma cualquiera de los siguientes medicamentos:

- DIURETICOS (pastillas para orinar más): disminuyen la presión arterial, y pueden incrementar el nivel de potasio.
- Medicamentos o suplementos que contengan potasio: pueden originar problemas del corazón y otros.

No olvide informar al médico de cualquier otro problema de salud que padezca, especialmente:

- Diabetes Mellitus (Diabetes sacarina): aumenta el riesgo de elevar el nivel de potasio en el organismo.
- Enfermedades del riñón o hígado: pueden aumentar los efectos en la presión.
- Trasplante de riñón: aumenta el riesgo de producir enfermedad renal.

PRECAUCIONES DURANTE EL USO DE ESTOS MEDICAMENTOS

Existen algunos medicamentos que hacen que usted orine un poco más que antes, y es considerado normal, solamente debe tomar frescos de naranja o limón, comer banano, manzana y plátano, para reponer el potasio que se pierde en la orina, evitando así que se produzcan calambres.

Algunos medicamentos pueden producir pulso muy lento, si sucede esto consulte inmediatamente al médico.

En caso de náuseas, vómitos, diarreas graves o persistentes, consulte al médico, estos trastornos producen pérdida de agua y dan lugar a una presión baja.

En personas de edad avanzada se produce con mayor frecuencia mareos, somnolencia, desmayos, pérdida de potasio, si le sucede esto asegúrese de saber cuál es su reacción frente a estos medicamentos antes de conducir, manejar maquinaria o realizar cualquier tarea que pudiera resultar peligrosa si está mareado.

Sudar mucho produce pérdida de agua, al momento de hacer ejercicios, tomar precaución si siente sensación de mareo o desmayo.

Recuerde que estos medicamentos **no curan** la hipertensión, pero sí le ayudan a controlarla, es probable que tenga que tomar la medicación para la presión alta durante el resto de su vida, de lo contrario podrían producirle problemas graves tales como: insuficiencia cardíaca, enfermedades de los vasos sanguíneos, derrame cerebral y enfermedades del riñón.

RECOMENDACIONES ESPECIALES EN EL USO Y ALMACENAMIENTO DE LOS MEDICAMENTOS:

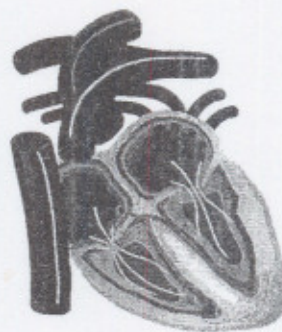
- Es importante que tome la medicación exactamente tal como le han indicado, y que siga visitando a su médico, incluso si se encuentra bien

- No tome otros medicamentos que no han sido recetados por el médico, porque pueden complicar su presión.
- Si usted olvida una dosis de sus medicamentos tómelo lo antes posible. No obstante, no la tome si falta poco tiempo para la siguiente dosis, **NO DUPLIQUE NUNCA LA DOSIS.**
- No abandone su tratamiento, ni cambie la dosis, si no se lo indica su médico.
- Recuerde que la receta médica es personal no para familiares o vecinos, **NO SE AUTOMEDIQUE.**
- Descarte las pastillas que cambien de color, olor, apariencia dudosa, si están rotas o vencidas.
- Debe guardar cuidadosamente sus medicamentos, lejos del alcance de los niños, en un lugar seco y fresco, en un frasco o en un recipiente adecuado si éstos no vienen en su empaque original, identifique el frasco con el nombre del medicamento, para que se conserve bien y así le produzca el efecto esperado cuando se lo tome

RECUERDE

Es muy importante que entienda su condición, balancee su dieta, haga ejercicios y tome sus medicamentos todos los días, ya que esto le permitirá tener control exitoso de su presión.

CLUB DEL HIPERTENSO



*Folleto educativo sobre el uso
de medicamentos antihipertensivos*

Centro de Atención Médica
Integral para Pensionados
CAMIP

FOLLETO EDUCATIVO

HOJA EXTERNA: Lado No. 2

QUE ES LA HIPERTENSION ARTERIAL

Es cuando la presión se encuentra en valores arriba de lo normal, generalmente es conocida como PRESION ALTA, los límites normales se encuentran en relación con la edad, siendo estos los siguientes:

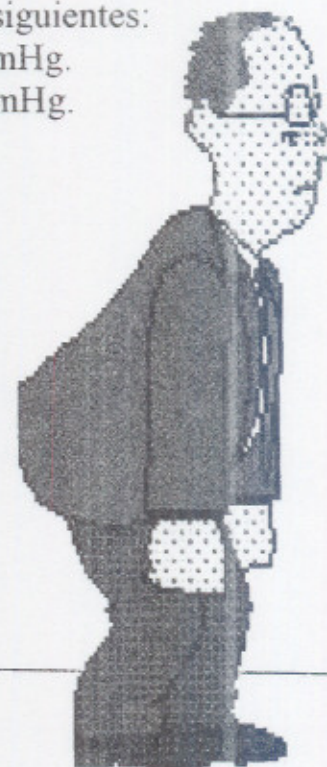
Limite superior normal para adultos 140/90 mmHg.
Para personas mayores de 60 años 160/95 mmHg.

HIPERTENSION EN EL ADULTO – ANCIANO

En personas de edad avanzada suele reflejar falta de elasticidad de la aorta con mayor frecuencia, denominándose hipertensión arterioesclerótica.

La presión alta puede presentarse sin darse cuenta, cuando sienta molestias como:
dolor de cabeza, mareos,
visión borrosa o nublada,
sangrado de nariz, cansancio,
palpitaciones o dolor en el corazón,
es porque la presión alta ya ha causado daño en su organismo, por lo que debe controlar su presión constantemente.

La presión alta aumenta la carga de trabajo sobre el corazón y arterias, si no se controla durante largo tiempo puede dañar los vasos sanguíneos del cerebro, corazón y riñones, produciendo derrame cerebral e insuficiencia cardíaca y renal.



FOLLETO EDUCATIVO

HOJA INTERNA: Lado No. 3

FACTORES QUE AUMENTAN EL RIESGO DE SER HIPERTENSO

EDAD



DIETA INADECUADA
Comer alimentos con mucha
sal y grasa.

OBESIDAD
Personas gorditas



NO REALIZAR EJERCICIO



PREOCUPACIONES Y
ANSIEDAD



HERENCIA (transmitida por otros familiares que son hipertensos)

LA RAZA (con mayor frecuencia en la raza negra que en la blanca).

IMPORTANCIA DE LA DIETA EN EL CONTROL DE LA PRESION ALTA

Un plan balanceado de alimentación es conveniente para el control de su presión.

Disminuya el contenido de sodio(sal), y grasas de origen animal, ya que el exceso de sodio en la dieta puede aumentar la presión y ocasionar edema (hinchazón)

**LIMITE LA CANTIDAD DE SAL
EN SU PLAN DE ALIMENTACION.**

FOLLETO EDUCATIVO

HOJA INTERNA: Lado No. 4



EL EJERCICIO TAMBIEN CONTROLA LA PRESION ALTA

El ejercicio mejora la salud y el bienestar, le hace sentir mejor, lucir mejor y estar a gusto con su persona, además le proporciona los siguientes beneficios: Aumenta la condición muscular.



Reduce el estrés.

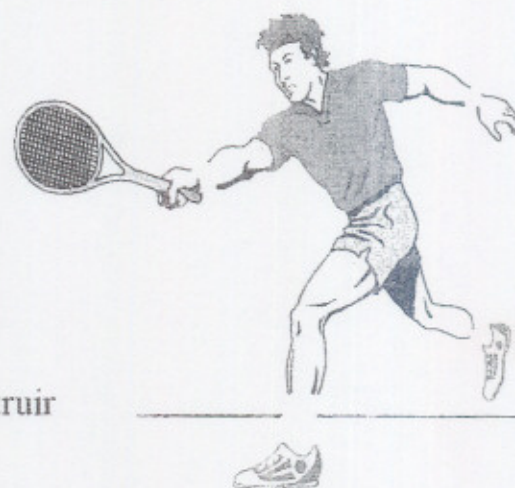
Ayuda a combatir la depresión.

Aumenta la capacidad pulmonar.

Controla el peso corporal.

Mejora la eficacia cardiovascular, fortaleciendo el corazón, y mejorando la circulación

El ejercicio baja el nivel de colesterol que puede obstruir los vasos sanguíneos, por lo tanto ayuda a evitar problemas circulatorios y cardíacos.



Programe sus ejercicios y no exceda en esfuerzos mayores a los que está acostumbrado su organismo.

Consulte a su médico, él le aconsejará cual es el más adecuado para usted.

El ejercicio en forma regular y el cumplimiento de la dieta, también disminuyen la presión sanguínea. Es importante que entienda su condición, la disminución del peso hasta valores ideales según su edad, peso y talla, junto con una modesta restricción de sal, puede hacer innecesario el tratamiento con medicamentos.



FOLLETO EDUCATIVO

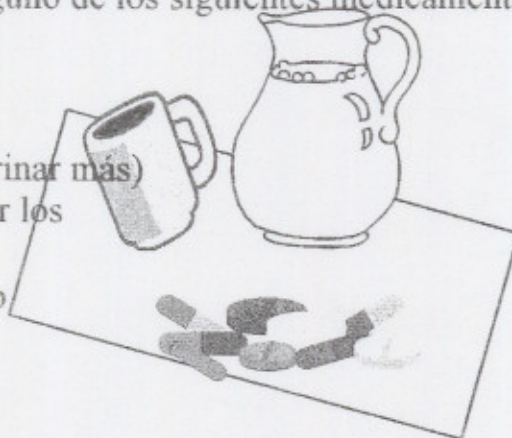
HOJA INTERNA: Lado No. 5

EFICACIA DEL TRATAMIENTO CON MEDICAMENTOS PARA CONTROLAR LA PRESION ALTA.

Al comenzar un tratamiento con antihipertensivo informe al médico y al farmacéutico si usted toma alguno de los siguientes medicamentos:

DIURETICOS

(pastillas para orinar más) pueden aumentar los efectos sobre la presión arterial o incrementar el nivel de potasio.

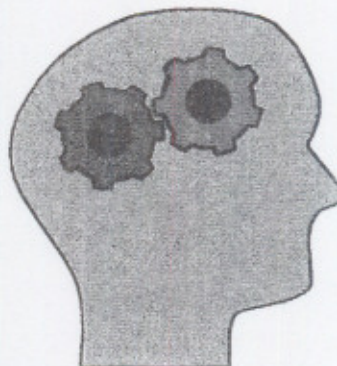


MEDICAMENTOS O SUPLEMENTOS QUE CONTENGAN POTASIO

pueden originar problemas del ritmo cardíaco.

