

DEPARTAMENTO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD

Tropicalización, adaptación y adecuación de la operación de la estrategia, de acuerdo a las necesidades y requerimientos específicos de la entidad, derivado a lo anterior se generó la Estrategia Estatal para la Prevención y el Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes.

Se han brindado 23 capacitaciones en materia de operación de la Estrategia Nacional y Estatal al personal de los Servicios Estatales de Salud y al personal de los Servicios Educativos de Quintana Roo.

Se han establecido acuerdos con distintas instituciones gubernamentales de nivel municipal y estatal, a fin de fortalecer la operación y difusión de la estrategia Nacional y Estatal.

Cabe destacar que se realizó en colaboración de la Universidad de Quintana Roo, la traducción de la estrategia nacional a la lengua maya.

DEPARTAMENTO DE ENFERMEDADES NO TRASMISIBLES

Respuesta punto Primero se implemente una campaña de concientización sobre los riesgos y las consecuencias del sobrepeso y de la obesidad en edades tempranas y adolescentes.

En la actualidad en el estado de Quintana Roo se ha detectado un punto de mejora en la atención e intervención en temas de obesidad infantil, por lo cual en el presente año se tiene como meta implementar una estrategia en dos tiempos. En primer punto se realizara campaña informativa dirigida a la población en general donde se brinde información clara y precisa para concientizar en temas de prevención y control de la obesidad.

Como segundo punto, se diseñó de un proyecto de intervención en los distintos niveles educativos el cual facilitara el diagnostico de obesidad infantil y en el adolescente, así como su referencia a primer nivel para su atención y seguimiento oportuno.

Respuesta punto segundo. Informe sobre los avances en la implementación de la Estrategia Nacional para la Prevención y Control del Sobrepeso, la obesidad y la Diabetes, acciones y resultados para reducir la brecha de género en la prevalencia de diabetes.

El Estado de Quintana Roo a través de la Secretaria de Salud implementa acciones para cumplir con los lineamientos de la Estrategia Nacional para la Prevención y Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes, la cual representa el reto complejo de la salud pública de nuestros días.

En este contexto, la estrategia nacional atiende principalmente las causas del sobrepeso y obesidad a consecuencia de un desequilibrio entre la ingesta calórica elevada y una disminución del gasto energético diario. Esto a consecuencia del aumento en el consumo de alimentos ricos en carbohidratos, grasas y sal; así como también la disminución de la

actividad física, resultado del sedentarismo derivado del estilo de vida actual.

La orientación alimentaria y ejercicio físico continúan siendo herramientas fundamentales en la difusión de acciones de prevención y promoción de la salud, aplicadas a la población infantil, adolescente, adultos y adultos mayores mediante la formación de grupos preventivos y grupos GAM'S.

GRUPOS PREVENTIVOS

Dentro de los lineamientos de la estrategia destaca la formación de grupos preventivos. Estos conformados por pacientes con algún grado de sobrepeso u obesidad o en riesgo de padecer alguna enfermedad crónica.

Los grupos preventivos están formados aproximadamente de 15 a 25 integrantes, de tal modo que se puedan involucrar en la prevención de las enfermedades crónicas mediante actividades educativas y de ejercicio físico como:

1. Platicas nutricionales. Donde se abordan temas relevantes de salud y nutrición.
2. Talleres de cocina. Donde se elaboran platillos saludables con alimentos regionales.
3. Sesiones de activación física. Se muestra cómo debe ir estructurada una sesión de activación física así como los beneficios a la salud si se realiza de manera cotidiana.
4. Monitoreo de peso, cintura e IMC. Se toman peso, cintura e IMC de cada uno de los integrantes del grupo. Esto con la finalidad de evaluar progresos mensuales y con ello motivar a los pacientes a alcanzar los objetivos.
5. Detecciones de DM, Obesidad e HAS. Se realizan tomas de glucosa y tensión arterial con la intención de prevenir la aparición de las enfermedades corónicas no trasmisibles.

Durante el 2017 estas actividades fueron satisfactorias, logrando alcanzar nuestras metas marcadas por la estrategia y en donde destacan.

- 32 grupos preventivos en la entidad.
- 2,759 platicas de alimentación saludable en los entornos.
- 2,859 sesiones de ejercicio físico en los entornos.

GRUPOS GAM'S

Uno de los objetivos de estos grupos es contribuir al control metabólico de los pacientes con alguna enfermedad crónica en mayores de 20 años en las unidades de primer nivel de atención, con el fin de retrasar la aparición de complicaciones mediante:

1. Asistencia formal.
 - Forma parte de educación en salud.
 - Los GAM son complementarios a los procesos de asistencia formal.
2. Potencial de conocimiento
 - Los pacientes adquieren conocimiento de su enfermedad.
 - Adquieren habilidades individuales para mejorar su salud.
3. Información científica.
 - La información sobre prevención, control y tratamiento de su padecimiento es proporcionada por profesionales de la salud.
 - Información basada en evidencia científica.
4. Paciente activo.
 - Ayuda a tomar una decisión informada sobre su enfermedad, su cuidado y su control.

