

Planilla de monitoreo

Nombre y apellido N° HC DNI Fecha de nacimiento Edad Sexo Talla RCVG

HTA Dm2 Dm1 TGA GAA Dislipemia Obesidad Tabaco Sedentarismo Alcoh. Antec. CV: IAM CRM Angioplastia ACV AIT CI Amputación

Fechas

Clínica (a): poliuria, angor, claudicación intermitente, disnea que no requiere internación, (b): hipog, hiperg/ que requiere internación, IAM, ACV, AIT, Angor.

Síntomas (a)

Complicaciones (b)

Examen físico

Peso

IMC

TA

Perímetro abdominal

Examen de pies

Aspecto-temperatura

Pulsos -sensib -reflejos

Laboratorio (indicar cifras)

Glucemia

HbA1c *

Colesterol

HDL/ LDL

Triglicéridos

Creatinina

Microalbuminuria

Otros

Educación I: impartida, A: asimilado, B: buen cumplimiento, M: mal cumplimiento

Alimentación

Actividad física

Consumo de alcohol

Hipog/hipergluc *

Cuidados pies *

Tabaquismo (a) indicar SI o NO consumo al menos 1 cig/diario: en el último mes (b) indicar número cig/día (C) intervención : C consejo FF: fijar fecha de abandono TSN: sustitutos nicotina B. Bupropion

Consumo actual? (A)/Nºcig/día (b)

Intervención (c)

Riesgo CardioVascular Global

Exploraciones

ECG

Fondo de Ojos

Ex. Odontológico

Fármacos dosis/día

Antiagregantes

Diuréticos

IECA /ARA II

B. Bloqueantes

bloqueantes cálcicos

Estatinas

Metformina

Sulfonilureas

Insulina

Instructivo

Esta planilla de monitoreo es un anexo a la historia clínica, que le permitirá a Ud. registrar el seguimiento a lo largo del tiempo de la persona con Diabetes y otros factores de riesgo cardiovascular. Es un documento en el que los diversos integrantes del equipo de salud (de acuerdo a como se organice el proceso de trabajo) podrán volcar en forma rápida y dinámica, toda la información de interés sobre las personas con estos problemas de salud a lo largo de 3 años.

Frecuencia de los controles

Se indica con *sombreado* cuando la periodicidad de la prueba debe ser **ANUAL**; con *color claro* cuando la prueba debe ser **TRIMESTRAL**.

Clínica

Síntomas: indagar por poliuria, claudicación intermitente, parestias, parálisis, calambres, sint. gastrointestinales, hipotensión ortostática, impotencia

Complicaciones: aquellas que requirieron internación, Hipo-Hiperglucemia, crisis HTA, IAM, Angor, ACV, AIT (ataque isquémico transitorio).

Examen físico

•IMC: Índice de Masa Corporal. Se calcula dividiendo el peso (en Kg) sobre la altura (en metros) al cuadrado (P/ A²). Peso Normal e/ 18,5 y 24,9- Sobre peso e/ 25 y 29,9 - Obesidad ≥ 30

Tensión Arterial: debe tomarse con el paciente relajado, cómodamente sentado con la espalda apoyada en la silla y el brazo apoyado a la altura del corazón, sin ropa que lo comprima, sin haber comido, fumado, ni realizado ejercicio 30 minutos antes de la toma

Perímetro Abdominal: La persona debe estar de pie, y después de haber expulsado el aire, debe rodear su abdomen con la cinta métrica a la altura del ombligo. se considera obesidad abdominal un perímetro >102 cm en el hombre y > 88 cm en la mujer.

Laboratorio

La frecuencia de solicitud de cada prueba corresponderá según el riesgo cardiovascular global del paciente.

Examen de los Pies

Colocar **N** (examen Normal) o **A** (examen Alterado).

Aspecto: Estado de la piel: seca, macerada, agrietada, infección, palidez, eritema, necrosis, hiperqueratosis, deformaciones óseas, lesiones acompañantes- Estado de la Uña: normal, engrosada, infección

Temperatura: Palpar ambos pies

Pulsos: Palpación de pulsos pedio, tibial posterior, poplíteo y femoral

Sensibilidad: Test del Monofilamento: Presionar hasta que el monofilamento se flexione.

Aplicarlo en por lo menos 4 zonas del pie. Sin sensibilidad en más de 1 zona implica neuropatía. No aplicar en zonas de heridas o Hiperqueratosis (callosidades).

Otras alteraciones sensitivas: Dolor, ardor, hormigueos, anestesia.

Reflejos: aquilianos y rotulianos.

Educación

Documentar si fue *Impartida (I)* o no, en cada ítem.. Valorar *Asimilación (A)* Verificar trimestralmente el cumplimiento: *Bueno (B)*, *Regular(R)* o *Malo (M)*.

Tabaquismo

Determinar si Fuma o No Fuma, Indicar: Cantidad de cigarrillos consumidos por día *Intervención: Consejo (C)* ; *Fijar fecha de abandono (FF)*.

Medicación: TSN (sustitutos de Nicotina) B (Bupropión)

Riesgo Cardiovascular Global (RCVG)

Colocar el porcentaje de probabilidad de padecer un evento cardiovascular, mortal o no a 10 años de acuerdo a la tabla de estratificación de la OMS para nuestra región. (leve < 10%, moderado e/10 y 20%, alto e/20 y 30%, muy alto o e/30 y 40% y crítico > 40%).

