



# DIABETES ECHO 2019

Sesión 2:

## ENTREVISTA MOTIVACIONAL

RETOS EN EL COMPROMISO  
CON EL PACIENTE

MIGRANT CLINICIANS NETWORK



# Declaración de ausencia de conflicto de interés

**No tenemos interés alguno real o percibido relacionado con esta presentación, ni tenemos relación alguna con productos o compañías farmacéuticas, fabricantes de dispositivos biomédicos y/u otras corporaciones cuyos productos o servicios estén relacionados con áreas terapéuticas pertinentes.**



Que  
vamos a  
tratar hoy?



# PRINCIPIOS BASICOS

1

Expresé  
empatía

2

Desarrolle  
discrepancia

3

Maneje la  
resistencia

4

Apoye la  
autoeficacia



# Empatía

- ✓ Expresar compasión
- ✓ Haga buen uso de habilidades no verbales.
- ✓ Resuelva Dificultades en compañía del paciente.
- ✓ Aceptación no significa aprobación
- ✓ La neutralidad es importante.



# Discrepancia

- La discrepancia habla de las cosas que son y de cómo el paciente quiere que cambien.
- Trate de entender el fondo de la conversación de la expresada.
- Examine los determinantes sociales que afectan resultados.
- Establezca un correcto contexto cultural y lingüístico de la situación.





# Resistencia

- Escuche activamente
- Use afirmaciones no preguntas.
- Use prueba de hipótesis “Si le entiendo correctamente dice usted que” ...
- Afirmaciones y validaciones mantienen al paciente pensado.
- La Resistencia muestra que usted va demasiado rápido. Se ha pasado usted de la línea.
- No use la presión...use un lenguaje llevadero.

# Autoeficacia

1. Crea que la posibilidad de cambio es un factor importante en la entrevista motivacional
2. Describa como la falta de entendimiento de la salud dificulta el progreso.
3. Colabore escribiendo más metas con el paciente.
4. El paciente es responsable en la escogencia y el ajustamiento de los cambios en su salud.



# Recursos para los promotores de salud y sus pacientes:

## Yo tomaré el control

Entiendo que tengo diabetes mellitus. Sé que la diabetes es una enfermedad grave que tendré por el resto de mi vida. Sé que si controlo el azúcar en mi sangre reduciré el riesgo de padecer un ataque cardíaco, ceguera, daños en los riñones y problemas circulatorios.

Como sus proveedores de atención médica, le ayudaremos a mantener controlada su propia diabetes. Establecer metas y cambiar el comportamiento le ayudarán.

A 1 C Niveles de azúcar

13	330	
12	300	
11	270	Demasiado alto
10	240	
9	210	
8	180	
7	150	
6	120	Buena
5	90	
4	60	



La hemoglobina A 1 C mide en qué medida su nivel de azúcar ha estado controlado durante los últimos 3 meses. Es importante vigilar la A 1 C. También son importantes la presión sanguínea, el colesterol LDL de baja densidad y el peso.

Metas: Para controlar 1) mi A1C 2) mi presión arterial 3) mi grasa en la sangre (LDL) 4) mi peso

Fecha	A1C La ideal es 6.5	Presión arterial Buena es igual a 130/80	LDL Buena es menos de 100	Peso Mi meta: _____

This product was developed by the RWJF Diabetes Self Management Program at Community Health Center, Inc. in Middletown, CT with support from the Robert Wood Johnson Foundation in Princeton, NJ.

Haré mi mejor esfuerzo para controlar mi diabetes. Mi primer paso será asistir a mis sesiones médicas y educativas. Fecha: \_\_\_\_\_

Yellow copy: for chart

White copy: for patient

Cosas que haré.	Fecha en que comenzaré	Fechas de control (aún trabajando/manteniendo buenos hábitos)				
Controlaré el azúcar en mi sangre según las instrucciones.						
Tomaré mi medicamento						
Tomaré una aspirina al día si se me indica hacerlo.						
Haré ejercicio durante ___ min. ___ días/semana. Mi ejercicio será _____.						
Bajaré ___ libras en ___ meses.						
Comeré 3 comidas y ___ meriendas sanas al día.						
Usaré aceite de oliva/canola.						
Renunciaré a las bebidas gaseosas con azúcar.						
Dejaré/reduciré el consumo de sal.						
Consumiré porciones más pequeñas.						
Dejaré de fumar o reduciré el consumo de tabaco.						
Revisaré mis pies en forma diaria.						
Siempre estaré calzado con zapatos o pantuflas. Usaré calcetines con mis zapatos.						