No olvide informar al médico de cualquier problema de salud que padezca, especialmente:

- Diabetes mellitus.
- Enfermedades del riñón o hígado.
- Trasplante de riñón.

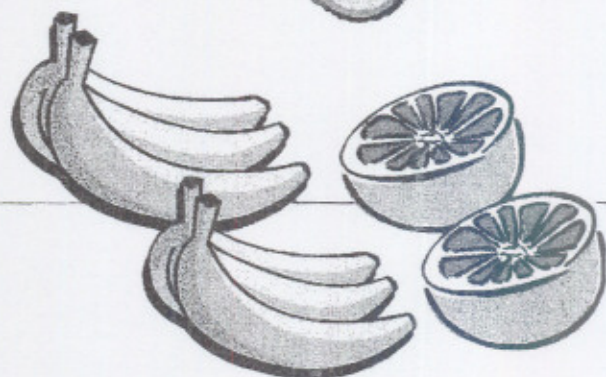
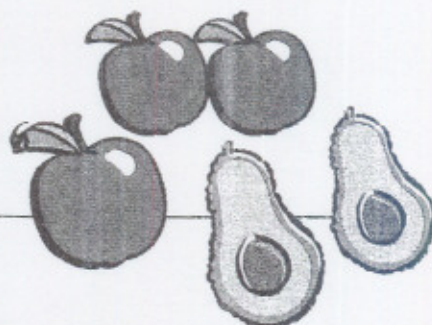


FOLLETO EDUCATIVO

HOJA INTERNA: Lado No.

PRECAUCIONES DURANTE EL USO DE ESTOS MEDICAMENTOS

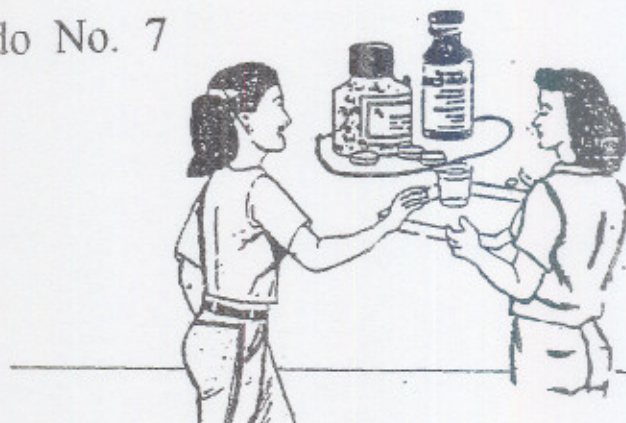
- Existen algunos medicamentos que hacen que usted orine un poco más que antes, y es considerado normal, solamente debe de tomar frescos de naranja o limón, comer banano, manzana y plátano, para reponer el potasio que se pierde en la orina.
- Algunos medicamentos pueden producir pulso muy lento, si sucede esto consulte inmediatamente al médico.
- En personas de edad avanzada se produce con mayor frecuencia mareos, somnolencia, desmayos, pérdida de potasio, si le sucede esto, asegúrese de saber cual es su reacción frente a estos medicamentos antes de conducir, manejar maquinaria o cualquier tarea que pudiera resultar peligrosa si está mareado.
- En caso de náuseas, vómitos, diarreas graves o persistentes, consulte a su médico, estos trastornos producen pérdida de agua y dan lugar a una presión baja.
- Sudar mucho también produce pérdida de agua, al momento de hacer ejercicio tome precaución si siente sensación de mareo o desmayo.



FOLLETO EDUCATIVO

HOJA EXTERNA: Lado No. 7

- Recuerde que estos medicamentos no le curan la hipertensión, pero si le ayudan a controlarla.
- Es probable que tenga que tomar la medicación para el resto de su vida, de lo contrario podrían producirle problemas graves tales como: insuficiencia cardíaca, accidente cerebrovascular, enfermedades del riñón y de los vasos sanguíneos.
- Es importante que tome la medicación tal como le han indicado, y que siga visitando a su médico incluso aunque se sienta bien.
- No tome otros medicamentos que no han sido recetados por el médico, porque pueden complicar su presión.
- Si usted olvida una dosis de sus medicamentos tómelo lo antes posible. No obstante, no lo tome si falta poco tiempo para la siguiente dosis, **NO DUPLIQUE NUNCA LA MEDICACION.**



FOLLETO EDUCATIVO

HOJA EXTERNA: No. 8

- No abandone el tratamiento ni cambie la dosis, si no se lo indica el médico.
- Recuerde que la receta médica es personal no para familiares o vecinos, **NO SE AUTOMEDIQUE.**
- Descarte las pastillas que cambien de color, olor, apariencia dudosa, si están rotas o vencidas.
- Guarde cuidadosamente sus medicamentos, lejos del alcance de los niños, en un lugar fresco y seco, o en un recipiente adecuado si éstos no vienen en su empaque original, identifique el frasco con el nombre del medicamento, para que se conserve bien y así le produzca el efecto esperado cuando se lo tome.



RECUERDE

**Es importante que entienda su condición
balancee su dieta, ejercicios y medicamentos todos
los días, ya que esto le permitirá tener control
exitoso de su presión**

Para el buen uso de la medicina informarse es el primer paso, llame a CEGIMED tel: 2539905, 2300539 y 2300184.



Departamento de Farmacología.
Universidad San Carlos de Guatemala.
Edna Dinet González V. (AUTORA).

CLUB DEL ARTRITICO

*Guía educativa sobre el uso
de medicamentos antiartríticos*

Centro de Atención Médica
Integral para Pensionados
CAMIP

PROGRAMA EDUCATIVO PARA EL CLUB DEL ARTRITICO

CONTENIDO DE LA PLATICA

QUE ES LA ARTRITIS:

Artritis es un término que incluye diversas formas de enfermedades reumáticas que se acompañan de dolor, rigidez y fatiga en articulaciones, músculos y tendones que las rodean.

La inflamación o hinchazón que se presenta como resultado de la artritis, daña los tejidos sanos. Este daño puede afectar la forma de los huesos y otros tejidos de las articulaciones, haciendo que el movimiento sea difícil y doloroso.

La severidad de la artritis varía de persona a persona, afectando en algunos casos pocas articulaciones y en otros casos múltiples articulaciones u órganos del cuerpo.

FACTORES QUE AUMENTAN EL RIESGO DE LA ARTRITIS:

La artritis es una enfermedad de causa desconocida, sin embargo se produce con mayor frecuencia en adultos y ancianos, atacando tres veces más a las mujeres que a los hombres.

NUTRICION Y ARTRITIS:

Los alimentos... ¿causan o curan la artritis?

Aunque los suplementos vitamínicos han ganado popularidad en los últimos años, la mejor fuente de vitaminas y minerales para el enfermo artrítico es una alimentación que le aporte los nutrientes y energía suficiente para mantenerse activo: una dieta balanceada que contenga por lo menos frutas, vegetales, granos, cereales o panes, leche y sus derivados y pequeñas porciones de carne. Las mujeres y algunos pacientes requieren mayor cantidad de

ciertas vitaminas y minerales como hierro y calcio, necesitan suplementos si la dieta no llena sus requerimientos.

ARTRITIS Y EJERCICIO:

Entre las características más notorias de las enfermedades articulares se encuentran:

- Pérdida de la masa muscular.
- Disminución de la amplitud del movimiento articular, que tiene como consecuencia disminución o pérdida de la función motriz.

Por ello es recomendable la práctica de ejercicio regular para controlar algunos de los síntomas articulares, a fin de mantener las articulaciones flexibles, aumentar y preservar la fuerza muscular.

En el tratamiento del paciente artrítico debe ser programada una rutina de ejercicios, basándose en necesidades específicas:

Algunos de estos ejercicios pueden realizarse en casa, con horario flexible, bajo supervisión médica, evitando la molestia de tener que desplazarse fuera del hogar.

Se recomienda ejercicio repetitivo de poca resistencia (bicicleta y caminata), a pacientes con fuerza muscular adecuada y poco dolor, con el fin de mejorar la condición cardiovascular y disminuir la pérdida de mineral por el hueso.

La función articular se preserva con movimientos suaves de las articulaciones a través de todo su rango de movilidad.

La actividad física debe alternarse con reposo. Se sabe que el ejercicio alternado con períodos de descanso durante el día mejora y preserva la función articular y muscular.

El beneficio que proporcionan los ejercicios es lento pero seguro, para aquellas personas que lo realizan de forma constante, ya que le dará un mayor sentido de control

sobre su artritis.

ANTES DE COMENZAR SU PROGRAMA DE EJERCICIOS RECUERDE SIEMPRE LO SIGUIENTE:

- Detenga el ejercicio de inmediato si experimenta dolor en el pecho, mareo, náusea o dificultad severa para respirar.
- Comience lentamente y aumente en forma gradual su nivel de ejercicios.
- No debe ejercitarse hasta el punto de sentir dolor, un poco de molestia es a lo más que debe llegar.
- No todos los ejercicios son apropiados para todos los pacientes; como el estado de cada persona puede variar, debe hablar sobre sus necesidades y limitaciones con el médico o fisioterapeuta.

¿POR QUE NECESITA HACER EJERCICIO?

Muchas personas con artritis tienden a mantener sus articulaciones en una posición flexionada debido a que es menos doloroso. Si sus articulaciones se mantienen en una sola posición durante demasiado tiempo, puede ser difícil estirarlas e inmovilizarse paulatinamente. El ejercicio puede ayudar a mantener sus articulaciones flexibles y las hace menos rígidas y dolorosas. Puesto que los músculos sostienen las articulaciones, es importante hacer ejercicios que los mantengan lo más fuertes posible. Músculos fuertes pueden ayudar a proteger sus articulaciones de tensiones adicionales.

ARTRITIS Y MEDICAMENTOS:

Los analgésicos antiinflamatorios se utilizan para aliviar algunos síntomas producidos por la artritis, tales como inflamación, hinchazón, rigidez y dolor en las

articulaciones, no obstante estos medicamentos no curan la artritis y sus efectos duran solamente mientras siga tomándolos.

Cualquier analgésico antiinflamatorio puede producir efectos secundarios, si se utiliza durante mucho tiempo o se toma en dosis elevadas, debe consultar con el médico los riesgos y beneficios derivados de su uso, sobre todo en personas de 40 o más años, ya que el riesgo aumenta con la edad.

