

Intervención AMAS + Vida enfocada en el automanejo para la salud de personas con diabetes mellitus tipo 2 residentes en la región Sabana Centro

Fecha: agosto 2021- julio2022

Grupo de investigación coordinador: Cuidado de Enfermería – Unisabana

Grupo de investigación participante: Movimiento Corporal Humano

Proyecto de investigación: Automanejo de la salud en personas con diabetes mellitus tipo 2 residentes en la región Sabana Centro ENF-33-2019

Objetivo del proceso: Determinar el efecto de la intervención AMAS + Vida, dirigida a personas con diabetes mellitus tipo 2 residentes en la región Sabana Centro sobre la capacidad de automanejo de la salud, los niveles de hemoglobina glicosilada y la relación índice de masa corporal, hábitos alimentarios y percepción corporal, comparada con aquellos que reciben la intervención convencional en los programas de detección temprana de enfermedades crónicas que ofrecen los servicios de salud.

Población: 95 personas con diabetes mellitus 2. Con edades entre los 36 y los 81 años que viven en áreas urbanas y rurales de la región sabana centro, con una mayoría de nivel educativo de primaria incompleta, la mayoría con acceso a menos de 1 salario mínimo legal vigente (SMLMV), que conviven en el mismo hogar con 1 a 9 personas.

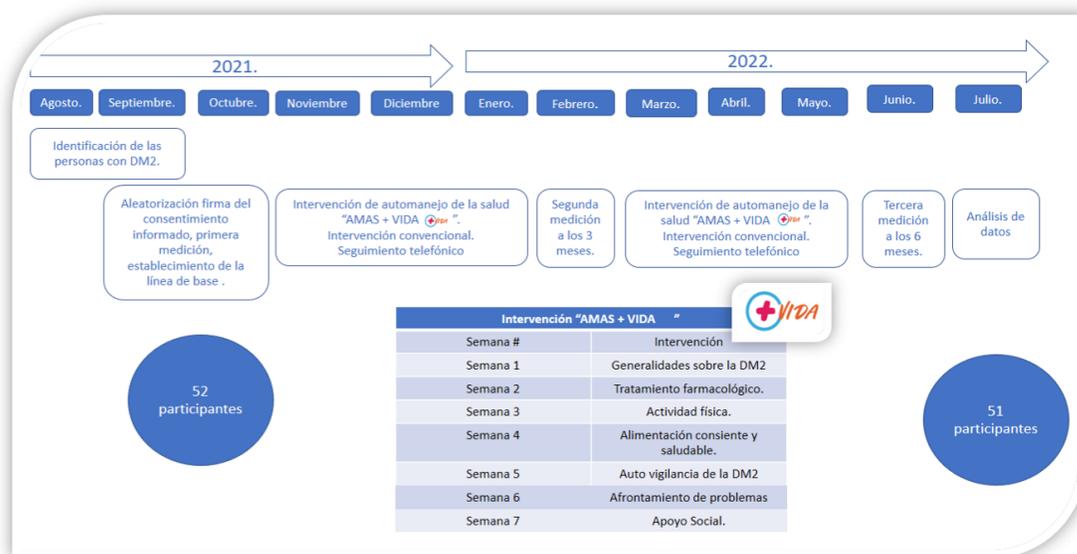
Metodología: El grupo de personas con Diabetes Mellitus 2 recibió además del tratamiento convencional, la intervención educativa e interdisciplinaria basada en el automanejo de la salud. La intervención consta de 5 núcleos: 1. Estrategias de afrontamiento, 2. Tratamiento Farmacológico, 3. Autovigilancia de la enfermedad, 4. Alimentación consciente y saludable, 5. Actividad Física y Ejercicio. Las sesiones educativas se entregaron de manera presencial y remota, con 9 horas de duración. Diseñamos diferentes estrategias en las sesiones individuales y grupales, en las cuales participaron algunos familiares. Creamos un canal de YouTube con un repositorio de 48 videos cortos, también material impreso y no podía faltar el aprendizaje experiencial con talleres de actividad física y alimentación saludable en los laboratorios de gastronomía de la Universidad de La Sabana y el acompañamiento telefónico durante 3 meses.

En el diseño de la intervención se tuvieron en cuenta los lineamientos de Whittemore & Grey (2002)

Productos:

- Protocolo de la intervención AMAS + Vida (Documento interno Manual protocolo: Intervención AMAS + Vida)
- Canal en YouTube, con algunos contenidos de la intervención <http://bitly.ws/EEeA>
- Cartilla AMAS + Vida, insumo creado para el proyecto a partir de la fase cualitativa, en la cual, a través de grupos focales y entrevistas a profundidad, se conoció el significado, creencias y prácticas de cuidado que tienen las personas con diabetes mellitus tipo 2. Estos aportes culturales fueron fundamentales para establecer los parámetros que debían tener los materiales didácticos de la intervención. La cartilla Amas+Vida fue utilizada como apoyo didáctico para el proceso educativo de los participantes https://bibliosabana.primo.exlibrisgroup.com/permalink/57US_INST/vq17b2/alma993107810508156

Figura No 8: Desarrollo de la Intervención de automanejo de la salud "AMAS + VIDA" 



Resultados: El programa AMAS + Vida demostró ser eficaz para aumentar el nivel de conocimiento de la DM2 ($p=0,045$) obteniendo una diferencia significativa ($p<0.001$) entre el primer momento de medición y los tres primeros meses de medición, tiempo en el que se entregó la intervención, sin embargo, entre los tres y seis meses posteriores no hubo diferencia significativa. Por lo anterior, es recomendable que en un ensayo clínico la ventana de intervención y de medición de conocimiento sobre la enfermedad se realice cada tres meses.

De igual forma, el programa AMAS + Vida mostró ser eficaz para aumentar el nivel de automanejo; se evidenció una diferencia significativa entre el grupo control y el grupo de intervención, demostrando mayor auto conocimiento el grupo de intervención entre el primer y segundo momento de medición. Por lo anterior, este estudio piloto recomienda que los momentos de intervención y de medición se realicen en una ventana de tiempo de tres meses.

Descripción del fortalecimiento: A través del proyecto fue posible crear una intervención y materiales que pueden ser usados y divulgados de manera libre para ser usados con fines de mejora del automanejo de la Diabetes mellitus 2. Fue demostrada la eficacia del modelo de intervención AMAS +Vida. Actualmente la cartilla cuenta con más de 660 vistas y es utilizada como referente de modelo de intervención para la Diabetes mellitus 2 en practicas profesionales de Enfermería en diferentes Universidades del País. La cartilla ha tenido consultas de países de centro y sur América.