This product was developed by the RWJF Diabetes Self Management Program at Community Health Center, Inc. in Middletown, CT with support from the Robert Wood Johnson Foundation in Princeton, NJ.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Nombre del paciente: \_\_\_\_\_ Fecha de nacimiento: \_\_\_\_\_  
Expediente No. \_\_\_\_\_ Yellow copy for chart; white for patient

This product was developed by the RWJF Diabetes Self Management Program at Community Health Center, Inc. in Middletown, CT with support from the Robert Wood Johnson Foundation in Princeton, NJ.

# Otro ejemplo de recursos para los promotores/as de salud y sus pacientes

Promedio de HbA1c %	Tabla de glucosa en la sangre	Cómo se puede sentir	Lo que puede hacer	Azúcar en la sangre
14.0 →	<b>PELIGROSO</b> <b>Hiperglicemia</b>  Daño al cerebro, ojos, corazón, riñones y los pies	Cansancio	<input type="checkbox"/> Siga tomando sus medicinas como se las recetó su doctor  <input type="checkbox"/> Chequee su nivel de azúcar con frecuencia y anote el número  <input type="checkbox"/> Siga su plan de comidas  <input type="checkbox"/> Beba mucha agua  <input type="checkbox"/> Evite la comida y la bebida azucarada  <input type="checkbox"/> Haga ejercicio si se puede	← 360
13.0 →		Hambre extrema		← 330
12.0 →		Infecciones		← 300
11.0 →		Mareo		← 270
10.0 →		Orina con más frecuencia		← 240
9.0 →	<b>Control insuficiente</b>  Daño al cerebro, ojos, corazón, riñones, y los pies	Problemas de la piel	<input type="checkbox"/> Siga su plan de comidas  <input type="checkbox"/> Haga ejercicio regularmente  <input type="checkbox"/> Siga tomando sus medicinas como se las recetó su doctor	← 210
8.0 →		Se siente bien		← 180
7.0 →		Se siente bien		← 150
6.5 →	<b>BUEN CONTROL</b>  Recomendado para la mayoría de personas con diabetes	Se siente bien	<input type="checkbox"/> Siga su plan de comidas  <input type="checkbox"/> Haga ejercicio regularmente  <input type="checkbox"/> Siga tomando sus medicinas como se las recetó su doctor	← 140
4.5 →				← 100
Bajo de 4.0	<b>PELIGROSO</b> <b>Hipoglicemia</b>  Daño al cerebro y corazón	Hambre extrema    Temblores  Pérdida de conciencia  Sudor frío    Confusión	<input type="checkbox"/> Chequee su nivel de azúcar. Si está menos de 70, coma 15g de azúcar (4oz de jugo o 1 cucharadita de azúcar).  <input type="checkbox"/> Espere 15min y chequee su azúcar otra vez. Si esta menos de 70, coma 15g más de azúcar.  <input type="checkbox"/> Coma una merienda con proteína, y llame a su médico si su azúcar queda menos de 80.	Bajo de 70

¿Que preguntas abiertas  
podemos usar?

# Preguntas Abiertas vrs Cerradas

## Abiertas

## **Vrs**

## Cerradas

¿Hasta donde...

Dijo usted ...?

¿Que tan frecuente...

Haga....?

¿Porque?...

Puede usted...?

Hábleme acerca de...

Así debe ser...?

Ayúdeme a entender...