Estos medicamentos pueden provocar un aumento de potasio, en donde los pacientes con riesgo particular son los ancianos y deshidratados, especialmente cuando existen problemas por enfermedad del riñón.

El paciente geriátrico puede ser más sensible a los efectos tóxicos de estos medicamentos, debido a que son más propensos a sufrir enfermedad renal o hepática.

Este grupo de medicamentos puede producirle molestias gastrointestinales, NO DEBE consumirlos si padece de úlcera péptica activa, gastritis (ardor del estómago) o colitis (inflamación del colon) ulcerosa.

Los pacientes que muestran síntomas importantes del sistema nervioso central, no deben conducir automóvil o realizar trabajos peligrosos.

Para el uso de los analgésicos antiinflamatorios se debe evaluar los riesgos y beneficios que proporcionan y es una decisión a tomar entre usted y el médico. Sin embargo es necesario que informe al médico si ha presentado alguna reacción de tipo alérgico a este grupo de medicamentos, o a alguna sustancia como a ciertos alimentos conservantes o colorantes.

Informe al médico o farmacéutico si practica alguna dieta especial, baja en sal o baja en azúcar, ya que algunos de estos medicamentos contienen sal o azúcar.

En personas de edad avanzada puede ser más probable que se produzcan ciertos

efectos secundarios, tales como confusión, hinchazón o disminución repentina de la cantidad de orina, ya que suelen ser más sensibles que los adultos jóvenes, a los efectos de los analgésicos antiinflamatorios.

No olvide informar al médico de cualquier otro problema de salud que padezca, así como también si está tomando cualquier otro medicamento.

PRECAUCIONES DURANTE EL USO DE ESTOS MEDICAMENTOS

Para disminuir las molestias de estómago, estos medicamentos se deben tomar 30 minutos antes de las comidas o 2 horas después, no obstante después de varias dosis, tome el medicamento con alimentos o con un antiácido.

No mezcle la forma líquida de los analgésicos antiinflamatorios con antiácidos u otro líquido, ya que se descompone la medicina.

No debe de mezclar estos medicamentos con anticoagulantes, hipoglucemiantes orales y tetraciclina.

Tome los comprimidos o las cápsulas con un vaso de agua, además no se acueste en un lapso de 15 a 30 minutos después de tomar el medicamento. Esto contribuye a evitar irritaciones que pueden dar lugar a problemas para tragar.

Para las personas que usan supositorios, si se encuentra demasiado blando para insertarlo, refrigérelo durante 30 minutos y luego introdúzcalo profundamente en el recto.

No tome mayor ni menor cantidad de la medicina de lo indicado por el médico, porque puede aumentar la posibilidad de efectos no deseados.

Visite al médico con regularidad para que compruebe la evolución de su enfermedad.

Consulte al médico lo antes posible si se produce cualquiera de los siguientes efectos secundarios:

- * Hemorragia nasal o gastrointestinal.
- * Dolor de cabeza (especialmente por la mañana).
- * Erupción en la piel.
- * Mareos. Somnolencia o sensación de mareos.

CONSEJOS PARA LA BUENA UTILIZACION Y ALMACENAMIENTO DE LOS MEDICAMENTOS

CUMPLA LOS HORARIOS DE LAS TOMAS:

Es conveniente tener el hábito de tomar la medicación siempre a la misma hora, así evitará posibles olvidos. Si olvida alguna toma, es mejor esperar la próxima, sobre todo **NO DUPLIQUE NUNCA LA DOSIS.**

LA MEDICACION DEBE TOMARLA EXACTAMENTE COMO LE HAN

INDICADO: No deje de tomarla, ni cambie la dosis sin la autorización del médico.

CUIDADO CON LOS MEDICAMENTOS: Informe siempre al médico o al farmacéutico de todos los medicamentos que ya está tomando.

Las bebidas alcohólicas pueden interaccionar con estos medicamentos y producir efectos no deseados o incluso peligrosos.

EL MEDICAMENTO ES PARA USO PERSONAL: No debe aconsejarle a otras personas, aunque tengan síntomas parecidos. Un medicamento que sea bueno para usted puede ser perjudicial para otra persona.

SOLICITE INFORMACION: Si tiene alguna duda sobre los medicamentos o necesita conocer más detalles, consulte a su médico o farmacéutico.

DESCARTE LAS PASTILLAS que cambien de color, olor, apariencia dudosa, si están rotas o vencidas.

CONSERVE LOS MEDICAMENTOS EN UN LUGAR FRESCO Y SECO, en un recipiente adecuado si no vienen en su empaque original, rotulado con el nombre del medicamento, para que se conserve bien y así le produzca el efecto esperado cuando se lo tome, no los guarde en la cocina ni en el baño.

MANTENGA LOS MEDICAMENTOS FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS.

FOLLETO EDUCATIVO
HOJA EXTERNA: LADO No. 1

CLUB DEL ARTRITICO



*Folleto educativo sobre el uso
de medicamentos antiartríticos*

Centro de Atención Médica
Integral para Pensionados
CAMIP

FOLLETO EDUCATIVO

HOJA EXTERNA: Lado No. 2

QUE ES LA ARTRITIS

Es un término que incluye diversas formas de enfermedades reumáticas

que se acompañan de dolor, rigidez y fatiga en articulaciones, músculos y tendones que las rodean.

La inflamación o hinchazón que se presenta como resultado de la artritis, daña los tejidos sanos, este daño puede afectar la forma de los huesos y otros tejidos de las articulaciones, haciendo que el movimiento sea difícil y doloroso.

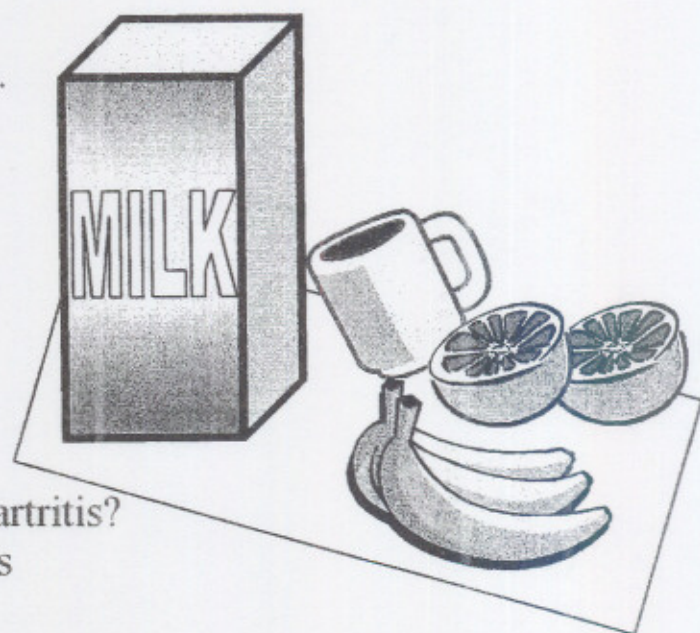


La causa es desconocida, Sin embargo es más común en adultos y ancianos, atacando tres veces más a las mujeres que a los hombres.

NUTRICION Y ARTRITIS

Los alimentos... ¿causan o curan la artritis?

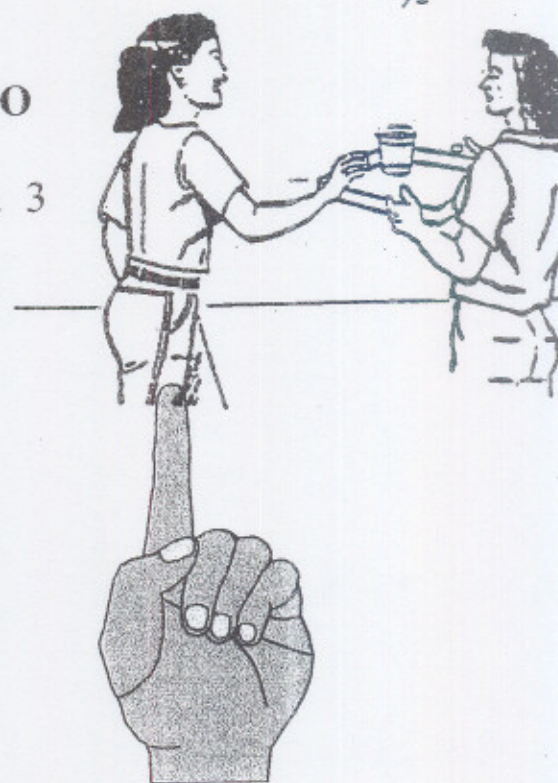
Aunque los suplementos vitamínicos han ganado popularidad, la mejor fuente de vitaminas y minerales para el enfermo artrítico, es una alimentación que le aporte los nutrientes y energía suficiente para mantenerse activo. Una dieta balanceada que contenga por lo menos frutas, vegetales, granos, cereales o pan, leche y sus derivados y pequeñas porciones de carne.



FOLLETO EDUCATIVO

HOJA MEDIA: Lado No. 3

Las mujeres y algunos pacientes requieren mayor cantidad de ciertas vitaminas y minerales como hierro y calcio, necesitan suplementos si la dieta no llena sus requerimientos.



ARTRITIS Y EJERCICIO

Las características más notorias de las enfermedades articulares son: Pérdida de la masa muscular, disminución de la amplitud del movimiento articular, que tiene como consecuencia disminución o pérdida de la función motriz.

Por lo tanto es recomendable la práctica de ejercicio regular, a fin de mantener las articulaciones flexibles, aumentar y preservar la fuerza muscular.



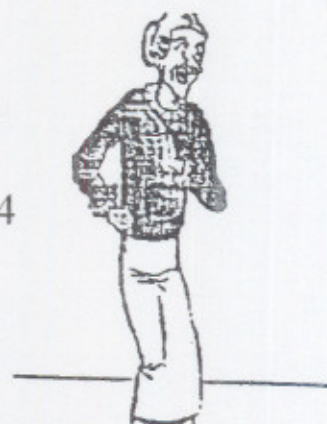
En el tratamiento del paciente artrítico debe ser programada una rutina de ejercicios, basándose en necesidades específicas:



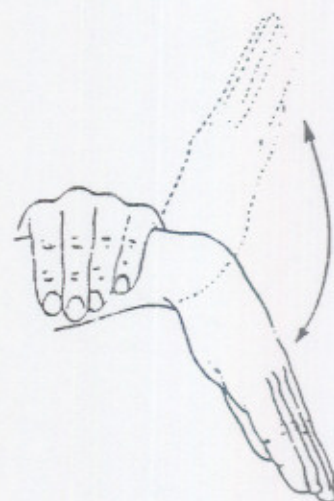
FOLLETO EDUCATIVO

HOJA MEDIA: Lado No. 4

Algunos de estos ejercicios pueden realizarse en casa con horario flexible bajo supervisión médica evitando la molestia de tener que desplazarse fuera del hogar.



