

portada institucional



## Titulo

Factores de riesgo de diabetes mellitus tipo II en pacientes que acuden a consulta al centro de salud de socoltenango durante el periodo

autorización de impresión

dedicatorias

índice

## introducción

Los factores de riesgo de la diabetes tipo 2 a nivel mundial son:

Sobrepeso u obesidad

Falta de actividad física

Resistencia a la insulina

Genética

Hipertensión arterial

Edad avanzada

Antecedentes familiares de diabetes

Diabetes gestacional

Enfermedad del hígado graso no alcohólico

Circunferencia de la cintura

Para prevenir la diabetes tipo 2, se puede: Mantener un peso saludable, Comer alimentos sanos, Controlar el tamaño de las porciones, Llevar un estilo de vida activo, Tomar medicamentos que puedan retardar o prevenir la diabetes

La diabetes es conjunto de enfermedades que afectan la regulación de glucosa en la sangre debido a una insuficiente acción de la insulina. En México, la diabetes tipo 2 (DM2) representa más del 95% de los casos, y su prevalencia ha aumentado drásticamente, alcanzando en 2023 al 18.4% de los adultos, de acuerdo con el Instituto Nacional de Salud Pública (INSP). Este aumento convierte a la diabetes en uno de los mayores desafíos de salud pública en el país, tanto por su impacto en la calidad de vida de los pacientes como por el gasto sanitario y el riesgo de complicaciones severas (INSP, 2024).

Los factores de riesgo de la diabetes tipo 2 en América Latina son similares a los que se encuentran en otras partes del mundo. Entre ellos se encuentran:

Antecedentes familiares de diabetes

Sedentarismo

Hipertensión arterial

Tabaquismo

Exceso de colesterol y triglicéridos en la sangre

Consumo excesivo de alimentos procesados

Dislipidemia

Factores socioeconómicos, demográficos y medioambientales

La diabetes tipo 2 es más común en personas de edad avanzada, pero también puede afectar a niños y adolescentes.

Para reducir el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2, se pueden implementar medidas como: Mejorar la alimentación, Practicar más actividad física, Controlar la presión arterial y los lípidos, Realizar un diagnóstico temprano.

Los factores de riesgo para la diabetes tipo 2 en México son:

Sobrepeso u obesidad

Edad avanzada

Antecedentes familiares de diabetes

Inactividad física

Raza o etnia

Síndrome de ovario poliquístico

Circunferencia de cintura elevada

La diabetes tipo 2 puede desarrollarse a cualquier edad, pero el riesgo aumenta con la edad.

Factores de riesgo no modificables Raza o etnia, Antecedentes familiares de diabetes, Síndrome de ovario poliquístico.

Factores de riesgo modificables Sobrepeso u obesidad, Inactividad física, Circunferencia de cintura elevada.

Los factores de riesgo para la diabetes tipo 2 en Socoltenango:

- Edad mayor de 45 años

- Historia familiar de diabetes

- Etnia (los indígenas y afrodescendientes tienen un mayor riesgo)

- Factores modificables:

- Sobrepeso y obesidad: La obesidad es un factor de riesgo importante para la diabetes tipo 2.

- Sedentarismo: La falta de actividad física puede aumentar el riesgo de desarrollar diabetes.

- Dieta: Una dieta rica en grasas y azúcares puede aumentar el riesgo de desarrollar diabetes.

- Hipertensión arterial: La presión arterial alta puede aumentar el riesgo de desarrollar diabetes.

Causas

Las causas de la diabetes tipo 2 están relacionadas con factores genéticos y ambientales. La herencia poligénica de la diabetes tipo 2, sumada a factores ambientales como el sedentarismo y la obesidad.

## capitulo I

## capitulo II

## capitulo III

## Capitulo IV

sugerencias / o propuestas

conclusión

bibliografía

anexos