Use materiales prácticos no  
escritos



# Asegúrese De Usar

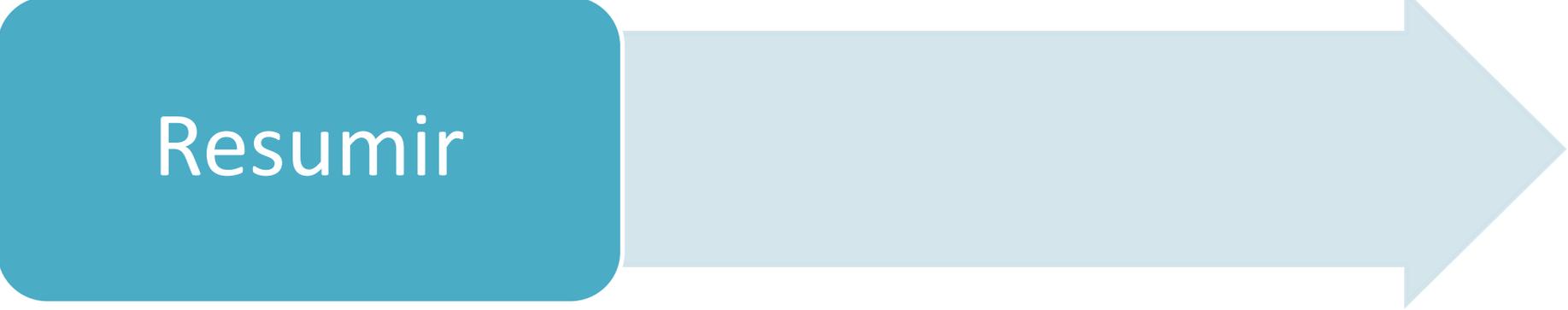
Afirmaciones



Reflexiones



Resumir

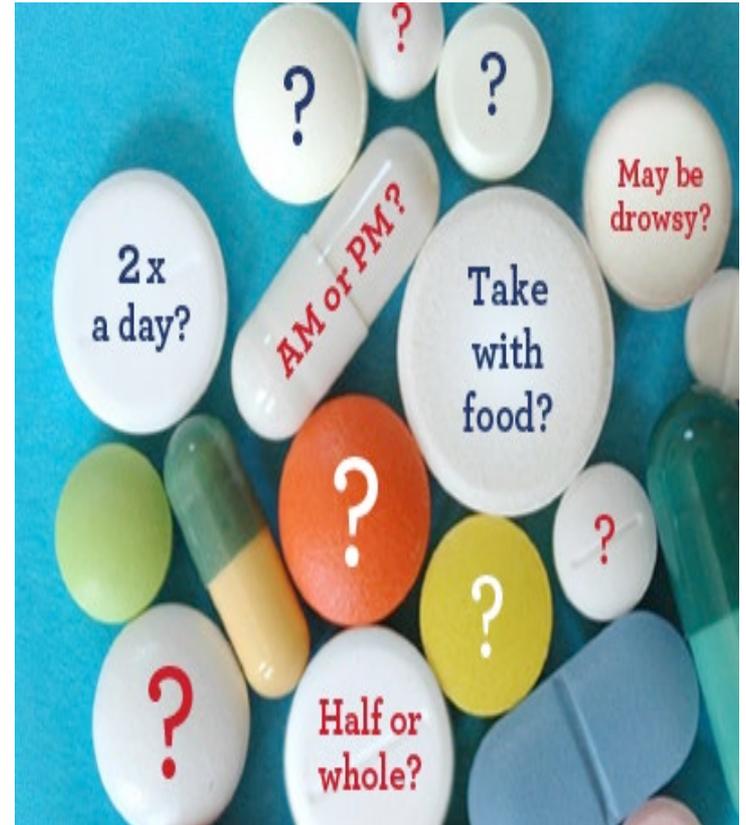


# Auto-Reflexiones Universales

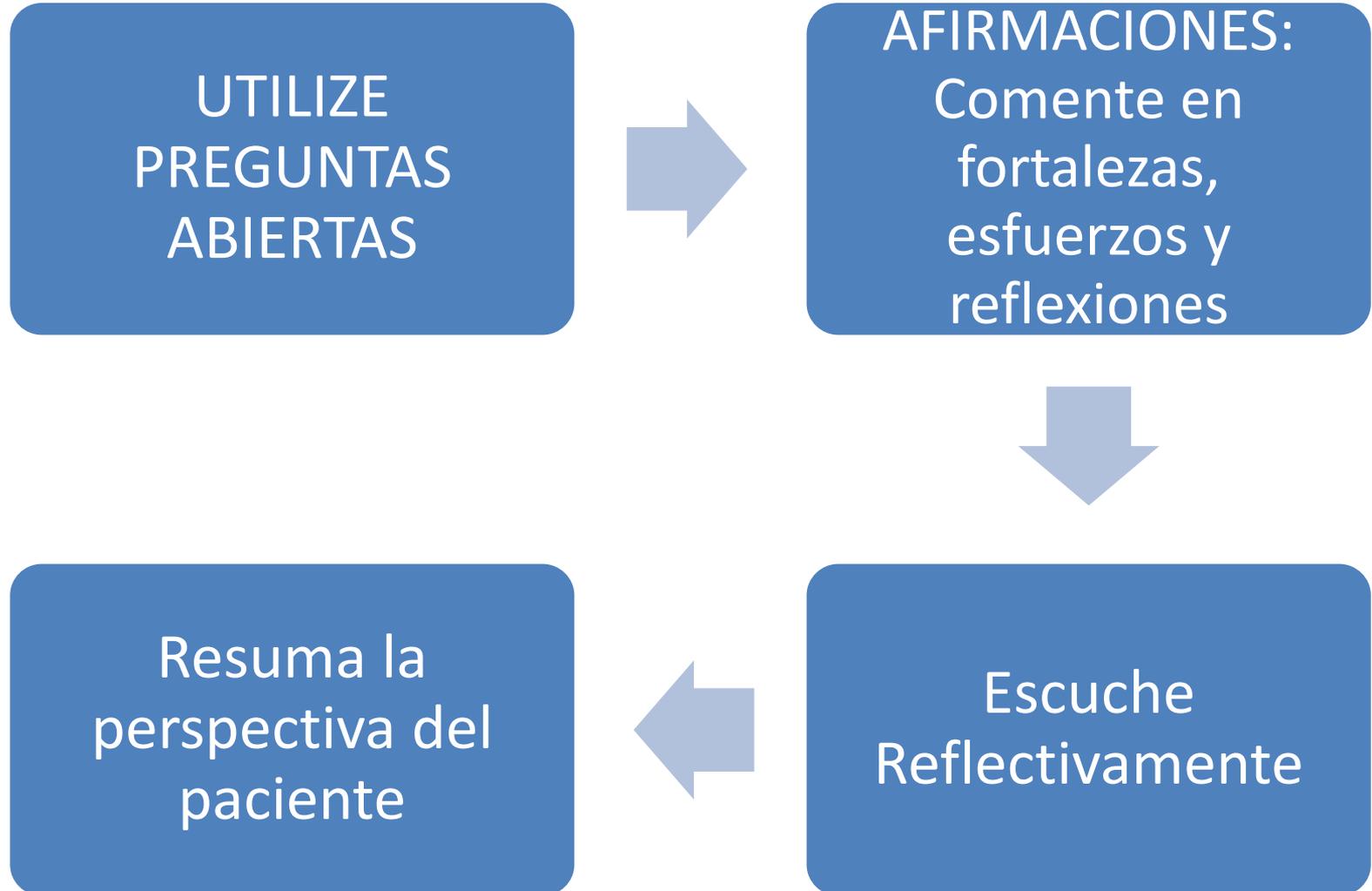
- ✓ Suena que ha sido muy difícil para usted.....
- ✓ Parece que usted no esta contento...
- ✓ Suena como si usted no estuviera de acuerdo con...
- ✓ Parece que todavía no esta listo...
- ✓ Suena como que usted tiene problemas con.....

# Errores mas comunes

- Hacer preguntas que encierren al paciente
- Confrontar y rechazar
- Creer que usted es el único experto en el tema
- Etiquetar al paciente
- Usar prematuras conclusiones
- Culpar al paciente



# RESUMEN



# Estrategias en casos de Resistencia y recaídas

- Reconozca los factores socio-determinantes que afectan la recocida.
- Explore factores de riesgo que afecten el progreso
- Reconozca si hay desinterés por aspectos de tipo cultural/ familiar.
- Exprese claridad en relación el tiempo para ver resultados.
- Examine si hay decisiones ambivalentes que contradicen lo que el paciente quiere hacer.



Tarea para la próxima sesión:

Examine que recursos locales tiene en su comunidad.



# RECURSOS

- <https://www.redalyc.org/pdf/799/79925205.pdf>
- <https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/864/VegaTocaV.pdf?sequence=1>
- <http://www.diabetes.org/food-and-fitness/food/planning-meals/create-your-plate/>
- Yo Tomaré el Control:  
[http://www.diabetesinitiative.org/resources/spanishMaterials/documents/8-CHC-SelfManagementGoals-Spanish-RWJ047915\\_resources\\_web.pdf](http://www.diabetesinitiative.org/resources/spanishMaterials/documents/8-CHC-SelfManagementGoals-Spanish-RWJ047915_resources_web.pdf)