Se recomienda ejercicio repetitivo de poca resistencia (bicicleta y caminata) a pacientes con fuerza muscular adecuada y poco dolor, con el fin de mejorar la función cardiovascular y disminuir la pérdida de mineral por el hueso.



La función articular se preserva con movimientos suaves de las articulaciones a través de todo su rango de movilidad.

La actividad física debe alternarse con reposo. Se sabe que el ejercicio alternado con períodos de descanso durante el día, mejora y preserva la función articular y muscular.



El beneficio que proporcionan los ejercicios es lento pero seguro, para aquellas personas que lo realizan de forma constante, ya que le dará un mayor sentido de control sobre su artritis.

FOLLETO EDUCATIVO

HOJA INTERNA: Lado No. 5

ANTES DE COMENZAR SU PROGRAMA DE EJERCICIOS RECUERDE SIEMPRE LO SIGUIENTE:

Detenga el ejercicio de inmediato si experimenta dolor en el pecho, mareos, náuseas o dificultad severa para respirar



Comience lentamente y aumente en forma gradual su nivel de ejercicios.

No debe ejercitarse hasta el punto de sentir dolor, un poco de molestia es a lo más que debe llegar.

No todos los ejercicios son apropiados para todos los pacientes, como el estado de cada persona puede variar, debe hablar sobre sus necesidades y limitaciones con el médico o fisioterapeuta.



¿POR QUE NECESITA HACER EJERCICIO?

Al mantener sus articulaciones en una sola posición durante mucho tiempo, se le dificulta estirarlas y moverse paulatinamente.

Permite mantener sus articulaciones flexibles, y las hace menos rígidas y dolorosas.

Mantiene sus músculos fuertes y por lo tanto protege sus articulaciones de tensiones adicionales.



FOLLETO EDUCATIVO

HOJA INTERNA: Lado No. 6

ARTRITIS Y MEDICAMENTOS

Los analgésicos antiinflamatorios alivian algunos síntomas producidos por la artritis, tales como inflamación, hinchazón, rigidez y dolor en las articulaciones, no obstante estos medicamentos no curan la artritis, y sus efectos duran solamente mientras siga tomándolos.



Debe consultar con el médico los riesgos y beneficios derivados del uso de estos medicamentos, sobre todo en personas mayores de 40 años ya que el riesgo de que se produzcan los efectos secundarios aumenta con la edad.

COMO AFECTA EL USO DE ESTOS MEDICAMENTOS EN ANCIANOS

El paciente geriátrico es más sensible a los efectos tóxicos de estos medicamentos, debido a que es más propenso a sufrir disfunción renal o hepática.

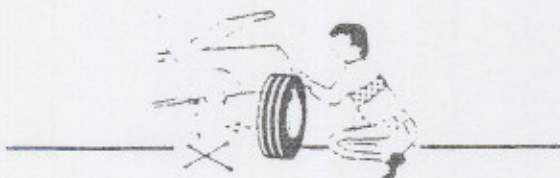


Este grupo de personas presentan riesgo particular en el incremento del nivel de potasio, especialmente cuando existen problemas de riñón.

FOLLETO EDUCATIVO

HOJA INTERNA: Lado No. 7

Este grupo de medicamentos pueden producir molestias gastrointestinales, por lo que **NO DEBE** consumirlos si padece de úlcera péptica activa, gastritis o colitis ulcerosa.



Algunas personas pueden experimentar síntomas importantes del sistema nervioso central, por lo que se recomienda no realizar trabajos peligrosos ni conducir automóvil si se siente mareado.

Es probable que se produzcan ciertos efectos secundarios tales como confusión, hinchazón o disminución repentina de la orina.



Para el uso de los analgésicos antiinflamatorios se debe evaluar los riesgos y beneficios que proporcionan, y es una decisión a tomar entre usted y el médico.



FOLLETO EDUCATIVO

HOJA INTERNA: Lado No. 8

NO OLVIDE INFORMAR AL MEDICO O FARMACEUTICO LO SIGUIENTE:

- Sí ha presentado una reacción de tipo alérgico a este grupo de medicamentos o a alguna sustancia como a ciertos alimentos conservantes o colorantes.
- Sí padece de otro problema de salud.
- Sí está tomando cualquier otro medicamento.
- Sí se produce cualquiera de los siguientes efectos:
 - * Hemorragia.
 - * Erupción cutánea.
 - * Mareos, somnolencia.
 - * Dolor de cabeza, especialmente por la mañana.



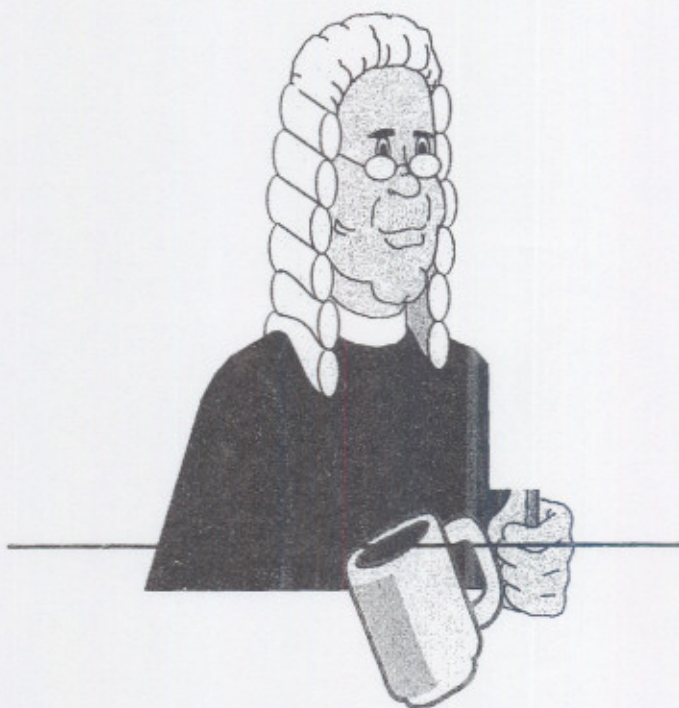
USO ADECUADO DE ESTOS MEDICAMENTOS.

- Para disminuir las molestias de estómago, estos medicamentos se deben tomar 30 minutos antes o después de las comidas, no obstante después de varios días, tome el medicamento con alimentos o con un antiácido.

FOLLETO EDUCATIVO

HOJA MEDIA: Lado No. 9

- No mezcle la forma líquida de los analgésicos.
- No debe mezclar estos medicamentos con anticoagulantes, hipoglucemiantes orales ni tetraciclinas.
- Tome los comprimidos o las cápsulas con un vaso de agua, además no se acueste en un lapso de 15 a 30 minutos después de tomar el medicamento. Esto contribuye a evitar irritaciones que pueden dar lugar a problemas para tragar.
- Para las personas que usan supositorios, si se encuentra demasiado blando para insertarlo, enfríelo en la nevera durante 30 minutos y luego introdúzcalo profundamente en el recto



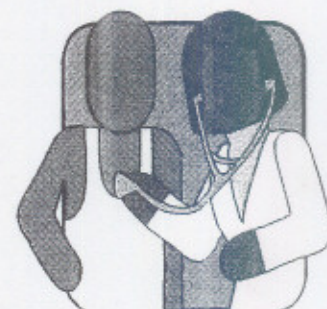
FOLLETO EDUCATIVO

HOJA MEDIA: Lado No. 10

- No tome mayor ni menor cantidad de la medicina que le han indicado porque puede aumentar la posibilidad de producir efectos no deseados.



- Visite al médico con regularidad para que compruebe la evolución de su enfermedad.



CONSEJOS PARA LA BUENA UTILIZACION Y ALMACENAMIENTO DE LOS MEDICAMENTOS

1. CUMPLA LOS HORARIOS DE LAS TOMAS:

Es conveniente tener el hábito de tomar la medicación siempre a la misma hora, así evitará posibles olvidos. Si olvida alguna toma, es mejor esperar la próxima, sobre todo **NO DUPLIQUE NUNCA LA DOSIS.**

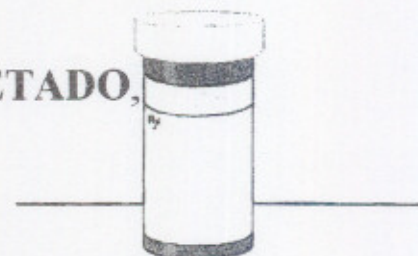


DÍA	HORA	
NOMBRE MEDICAMENTO PARA FECHA DOSIS		

FOLLETO EDUCATIVO

HOJA EXTERNA: Lado No. 11

2. **LA MEDICACION DEBE TOMARSE EXACTAMENTE COMO LE HAN RECETADO,** no deje de tomarla, ni cambie la dosis sin la autorización del médico.



3. **CUIDADO CON LOS MEDICAMENTOS:** informe siempre al médico o al farmacéutico de todos los medicamentos que ya está tomando.



4. **LA MEDICINA ES PARA USO PERSONAL:** Un medicamento que sea bueno para usted puede ser perjudicial para otras personas.

5. **DESCARTE LAS PASTILLAS** que cambien de color, olor, apariencia dudosa si están rotas o vencidas.



6. **CONSERVE LOS MEDICAMENTOS EN UN LUGAR FRESCO Y SECO:** No en la cocina ni en el baño.

FOLLETO EDUCATIVO

HOJA EXTERNA: Lado No. 12

7. **MANTENGA LOS MEDICAMENTOS FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS.**

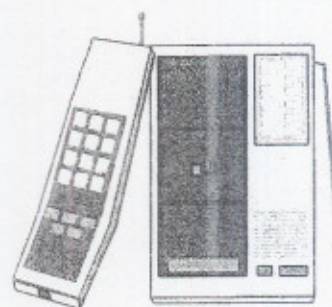


8. **GUARDE CUIDADOSAMENTE SU MEDICINA:**

En un recipiente adecuado si no viene en su empaque original, identifíquelo con el nombre del medicamento, para que se conserve bien y así le produzca el efecto esperado cuando se lo tome.

