

*Solucionario Manual*

**SSCG03:**  
**Atención integrada  
en los cuidados  
profesionales a  
la persona con  
enfermedad crónica**

---

SOLUCIONES

Actividades

Test de Repaso



# Soluciones Actividades

## Módulo 1

### Actividad 1

- El paciente de alto riesgo presenta una o varias enfermedades crónicas que aumentan el riesgo de complicaciones y/o mortalidad; mientras que el paciente crónico complejo presenta múltiples enfermedades crónicas, comorbilidades, discapacidades, dependencia funcional y/o deterioro cognitivo que complican el manejo de la salud.
- En el paciente de alto riesgo existen factores de riesgo específicos que aumentan la probabilidad de complicaciones y/o mortalidades relacionadas con la enfermedad crónica, y en el paciente crónico complejo se da una combinación de factores biológicos, psicológicos y sociales que complican el manejo de la enfermedad.
- El paciente de alto riesgo puede requerir un enfoque más individualizado para el manejo de su enfermedad crónica. En el paciente crónico complejo, este enfoque debe multidisciplinario y personalizado abordar las necesidades específicas de este.
- El paciente de alto riesgo puede requerir atención médica especializada para controlar los factores de riesgo y prevenir complicaciones; mientras que el paciente crónico complejo requiere de una atención médica más compleja para controlar las múltiples enfermedades crónicas y comorbilidades, discapacidades, dependencia funcional y/o deterioro cognitivo.
- El paciente de alto riesgo puede requerir tecnologías avanzadas para el monitoreo y la supervisión de la salud.

El paciente crónico complejo puede requerirlas, además, para la adaptación de su estilo de vida.

### Actividad 2

- Objetivos:
  - . Mantener niveles de glucemia dentro del rango objetivo.
  - . Adoptar un estilo de vida saludable mediante una dieta equilibrada y actividad física regular.
  - . Reducir el riesgo de complicaciones relacionadas con la diabetes.
- Acciones:
  - . Establecer un plan de alimentación saludable, que incluya la eliminación de alimentos procesados y azúcares refinados, y aumentar la ingesta de frutas, verduras y proteínas magras.
  - . Diseñar un plan de actividad física regular, que incluya caminar 30 minutos diarios y realizar ejercicios de resistencia muscular dos veces por semana.
  - . Monitorear la glucemia regularmente, de acuerdo con las indicaciones de su médico, y tomar medicamentos según lo prescrito.
  - . Asistir a citas con su médico de atención primaria, endocrinólogo y nutricionista, y asegurarse de que estén coordinados entre sí.
  - . Participar en un grupo de apoyo para personas con diabetes, para compartir experiencias y estrategias de manejo.
- Estrategias:
  - . Establecer un horario semanal para la preparación de comidas y el ejercicio físico.

- . Establecer metas a corto plazo y celebrar los logros alcanzados.
  - . Compartir su plan de gestión de caso con su familia y amigos, para que la apoyen en el manejo de su diabetes.
  - . Buscar recursos en línea y en su comunidad para obtener información adicional sobre el manejo de la diabetes.
- Revisión: el plan de gestión de caso es específico para las necesidades de María y se enfoca en objetivos realistas y alcanzables. Las acciones son prácticas y concretas, y el plan de coordinación de servicios de atención médica asegura una atención integral y eficaz.

### Actividad 3

- Caso 1:
  - . Agentes de atención directa: cuidadores, terapeutas ocupacionales y fisioterapeutas.
  - . Agentes de atención indirecta: coordinador/a del centro, trabajador/a social y psicólogo/a.
- Caso 2:
  - . Agentes de atención directa: cuidadores, enfermeros/as, fisioterapeutas.
  - . Agentes de atención indirecta: director/a de la residencia, trabajador/a social, terapeutas ocupacionales.
- Caso 3:
  - . Agentes de atención directa: médicos/as, enfermeros/as y técnicos/as sanitarios.
  - . Agentes de atención indirecta: personal de recepción, gestor/a de citas y administrador/a.

## Módulo 2

### Actividad 1

- Héctor podría estar experimentando un infarto de miocardio.
- Los signos y síntomas que sugieren esta enfermedad incluyen dolor en el pecho que se irradia hacia el brazo izquierdo, fatiga, mareo, falta de aliento al caminar, presión arterial elevada y frecuencia cardíaca rápida.
- Las pruebas que se podrían realizar para confirmar el diagnóstico incluyen un electrocardiograma, análisis de sangre para detectar enzimas cardíacas y una angiografía coronaria.
- El tratamiento para el infarto de miocardio puede incluir la administración de medicamentos como aspirina, anticoagulantes y analgésicos, así como intervenciones médicas como angioplastia o cirugía de bypass coronario. Además, se puede recomendar cambios en el estilo de vida, como dejar de fumar, hacer ejercicio regularmente y llevar una dieta saludable.

### Actividad 2

Diego presenta sintomatología propia de un cuadro de depresión y ansiedad. Por un lado, manifiesta sentimientos de tristeza y preocupación persistentes, falta de energía y motivación, pérdida de interés en actividades placenteras y dificultad para conciliar el sueño, síntomas propios de la depresión. Por otro lado, presenta sentimiento de miedo, preocupación excesiva y dificultad para conciliar el sueño y se despierta con palpitaciones y sudoración, lo que es habitual en caso de ansiedad.