Exploraciones

Electrocardiograma (ECG), Fondo de Ojos y Examen odontológico, todos anualmente

Fármacos

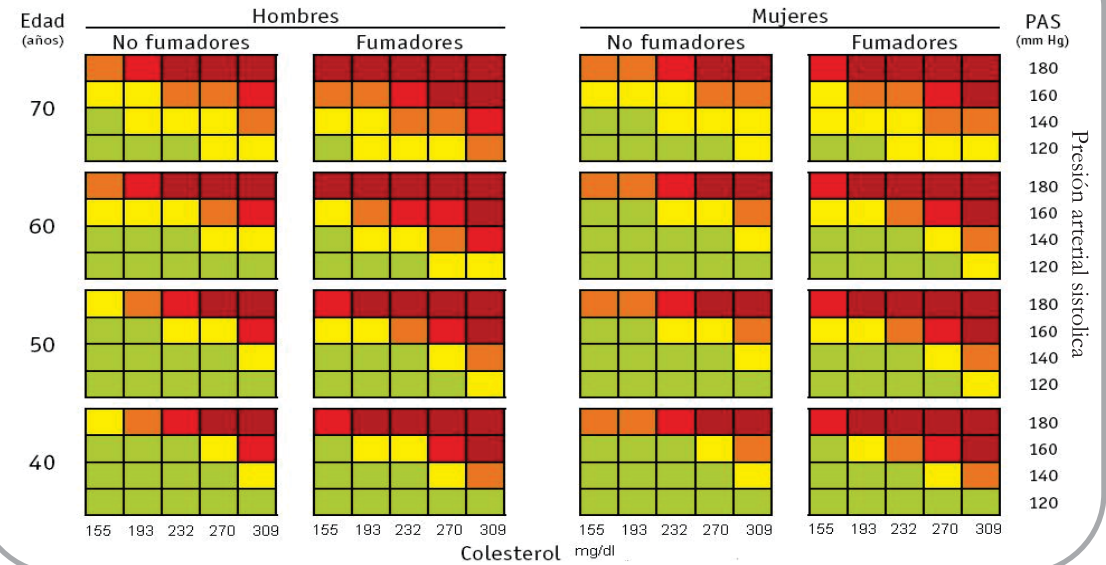
Indicar dosis/día

Abreviaturas

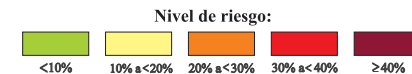
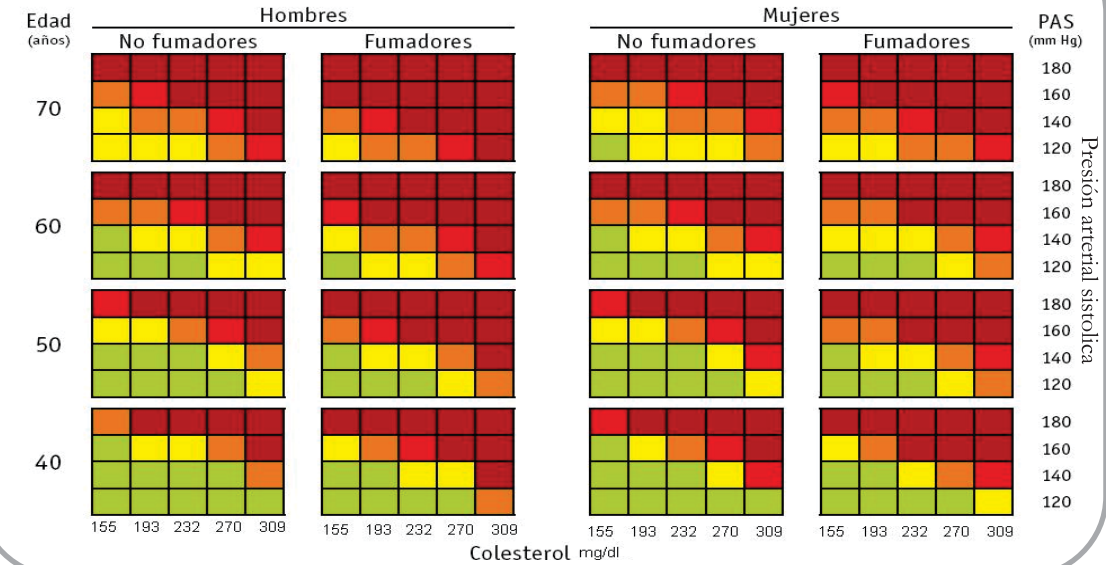
DM2: Diabetes Mellitus tipo 2
DM1: Diabetes Mellitus tipo 1
TGA: Tolerancia Glucosa alterada
GAA: Glucemia Ayunas Alterada
Alcohol: Consumo problemático de alcohol
CV: Cardiovascular

IAM: Infarto agudo de miocardio
CRM: Cirugía de revascularización miocárdica
ACV: Ataque cerebro vascular
AIT: Ataque isquémico transitorio
CI: Claudicación intermitente.
IMC: Índice de masa corporal (peso/talla²)

Personas sin Diabetes mellitus



Personas con Diabetes mellitus



Riesgo Cardiovascular Global

Tabla de predicción del riesgo, AMR B de la OMS/ISH riesgo de padecer un episodio cardiovascular, mortal o no, en un periodo de 10 años, según el sexo, la edad, la presión arterial sistólica, el colesterol total, el consumo de tabaco y la presencia o no de diabetes mellitus.