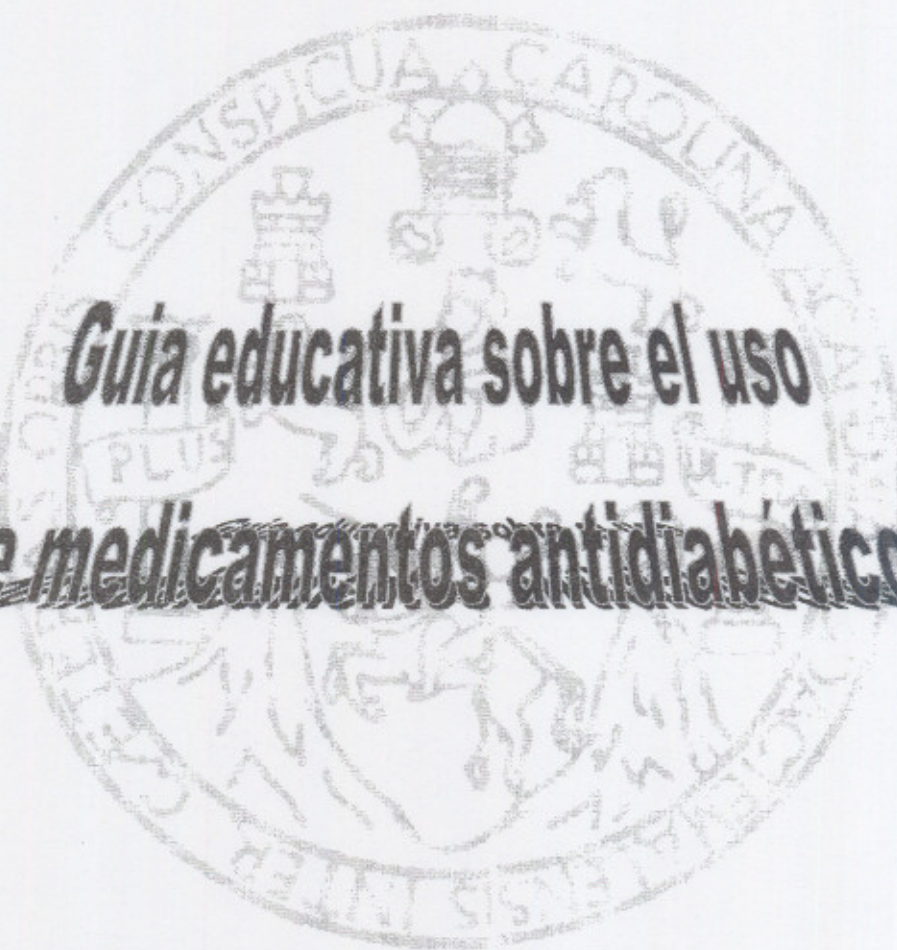
9. **SOLICITE INFORMACION:**

Si tiene alguna duda o necesita conocer mas detalles, consulte a su médico, o bien llame al Centro Guatemalteco de Información de Medicamentos CEGIMED a los teléfonos: 2539905, 2300184 y 2300539.



Elaborado por:
Departamento de Farmacología.
Universidad San Carlos de Guatemala.
Edna Dinet González Velásquez (AUTORA).

CLUB DEL DIABETICO



*Guía educativa sobre el uso
de medicamentos antidiabéticos*

**Centro de Atención Médica
Integral para Pensionados
CAMIP**

**PROGRAMA EDUCATIVO
PARA EL CLUB DEL DIABETICO
CONTENIDO DE LA PLATICA**

¿QUE ES LA DIABETES ?

Es una enfermedad que dificulta el control de la cantidad de azúcar (glucosa) en la sangre, debido a que el páncreas no produce insulina suficiente para que el organismo procese la glucosa correctamente.

La insulina es una hormona que ayuda al cuerpo a convertir el azúcar de los alimentos en energía.

DIABETES EN EL ADULTO - ANCIANO

Es un tipo de diabetes en donde el páncreas produce insulina, pero sin embargo el cuerpo no es capaz de utilizarla.

¿POR QUE ES MAS COMUN LA DIABETES EN ANCIANOS?

Generalmente en los ancianos existe una reducción de la tolerancia a la glucosa (azúcar) debido a los siguientes factores :

- Disminución de la acción de la insulina.
- Reducida actividad física
- Variación en la dieta
- Sobrepeso (obesidad)

PUEDEN LOS ALIMENTOS CAUSAR EXCESO DE AZUCAR EN LA SANGRE

SI, si usted toma la siguiente actitud:

- Comer alimentos tales como dulces, pasteles, atoles, postres, aguas gaseosas, licor.
- Comer demasiado de una vez.
- Cuando las porciones de comida son demasiado grandes.
- Cuando la comida está mal balanceada.

En las personas con diabetes ,las comidas mal balanceadas, muy abundantes o dulces pueden hacer que el azúcar suba rápidamente en la sangre y la insulina necesitará mucho tiempo para hacer bajar ese nivel, si permite que suceda esto con frecuencia, **NO PODRA CONTROLAR LA DIABETES.**

Es importante que realice un plan balanceado de alimentación, ya que de esta manera el nivel de azúcar subirá lentamente en la sangre, y así la insulina ejercerá un mejor control sobre ella, con lo que logrará sentirse mejor.

Es importante el CAMBIO de los hábitos alimenticios tales como:

- * Reducción en el consumo de alimentos ricos en azúcar, y grasa animal.
- * Reducción de peso corporal.
- * Comer en horarios regulares y en forma balanceada.
- * Consumir alimentos ricos en fibra como verduras, frutas, cereales y granos.

COMO CONTRIBUYE EL EJERCICIO EN EL CONTROL DE LA DIABETES.

- El ejercicio baja el azúcar en la sangre porque el cuerpo quema más energía.
- Mejora la capacidad del muslo para usar adecuadamente la insulina.

- Permite la reducción de peso.
- Mejora la calidad de vida.
- Es parte integral en el tratamiento junto con la dieta y los alimentos

¿CUANDO HACER EJERCICIOS ?

Es importante programar los ejercicios a la misma hora todos los días.

De esta manera se aprende a balancear los ejercicios con el plan de alimentación y la medicación para la diabetes.

Se recomienda realizar un plan de ejercicios para el tiempo en que la insulina o las píldoras no estén funcionando en su apogeo.

Debe tenerse cuidado al hacer ejercicios muy tarde, ya que el azúcar en la sangre puede bajar demasiado cuando usted se encuentre dormido y por lo tanto no puede efectuar el tratamiento necesario.

TRATAMIENTO CON MEDICAMENTOS.

Existen dos grupos de medicamentos usados para el tratamiento de la diabetes

I. INSULINA

Sustituye la insulina que el páncreas no puede producir, permitiendo al organismo utilizar la glucosa contenida en los alimentos. Generalmente la utilizan pacientes adolescentes y jóvenes.

La definición de la dosis exacta es muy importante, por lo que no debe administrarse más insulina de lo que el médico indique, para evitar el desarrollo de una crisis hipoglucémica. Por otra parte al administrar insulina en cantidad insuficiente, los

niveles de azúcar(glucosa) en sangre no disminuyen adecuadamente.

El ajuste de la dosis de insulina se basa en las concentraciones de azúcar en sangre y en orina, cualquier cambio de un tipo de insulina a otro, o un cambio en el régimen de la dosis requiere precaución y supervisión del médico o farmacéutico, ya que las consecuencias pueden ser fatales. Es mejor controlar el nivel de azúcar antes y dos horas después de cada comida.

La insulina nunca puede tomarse por la boca, pues en el estómago es destruida y pierde su efecto. Generalmente la insulina se inyecta antes de las comidas o en la mañana, y es preciso cambiar el sitio de inyección, para evitar problemas de la piel.

Al comenzar un tratamiento con insulina, es importante que el médico y el farmacéutico sepan si usted toma cualquiera de los siguientes medicamentos:

Prednisona : ya que puede aumentar el niveles de azúcar en la sangre.

Bloqueantes beta adrenérgicos: es posible que una persona con diabetes no se de cuenta que su nivel de azúcar ha bajado, y no tome las medidas inmediatas para tratarlo.

COMO INYECTARSE LA INSULINA?

1. Lávese las manos.
2. Coloque el frasco entre sus manos y frótelo.
3. Elimine la capa protectora, pero no quite el tapón de hule.
4. Introduzca la jeringa en el frasco, y tome la cantidad de insulina indicada.
5. Elimine cualquier burbuja de aire que quede dentro de la jeringa.
6. Asegúrese de tener la dosis necesaria.
7. Limpie el sitio de inyección con una torunda de algodón y alcohol.

8. Introduzca la jeringa en forma vertical y presione.
9. Extraiga la jeringa y descártela.
10. Utilice área distinta para la siguiente inyección, para no dañar la piel.

II. ANTIDIABETICOS ORALES.

Son los medicamentos que disminuyen el alto contenido de azúcar en la sangre, permitiendo que el páncreas produzca insulina. Lo utilizan los pacientes que no dependen de insulina para tratar su enfermedad, generalmente son pacientes adultos y ancianos.

La dosis de los medicamentos antidiabéticos debe de ser individualizada, ajustada al nuevo estilo de vida y a la dieta del paciente.

Dentro de los medicamentos antidiabéticos existen algunos que no se recomiendan para personas que tienen exceso de peso (obesas), ya que disminuye su eficacia y pueden aumentar mas su peso corporal, por lo que es recomendable que utilicen metformin, ya que es menos probable que cause aumento de peso.

En personas ancianas debe iniciarse el tratamiento con una dosis baja y luego se incrementa progresivamente, especialmente si se esta tomando metformin, tolbutamida y glibenclamida .

El consumo de alcohol juntamente con los medicamentos antidiabéticos e insulina debe limitarse, porque puede causar disminución del nivel de azúcar (glucosa) en sangre, provocando una crisis hipoglicémica.

Las personas de edad avanzada pueden ser más sensibles a los medicamentos antidiabéticos y a presentar alteraciones hepáticas renales y cardíacas.

NO OLVIDE INFORMAR AL MEDICO O FARMACEUTICO LO SIGUIENTE:

- Si alguna vez a presentado algún tipo de alergia a los medicamentos antidiabeticos o a alguna sustancia como a ciertos alimentos conservantes o colorantes.
- Si está tomando cualquiera de los siguientes medicamentos: para el control del apetito, asma, tos, resfriados, alergias, aspirina, anticoagulantes, esteroides y cualquier otro medicamento.
- Si el sol le produce una reacción importante consulte a su médico, el tratamiento con medicamento para combatir la diabetes en los ancianos debe cumplirse exactamente como el médico lo ha indicado, a fin de evitar inútiles complicaciones y no olvide que el tratamiento de la diabetes va dirigido a evitar complicaciones.