**Actividad 3**

- María podría haber prevenido su hipertensión llevando una dieta saludable y haciendo ejercicio regularmente. Además, como tenía antecedentes familiares de hipertensión, debería haberse sometido a controles regulares de la presión arterial para detectar cualquier problema temprano.
- Lucas podría haber prevenido su diabetes tipo 2 llevando un estilo de vida saludable, incluyendo una dieta equilibrada y ejercicio regular. Además, como tenía antecedentes familiares de diabetes tipo 2, debería haberse sometido a pruebas regulares de detección de la diabetes y haber sido más consciente de los síntomas tempranos.
- Pedro podría haber prevenido su EPOC dejando de fumar o evitando fumar en primer lugar. También debería haber evitado la exposición al humo del tabaco en el ambiente y otros contaminantes del aire. Si hubiera sido más consciente de los riesgos del tabaquismo, podría haber tomado medidas preventivas para proteger su salud pulmonar.

# Módulo 3

## Actividad 1

Estimados miembros del equipo interdisciplinario,

Me dirijo a ustedes para coordinar una reunión de seguimiento del plan de atención individualizado de nuestro paciente crónico. Propongo la fecha y hora del martes 23 de abril a las 10:00 en la sala de reuniones del hospital. Por favor, confirmen su asistencia para asegurarnos de contar con la participación de todos los profesionales de la salud involucrados en la atención del paciente.

Saludos cordiales, [tu nombre y apellido].

## Actividad 2

- La diabetes tipo 2 es una enfermedad crónica en la que el cuerpo no produce suficiente insulina o no la utiliza correctamente, lo que hace que el nivel de azúcar en la sangre sea demasiado alto. Los síntomas de la diabetes tipo 2 incluyen sed excesiva, micción frecuente, fatiga, visión borrosa y cicatrización lenta de heridas.
- El equipo interdisciplinario que atiende a Sara está formado por un médico general, una enfermera, una nutricionista y un terapeuta físico. El médico general es responsable de supervisar la salud general de Sara y de ajustar sus medicamentos según sea necesario. La enfermera se encarga de la educación sobre la enfermedad y el autocontrol, y también puede ayudar con la administración de medicamentos. La nutricionista ayuda a Sara a planificar su dieta y a hacer cambios en su estilo de vida para controlar mejor su diabetes. El terapeuta físico trabaja con Sara para mejorar su actividad física y su gestión del estrés.

- Los problemas de control del nivel de azúcar en sangre en pacientes con diabetes tipo 2 pueden ser causados por varios factores, como una dieta inadecuada, falta de actividad física, no tomar los medicamentos según lo prescrito, estrés y cambios en los niveles hormonales.
- Después de revisar el historial médico de Sara, el equipo interdisciplinario determinó que necesita una mayor atención en cuanto a la gestión del estrés y la actividad física. Es importante tener un enfoque interdisciplinario en el tratamiento de pacientes con enfermedades crónicas, porque cada profesional aporta una perspectiva única y un conjunto de habilidades que pueden ayudar a mejorar la atención del paciente y su calidad de vida.
- El terapeuta físico puede ayudar a Sara a mejorar su salud a través de la educación sobre la importancia de la actividad física regular, la planificación de un programa de ejercicios adaptado a sus necesidades y limitaciones, y la identificación de formas de controlar el estrés, como la meditación y la respiración profunda. El terapeuta físico también puede trabajar con el equipo para coordinar la atención de Sara y garantizar que reciba el tratamiento adecuado para sus necesidades específicas.

### Actividad 3

El paciente ha progresado significativamente en las últimas dos semanas. Los ejercicios y terapias de movimiento han ayudado a mejorar su flexibilidad y fuerza en las extremidades superiores e inferiores. También ha mejorado su capacidad para realizar actividades de la vida diaria, como vestirse y comer. Se recomienda continuar con el plan de tratamiento actual y monitorear el progreso del paciente en las próximas semanas.



## *Soluciones Test de Repaso*

1. d) La garantía de que un paciente reciba atención inmediata cuando la necesita
2. c) Enfoque que aborda la dimensión física, psicológica, social y espiritual del paciente
3. b) La atención enfocada en las necesidades y preferencias del paciente
4. b) La inclusión de las personas enfermas crónicas en la sociedad
5. d) La atención por un equipo interdisciplinario de diferentes profesionales de la salud
6. d) Atención enfocada en la atención integral del paciente en todas sus dimensiones
7. c) Se enfoca en los aspectos biológicos, psicológicos, sociales y espirituales de la persona con enfermedad crónica
8. b) Una enfermedad endocrina
9. b) Temblores en reposo
10. d) Anorexia
11. b) EPOC

12. a) Edad avanzada
13. b) Interdisciplinar
14. c) Nutricionista
15. a) Obligación de compartir responsabilidades y tomar medidas colaborativas
16. a) Facilitar la coordinación y colaboración efectiva entre los profesionales de la salud
17. b) Evaluación y tratamiento de las discapacidades físicas
18. b) Tecnologías de la Información y la Comunicación
19. c) Transdisciplinario
20. c) Proporcionar un plan de atención médica personalizado