En base a lo anterior, la formación de grupos de ayuda mutua contempla integrar 25 pacientes donde el 50% padecen DM2 y el resto alguna enfermedad crónica como HAS y obesidad y en los cuales se aplican las siguientes actividades.

1. Formación de grupos GAM de 25 integrantes en su totalidad con alguna Enfermedad Crónica no Transmisible.
2. Monitoreo, control y consulta subsecuente de los integrantes de cada grupo GAM.
3. Platicas de nutrición a los grupos GAM sobre temas relevantes en la alimentación en las enfermedades crónicas.
4. Sesiones de activación física ajustadas a las necesidades de los pacientes con alguna enfermedad crónica.
5. Detección oportuna de complicaciones realizando estudios de Hemoglobina Glucosilada a pacientes con cada 3 meses, Revisión de pies a los pacientes con DM2, Microalbuminuria a los pacientes con alguna enfermedad crónica.

6. Monitoreo de peso, cintura, Tensión Arterial e IMC. A cada uno de los integrantes de grupo, esto con la finalidad de evaluar progresos mensuales y motivar a los pacientes al logro de los objetivos cumpliendo con los procesos de Acreditación, Re-acreditación y Acreditación por excelencia.

Durante el 2017 se logró cumplir con el 100% de la meta nacional en acreditaciones, re acreditaciones y acreditaciones por excelencia de Grupos de Ayuda Mutua, del mismo modo en cada uno de ellos se logró aplicar el 100 de las pruebas de hemoglobina glucosilada, microalbuminuria y revisión podológica respectivamente.

Respuesta punto tercero Estrategias de detección oportuna y tratamiento de diabetes tipo 1 acciones encaminadas a levantar un censo nacional de personas con diabetes tipo 1.

En la actualidad en el estado de Quintana Roo como en otras entidades la Diabetes Mellitus tipo 1 no era abordada por ninguno de los programas existentes por numerosos factores, entre los más importantes la edad en la que aparece esta enfermedad, sin embargo para el 2018 ya se tiene contemplado por parte del Departamento de Enfermedades No Transmisibles el abordaje clínico multidisciplinario, además de aplicar las herramientas necesarias para generar toda la estadística que contribuya a la vigilancia epidemiológica necesaria para los pacientes con este diagnóstico, con la intención de generar nuevas estrategias y planes de trabajo enfocada en el control de estos metabólico de estos pacientes y la prevención de complicaciones.

Respuesta punto curato. Promover entre los profesionales de la salud el desarrollo de actividad física en los pacientes de primer nivel de atención como recomendaciones para disminuir enfermedades asociadas al sobrepeso y la obesidad.

Durante el 2017, en el estado de Quintana Roo se logró cumplir el 100% de la meta en capacitaciones a médicos de primer nivel de atención en UNEME-EC y Red de Excelencia en Diabetes, dentro de los temas que se ofertan en cada una de estas capacitaciones están la importancia de la adopción de estilos de vida saludable para la prevención del sobrepeso y obesidad y se abordan temas de Alimentación Saludable y actividad física como parte fundamental del tratamiento de las ECNT. Del mismo modo en cada Unidad de Salud, Jurisdicción Sanitaria y Servicios Estatales de Salud se implementa la pausa para la salud con la intención de fomentar una vida más activa en cada uno de los trabajadores de la salud.

Respuesta punto sexto. Facilitar las acciones pertinentes para que aumenten la adherencia a los tratamientos y recomendaciones médicas los pacientes en tratamiento de diabetes, sobrepeso y obesidad.

Para el 2018, se tiene programado como estrategia la conformación de un equipo de vigilancia de la ENPCSOyD, con licenciados en Nutrición de las distintas dependencias de salud con la intención de poder dar seguimiento a estas actividades, evaluar el impacto en el sector salud, análisis de las estadísticas y el diseño de nuevas estrategias que contribuyan a desacelerar la tendencia al incremento de estas enfermedades.

Respuesta punto séptimo. Establecer medidas estrictas y soportes de educación terapéutica para que los pacientes cumplan con seguimiento de controles y metas en el tratamiento de la diabetes, el sobrepeso y la obesidad.

Durante el 2017, las capacitaciones ofertadas en UNEME-EC y Red de Excelencia en Diabetes, estuvieron enfocadas en actualizar de forma constante a los médicos de primer nivel de atención en temas del abordaje del paciente que vive con Diabetes, HAS, Dislipidemias, sobrepeso y obesidad y síndrome metabólico, logrando incrementar durante este año la adherencia del paciente al tratamiento y con ello el porcentaje de pacientes controlados. Del mismo modo se capacito de forma constante a Nutriólogos que actualmente se encuentran realizando servicio social en estas unidades para fomentar la adherencia al tratamiento nutricional.