La diabetes pobremente controlada, conducirá al aparecimiento temprano de complicaciones crónicas, produciendo daños en varias partes del cuerpo tales como :

Ceguera.

Mal funcionamiento de los riñones.

Daño en los nervios.

Frecuentes infecciones.

Ataque cardíaco y muerte

¿CUANDO SE COMPLICA LA DIABETES?

Existe complicación de la diabetes cuando no se logra normalizar los niveles de azúcar en la sangre y suceden 2 fenómenos:

CRISIS

HIPOGLICEMICA

(baja el azúcar)

CAUSADA POR

- Dosis excesiva de insulina o de pastillas para la diabetes.
- Consumo de alimentos inadecuado u horario retrasado
- Actividad física repentina o prolongada.

SINTOMAS

CONDUCTA : debilidad, mareos.

PIEL : pálida y húmeda.

ALIENTO : olor normal.

HAMBRE : presente.

LENGUA : mojada.

SED : ausente.

RESPIRACION: de normal a superficial.

TEMBLORES, COMA O MUERTE.

CRISIS

HIPERGLICEMICA

(sube el azúcar)

CAUSADA POR

- Dosis del medicamento retrasada u olvidada.
- Consumo extra de alimentos.
- Infección o enfermedad.

SINTOMAS.

- CONDUCTA: somnolencia.

- PIEL: sonrojada y seca.

- ALIENTO: olor frutal.

- VOMITOS: presente.

- LENGUA: seca.

- SED: presente

- RESPIRACION: profunda y trabajosa.

- PERDIDA DE LA
CONCIENCIA

TRATAMIENTO DE URGENCIA

- Comer o beber algo dulce
- Llamar al médico.

TRATAMIENTO DE URGENCIA

- Llamar al médico.
- Administrar líquidos sin azúcar si la persona esta consciente.

NOTA

ESTAS REACCIONES SON OPUESTAS Y REQUIEREN TRATAMIENTO OPUESTO, SIN EMBARGO SI EXPERIMENTA PERDIDA DE LA CONCIENCIA ES IMPORTANTE QUE COMA O BEBA ALGO DULCE.

RECOMENDACIONES ESPECIALES

Informe a su médico si ha presentado alguna reacción alérgica a la insulina, a los medicamentos antidiabéticos, o si es alérgico a algunas sustancias, alimentos, conservantes o colorantes.

No olvide informar al médico, farmacéutico o enfermera si presenta algún problema nuevo de salud, así como antes de empezar a utilizar cualquier otro medicamento (con receta médica o sin ella).

Es muy importante que visite al médico con regularidad para que compruebe la evolución de su enfermedad y ajuste la dosificación del medicamento.

No tome otros medicamentos que no han sido recetados por el médico, por que pueden complicar su diabetes.

haga ejercicio y tome sus medicamentos todos los días, ya que esto le permitirá tener control exitoso de su enfermedad (azúcar en la sangre).

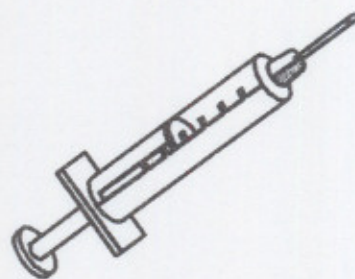
USO CORRECTO DE ESTOS

MEDICAMENTOS

- Lavarse las manos antes de tomar o inyectar su medicina.
- Asegúrese de que tiene el tipo de insulina y la concentración que su médico le ha recetado. No agite el frasco vigorosamente (con fuerza).
- Guarde la insulina en la parte baja del refrigerador, no en el congelador.
- No utilice la insulina si aparentemente tiene grumos o granos, si parece más espesa de lo habitual, si se observa un poco coloreada, si contiene cristales o el frasco está congelado.
- Guarde su medicina en un lugar fresco y seguro, no la guarde en el baño ni en la cocina.
- No deje los medicamentos al alcance de los niños, ES PELIGROSO.
- Descarte las pastillas que cambien de color, olor, apariencia dudosa, si están rotas o vencidas.
- Si tiene alguna duda sobre medicamentos consulte a su Médico, Químico Farmacéutico o bien llame al Centro Guatemalteco de Información de Medicamentos (CEGIMED), a los teléfonos: 2539905, 2300539 y 2300184.

FOLLETO EDUCATIVO
HOJA EXTERNA: LADO No. 1

CLUB DEL DIABETICO



*Folleto educativo sobre el uso
de medicamentos antidiabéticos*

Centro de Atención Médica
Integral para Pensionados
CAMIP

FOLLETO EDUCATIVO

HOJA EXTERNA: Lado No. 2



¿QUE ES LA DIABETES?

Es una enfermedad que dificulta **EL CONTROL** de la cantidad de azúcar(glucosa) en la sangre, ya que el páncreas no produce insulina suficiente para que el organismo procese la glucosa correctamente.

POR QUE ES MAS COMUN LA DIABETES EN ANCIANOS

- * Debido a la disminución de la acción de la insulina.
- * A la poca actividad física.
- * A variaciones en la dieta.
- * Por sobrepeso(obesidad).

PUEDEN LOS ALIMENTOS CAUSAR EXCESO DE AZUCAR EN LA SANGRE.

Si, si adopta la siguiente actitud:

- . Al comer pasteles, dulces, atoles, aguas gaseosas, postres, licor.
- . Comer demasiado de una vez
- . Cuando las porciones de comida son demasiado grandes y mal balanceadas.



Si permite que suceda esto con frecuencia, **NO podrá CONTROLAR LA DIABETES.** Es importante el cambio de los hábitos alimenticios tales como:

- * Reducir el consumo de alimentos ricos en azúcar y grasa animal
- * Reducción de peso corporal.
- * Comer en horarios regulares y en forma balanceada.
- * Consumir alimentos ricos en fibra, como verduras, frutas, cereales y granos.

FOLLETO EDUCATIVO

HOJA MEDIA: Lado No. 3

COMO CONTRIBUYE EL EJERCICIO EN EL CONTROL DE LA DIABETES

- Baja el azúcar en la sangre porque el cuerpo quema más energía.
- Mejora la capacidad del músculo para usar adecuadamente la insulina.
- Permite la reducción de peso.
- Mejora la calidad de vida.
- Es parte integral en el tratamiento junto con la dieta.

CUANDO HACER EJERCICIOS

Se recomienda un plan de ejercicios para el tiempo en que la insulina o pildoras no estén funcionando en su apogeo.

Debe tenerse cuidado al hacer ejercicios muy tarde ya que el azúcar puede bajar demasiado cuando esté dormido, por lo que no podrá efectuar el tratamiento necesario.

Programe los ejercicios a la misma hora y aprenda a balancear: alimentación, ejercicios y medicación.



TRATAMIENTO PARA COMBATIR LA DIABETES

Hay dos grupos de medicamentos para el tratamiento de la diabetes

1. INSULINA INYECTADA

Sustituye la insulina que el páncreas no puede producir, permitiéndole al organismo utilizar la glucosa contenida en los alimentos. Generalmente la utilizan adolescentes y jóvenes

2. MEDICAMENTOS ANTIDIABETICOS

Disminuyen el alto contenido de azúcar en la sangre, permitiendo que el páncreas produzca insulina. Generalmente los utilizan adultos y ancianos.

FOLLETO EDUCATIVO

HOJA MEDIA: Lado No. 4

INSULINA

Utilizar la DOSIS EXACTA DE INSULINA es muy importante, por lo que NO DEBE administrarse más insulina de lo que el médico indique, para evitar el desarrollo de una crisis hipoglucémica (baja de azúcar).



Por otra parte, al administrar insulina en cantidad insuficiente, los niveles de azúcar (glucosa) en sangre no disminuyen adecuadamente.

Cualquier cambio de un tipo de insulina a otro, o un cambio en la dosis, necesita precaución y supervisión del médico o farmacéutico, ya que las consecuencias pueden ser fatales.

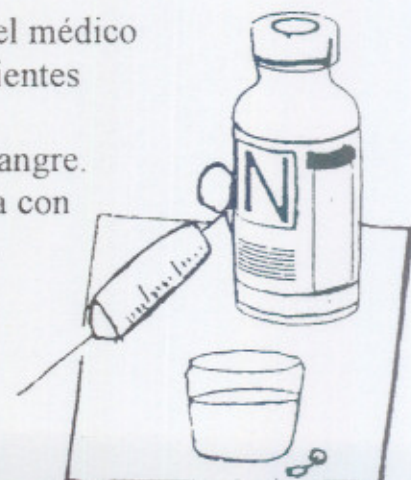
Es mejor controlar el nivel de azúcar antes de comer y 2 horas después de cada comida.

- La insulina nunca puede tomarse por la boca.
- Inyecte la insulina antes de las comidas
- Cambie el sitio de la inyección para evitar problemas de la piel.



Al comenzar un tratamiento con insulina, es importante que el médico y el farmacéutico sepan si usted toma cualquiera de los siguientes medicamentos:

- Prednisona: puede aumentar los niveles de azúcar en la sangre.
- Bloqueantes beta adrenérgicos: es posible que una persona con diabetes no se de cuenta que su nivel de azúcar ha bajado, y no tome las medidas inmediatas para tratarlo.

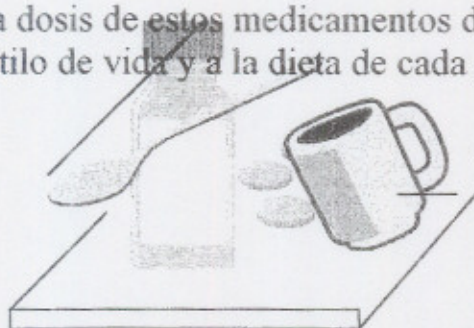


FOLLETO EDUCATIVO

HOJA INTERNA : Lado No. 5

ANTIDIABETICOS ORALES

La dosis de estos medicamentos debe de ser individualizada, ajustado al nuevo estilo de vida y a la dieta de cada persona.



Algunos medicamentos antidiabéticos no son recomendables para personas con exceso de peso (obesas), porque pueden aumentar más su peso, consulte a su médico.

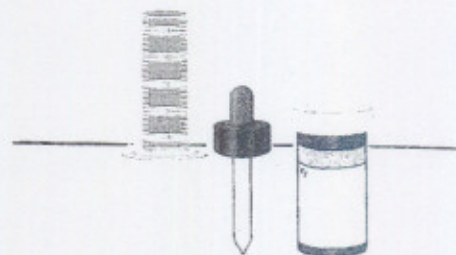
El consumo de alcohol juntamente con medicamentos antidiabéticos debe limitarse, porque puede bajar el nivel de azúcar en la sangre, provocando una crisis hipoglucémica.



El tratamiento con medicamentos para combatir la diabetes en personas de la tercera edad, debe cumplirse exactamente como el médico lo ha indicado, para EVITAR COMPLICACIONES.

INFORME al médico o farmacéutico lo siguiente :

- Si el sol le produce una reacción importante.
- Si alguna vez ha presentado algún tipo de alergia a los medicamentos antidiabéticos.
- * Si está tomando cualquiera de los siguientes medicamentos : para el control del apetito, asma, tos, resfriado, alergia, o si toma aspirina, anticoagulantes orales, esteroides y cualquier otro medicamento.



FOLLETO EDUCATIVO

HOJA INTERNA: Lado No. 6

¿CUANDO SE COMPLICA LA DIABETES?

La diabetes puede complicarse cuando no se logra normalizar los niveles de azúcar en la sangre, y suceden dos fenómenos:

CRISIS HIPOGLICEMICA

Causada por

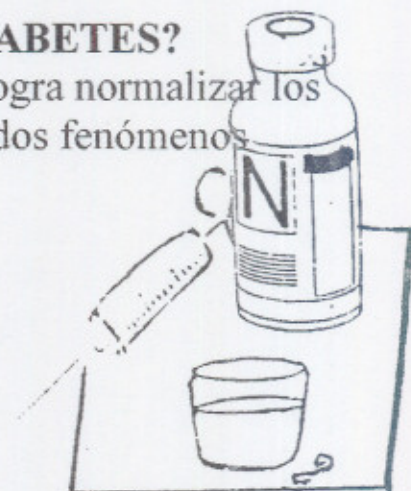
- Dosis excesiva de insulina o de pastillas para la diabetes.
- Consumo de alimentos en forma inadecuada o retrasada.
- Actividad física repentina o prolongada.

Cuales son los síntomas

Conducta : debilidad, mareo.
 Piel : pálida y húmeda
 Aliento : olor normal.
 Respiración: normal a superficial.
 Hambre : presente.
 Lengua : mojada.
 Sed : ausente.
 Temblor, coma o muerte.

Tratamiento de urgencia

- * Comer o beber algo dulce.
- * Llamar al médico.



FOLLETO EDUCATIVO

HOJA INTERNA LADO No. 7

CRISIS HIPERGLICEMICA

Causada por

- Dosis del medicamento retrasada u olvidada.
- Consumo extra de alimentos (exceso al comer).
- Infección o enfermedad



Cuales son los síntomas

Conducta: somnolienta.
 Piel: sonrojada y seca.
 Aliento: olor frutal.
 Respiración: profunda y trabajosa.
 Vómitos: presente.
 Lengua: seca.
 Sed: presente.
 Pérdida de la conciencia.



Tratamiento de urgencia

- Llamar al médico.
- Administrar líquidos sin azúcar si la persona está consciente.



NOTA

ESTAS REACCIONES SON OPUESTAS Y REQUIEREN TRATAMIENTO OPUESTO, SIN EMBARGO SI EXPERIMENTA PERDIDA DE LA CONCIENCIA ES IMPORTANTE QUE COMA O BEBA ALGO DULCE

FOLLETO EDUCATIVO

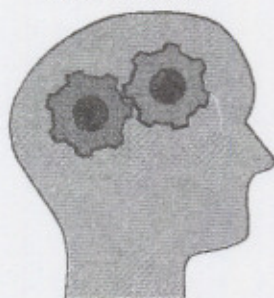
HOJA INTERNA: Lado No. 8

La Diabetes pobremente controlada, puede ocasionarle complicaciones crónicas, produciendo daños en varias partes del cuerpo, tales como :

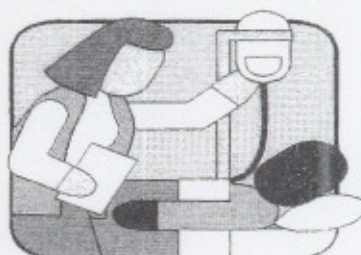
CEGUERA



DAÑO EN LOS NERVIOS



FRECUENTES INFECCIONES



MAL FUNCIONAMIENTO DE LOS RIÑONES

ATAQUE CARDIACO Y MUERTE

DIFICIL CICATRIZACION DE HERIDAS

RECOMENDACIONES ESPECIALES

INFORME A SU MEDICO O FARMACEUTICO LO SIGUIENTE:

- * Si ha presentado alguna reacción alérgica a la insulina, a los medicamentos antidiabéticos, alimentos, conservantes o colorantes.
- * Si presenta algún problema nuevo de salud
- * Antes de empezar a utilizar cualquier otro medicamento (con receta médica o sin ella).

FOLLETO EDUCATIVO

HOJA MEDIA: Lado No. 9

EVITE CADA UNO DE LOS SIGUIENTES ASPECTOS

- Tomar medicamentos que no han sido recetados por el médico, porque pueden complicar su diabetes.



- Consumir ALCOHOL, porque puede bajar demasiado el nivel de azúcar en la sangre.



- Abandonar el tratamiento ni cambiar la dosis, si no se lo ha indicado el médico.

- Fumar, porque dificulta la circulación de la sangre.



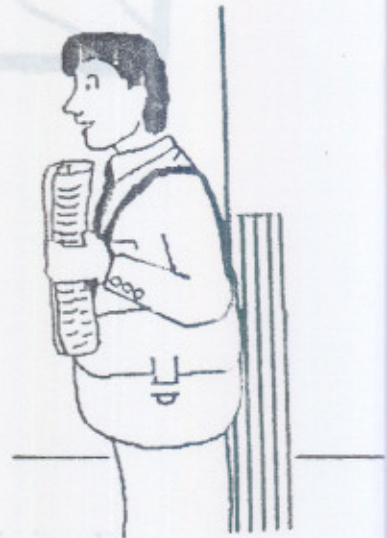
- Usar la medicina si ya está vencida.

FOLLETO EDUCATIVO

HOJA MEDIA: Lado No. 10

ASPECTOS MUY IMPORTANTES QUE DEBE TOMAR EN CUENTA

- * Visite al médico con regularidad, para que compruebe la evolución de su enfermedad y ajuste la dosificación del medicamento.
- * Siga cuidadosamente su régimen alimenticio.
- * La receta médica es personal, no para familiares o vecinos, **NO SE AUTOMEDIQUE.**
- * Al ir de viaje lleve todo lo que necesita para su diabetes, en un bolso o cartera, para evitar que se le pierda.
- * La insulina y los medicamentos antidiabéticos mantienen su potencia hasta la fecha de vencimiento, solamente si se guarda y usa correctamente.
- * Es muy importante que entienda su condición, balancee su dieta, ejercicio y medicamentos todos los días, ya que esto le permitirá tener control exitoso sobre su enfermedad (nivel de azúcar en la sangre).



Guarde la insulina en la parte baja del refrigerador, no en el congelador.

FOLLETO EDUCATIVO

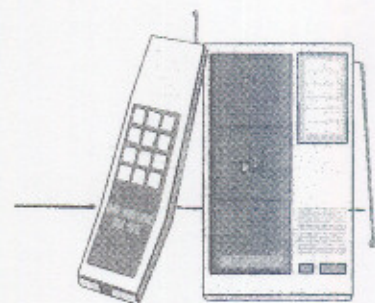
HOJA EXTERNA: Lado No. 12

Guarde la medicina en un lugar fresco, no la guarde en el baño ni en la cocina

No deje los medicamentos al alcance de los niños,
ES PELIGROSO.

Descarte las pastillas que han cambiado de color, olor, apariencia dudosa, si están rotas o vencidas.

Si tiene alguna duda sobre medicamentos, consulte a su Médico, Químico Farmacéutico, o bien llame al Centro Guatemalteco de Información de Medicamentos (CEGIMED), teléfonos: 2539905 y 3300539



Elaborado por
Departamento de Farmacología
Universidad San Carlos de Guatemala.
Edna Dinet González Velásquez (AUTORA)

ANEXO No. 6

**3. VALIDACION DE LA PLATICA Y EL PANFLETO
ELABORADOS COMO
MATERIAL EDUCATIVO
PARA EL CLUB DEL
DIABETICO
HIPERTENSO
Y ARTRITICO**

**OPINION DE LA PLATICA
PARA EL CLUB DEL HIPERTENSO**

**A CONTINUACION ENCONTRARA UNA SERIE DE PREGUNTAS,
PARA RESPONDERLAS SUBRRAYE LA QUE CONSIDERE
CORRECTA, LA PREGUNTA "0" LE SIRVE DE EJEMPLO:**

- 0) Qué actividad se celebra cada 15 de septiembre?
- a) El día de la Independencia de Guatemala.
 - b) El día de la madre.
 - c) El día del padre.
- 1) Si usted observa que orina un poco más de lo normal, qué actitud tomaría?
- a) Aumentar la dosis del medicamento.
 - b) Tomar frescos de naranja o limón.
 - c) No le daría importancia.
- 2) Considera correcto abandonar el tratamiento cuando siente un poco de Mejoría?
- a) Si.
 - b) No.
- 3) Si olvida una dosis del medicamento, qué actitud tomaría?
- a) Duplica la dosis.
 - b) No le da importancia.
 - c) Espera la siguiente dosis.
- 4) A quien acudiría si necesita información sobre algún medicamento?
- a) Al médico o Químico Farmacéutico.
 - b) Al vecino o compadre.
 - c) A Familiares o amigos.
- 5) Qué otra información le gustaría que se incluyera?

VALIDACION DE LA PLATICA IMPARTIDA AL CLUB DEL HIPERTENSO

PREGUNTA No. 1: Si usted observa que orina un poco más de lo normal, que actitud tomar

	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	Aumentar la dosis del medicamento	00	0.00
B	Tomar frescos de naranja y limón.	26	92.85
C	No le daría importancia	2	7.15
		N = 28	

PREGUNTA No. 2: Considera correcto abandonar el tratamiento cuando siente un poco de mejoría?

	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	SI	2	7.15
B	NO	26	92.85
		N = 28	

PREGUNTA No. 3: Si olvida una dosis del medicamento, qué actitud tomaría?

	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	Duplica la dosis	1	3.57
B	No le da importancia	0	0.00
C	Espera la siguiente dosis	27	96.43
		N = 28	

PREGUNTA No. 4: A quien acudiría si necesita información sobre algún medicamento?

	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	Al médico	27	96.43
B	Al vecino	1	3.57
C	A familiares o amigos	0	00
		N = 28	

**OPINION SOBRE EL PANFLETO
PARA EL CLUB DEL HIPERTENSO**

**A CONTINUACION ENCONTRARA UNA SERIE DE PREGUNTAS,
PARA RESPONDERLAS SUBRRAYE LA QUE CONSIDERA
CORRECTA.**

1. Cual es su opinión en general, sobre la información que se encuentra en el folleto que se le dio.
 - a) Es útil.
 - b) No aporta nada importante.
 - c) Las explicaciones son muy confusas.

2. Le gusta la forma y tamaño del panfleto?
 - a) Sí.
 - b) No.

- 3) Al tomar un comprimido o una cápsula, usted utilizaría?
 - a) Agua.
 - b) Leche
 - c) Jugo de frutas.

- 4) Al tomar otros medicamentos que no han sido recetados por el médico, podría controlar adecuadamente su presión?
 - a) Sí.
 - b) No.

VALIDACION DEL PANFLETO PARA EL CLUB DEL HIPERTENSO

PREGUNTA No. 1: Cual es su opinión en general, sobre la información que se encuentra en el folleto que se le dio.

	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	Es útil	28	100
B	No aporta nada importante	00	00
C	Las explicaciones son muy confusas	00	00

PREGUNTA No. 2: Le gusta la forma y tamaño del panfleto?

	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	SI	27	96.43
B	NO	00	00.0
C	No contestó	1	3.57

PREGUNTA No. 3: Al tomar un comprimido o una cápsula, usted utilizaría:

	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	Agua	28	100
B	Leche	00	00
C	Jugo de frutas	00	00

PREGUNTA No. 4: Al tomar otros medicamentos que no han sido recetados por el médico, cree que podría controlar adecuadamente su presión?

	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	SI	1	3.57
B	NO	27	96.43

**OPINION DE LA PLATICA
DIRIGIDA AL CLUB DEL ARTRITICO**

**A CONTINUACION ENCONTRARA UNA SERIE DE PREGUNTAS,
PARA RESPONDERLAS SUBRAYE LA QUE CONSIDERE
CORRECTA, LA PREGUNTA "0" LE SIRVE DE EJEMPLO:**

- 0) En que fecha se celebra el día de la madre?
- a) 10 de mayo.
 - b) 15 de septiembre.
 - c) 17 de junio.
- 1) Cual es el lugar más adecuado para guardar la medicina?
- a) En la cocina.
 - b) En el baño.
 - c) En un lugar fresco y seguro.
- 2) Si experimenta molestias gastrointestinales por el uso de estos medicamentos, como resuelve su situación?
- a) Suspender el tratamiento para siempre.
 - b) No dándole importancia.
 - c) Consultar con el médico.
- 3) Al ingerir un comprimido o una cápsula usted lo toma con:
- a) Un vaso de leche.
 - b) Un vaso de agua.
 - c) Jugo de frutas.
- 4) Ha sido fácil su comprensión?
- a) Si.
 - b) No.
- 5) Qué otra información le gustaría que se incluyera?

VALIDACIÓN DE LA PLÁTICA IMPARTIDA AL CLUB DEL ARTRITICO

REGUNTA No. 1: Cual es el lugar más adecuado para guardar la medicina?

	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	En la cocina	1	2.5
B	En el baño	0	00
C	En un lugar fresco y seco	39	97.5
		N = 40	

PREGUNTA No. 2: Si experimenta molestias gastrointestinales por el uso de estos medicamentos, como resuelve su situación?

	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	Suspender el tratamiento para siempre	1	2.5
B	No dándole importancia	1	2.5
C	Consultando con el médico	38	95.0
		N = 40	

PREGUNTA No. 3: Al tomar un comprimido o una cápsula usted utilizaría?

	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	Agua	39	97.5
B	Leche	00	00.0
C	Jugo de frutas	00	00.0
D	Todas	1	2.5
		N = 40	

PREGUNTA No. 4: Ha sido fácil su comprensión?

	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	SI	39	97.5
B	NO	1	2.5

VALIDACION DEL PANFLETO DIRIGIDO AL CLUB DEL ARTRITICO

PREGUNTA No. 1: Cual es su opinión en general sobre la información que se encuentra en el folleto que se le dio.

	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	Es útil	40	100
B	No aporta nada importante	00	00
C	Las explicaciones son confusas	00	00
		N = 40	

PREGUNTA No. 2: Le gusta la forma de presentación del panfleto?

	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	SI	40	100
B	NO	00	00
		N = 40	

PREGUNTA No. 3: Resulta fácil su comprensión?

	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	SI	40	100
B	NO	00	00
		N = 40	

PREGUNTA No. 4: En relación al tamaño del panfleto?

	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	Sería mejor aumentar su tamaño	2	5
B	Preferiría un folleto más pequeño	2	5
C	Es adecuado.	36	90
		N = 40	

PREGUNTA No. 5: Si olvida una dosis del medicamento, qué actitud tomaría?

	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	Duplica la dosis	2	5
B	No le da importancia	1	2.5
C	Espera la siguiente dosis	37	92.5

**OPINION DE LA PLATICA
PARA EL CLUB DEL DIABETICO**

**A CONTINUACION ENCONTRARA UNA SERIE DE PREGUNTAS,
PARA RESPONDERLAS SUBRAYE LA QUE CONSIDERE
CORRECTA, LA PREGUNTA "0" LE SIRVE DE EJEMPLO.**

- 0) Que actividad se celebra cada " 10 de mayo" ?
- a) Día de la Independencia de Guatemala.
 - b) Día de la madre.
 - c) Día del padre.
1. Cual es el lugar más adecuado para guardar la medicina?
- a) En la cocina.
 - b) En el armario.
 - c) En el baño.
- 2) A quién recurriría usted si necesita información sobre un medicamento?
- a) Al vecino.
 - b) Al compadre.
 - c) Al médico.
- 3) Cuales son los dos tipos de complicaciones por mal manejo de la diabetes.
- a) Atragantamiento y Dolor de cabeza.
 - b) Sueño y Palpitaciones.
 - c) Crisis hipoglicémica y Crisis hiperglicémica.
- 4) Que otra información le gustaría que se incluyera, tanto en la platica como en el panfleto.

VALIDACION DE LA PLATICA DIRIGIDA AL CLUB DEL PACIENTE DIABETICO.

PREGUNTA No. 1: Cuál es el lugar más adecuado para guardar la medicina?

	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	En la cocina	1	3.33
B	En el armario	28	93.33
C	En el baño	1	3.33
		N = 30	

PREGUNTA No. 2: A quien acudiría usted si necesita información sobre un medicamento?

	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	Al vecino	1	3.33
B	Al compadre	0	0.00
C	Al médico	29	96.67
		N = 30	

PREGUNTA No. 3: Cuáles son los dos tipos de complicaciones por mal manejo de diabetes?

	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	Atragantamiento y dolor de cabeza	0	00
B	Sueño y palpitaciones	0	00
C	Crisis hipolicémica y crisis hiperglicémica	30	100
		N = 30	

PREGUNTA No. 4: Qué otra información le gustaría que se incluyera?

1. Cómo se inyecta la insulina.
2. Sobre la nutrición.

OPINION DEL PANFLETO PARA EL CLUB DEL DIABETICO

A continuación encontrará una serie de preguntas, para responderlas seleccione la opción que crea es la correcta subrayándola. La pregunta “ 0 “ le sirve de ejemplo:

- 0) EL AVE NACIONAL DE GUATEMALA ES?
- a) Aguila.
 - b) Cóndor.
 - c) Quetzal.
- 1) CUAL ES SU OPINION EN GENERAL SOBRE LA INFORMACION QUE SE ENCUENTRA EN EL FOLLETO QUE SE LE DIO.
- a) Es útil.
 - b) No aporta nada importante.
 - c) Las explicaciones son muy confusas.
- 2) LE GUSTA LA FORMA DE PRESENTACION DEL PANFLETO?
- a) Sí.
 - b) No.
- 3) SI SE DIERA EL CASO DE QUE USTED EXPERIMENTARA ALGUN TIPO DE ALERGIA O REACCION SECUNDARIA A ALGUN MEDICAMENTO, QUE ACTITUD TOMARIA?
- a) Esperar a que se le pase el efecto, sin consultar.
 - b) Acudiría a el vecino.
 - c) Acudiría a el médico.
- 4) CON QUE DEBE TOMARSE LA MEDICINA?
- a) Con gaseosa.
 - b) Con agua.
 - c) Con alcohol.

VALAIDACION DEL PANFLETO DIRIGIDO AL CLUB DEL DIABETICO

PREGUNTA No. 1:Cuál es su opinión en general sobre la información que se encuentra en el folleto?

	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	Es útil	28	93.33
B	No aporta nada importante	2	6.67
C	Las explicaciones son muy confusas	0	0.00
		N = 30	

PREGUNTA No. 2: Le gusta la forma de presentación del panfleto?

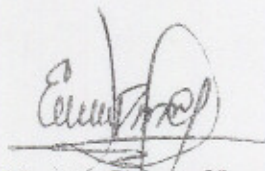
	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	SI	30	100
B	NO	00	0.00

PREGUNTA No. 3: Si se diera el caso de que usted experimentaría algún tipo de alergia o reacción secundaria a algún medicamento, que actitud tomaría?

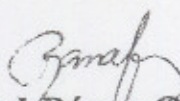
	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	Esperar a que se pase el efecto, sin consultar	0	0.00
B	Acudiría a el vecino	1	3.33
C	Acudiría a el médico	29	96.67
		N = 30	

PREGUNTA No. 4: Con que debe tomarse la medicina?

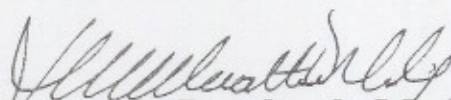
	RESPUESTA	FRECUENCIA	%
A	Con refrescos	00	0.0
B	Con agua	30	100
C	Con leche	00	0.0
		N = 30	



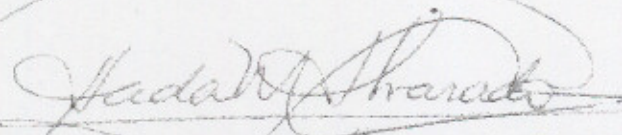
Edna Dinet González Velásquez
AUTORA



Lic. Raquel Pérez Obregón
ASESORA



Lic. Lucrecia Peralta de Madriz
DIRECTORA DE ESCUELA



Lic. Hada Marieta Alvarado Beteta.
DECANA