

**Ensayo**

**“Diabetes Mellitus Tipo 2”**

**Dra. Cindy Lizeth De Los Santos Candelaria**

**Presenta el alumno:**

**Yoni Oel Martínez López**

**Grupo, Cuatrimestre Y Modalidad:**

**6<sup>to</sup>. Cuatrimestre “A” Semiescolarizado**

**Frontera Comalapa, Chiapas**

**23 de Mayo del 2020.**

## **“Diabetes Mellitus tipo 2”**

Cada día nos damos cuenta de que todo tiene un ritmo de sube y baja, ¿cuán cierto es?, pregunta que nos hemos hecho todos en algún momento, esto me lleva en adentrarme en el tema de Diabetes Mellitus tipo 2.

Lo primero que debemos saber es el significado de diabetes mellitus esto es una enfermedad causada por una secreción insuficiente de insulina y esto se ha demostrado en los últimos años de un incremento en la población. Existen dos tipos de diabetes principales Diabetes tipo 1 y Diabetes tipo 2. En este caso hablaremos de Diabetes tipo 2 que es un trastorno caracterizado por una elevación de glucosa en la sangre y esto es debido a una alteración en la secreción de insulina, a lo que puede conducir a una pérdida de homeostasis del metabolismo de insulina y puede generar a una hiperglucemia crónica que da lugar aun a complicaciones vasculares crónicas en el paciente diabético. Como sabemos, el páncreas produce insulina y el cuerpo no lo trabaja adecuadamente y por esto los niveles de glucosa en la sangre no son normales. El principal factor de riesgo a ser diabético es tener un familiar diabético, esto nos da una cierta seguridad a que puedas desarrollar la enfermedad, en estos casos ocurre en hombre de 45 años de edad, personas con obesidad o sobrepeso, Hipertensión Arterial alta, la dislipidemia; que hace referente al aumento de la concentración plasmática de colesterol y lípidos en la sangre y en el caso de las mujeres hay una mayor probabilidad que se genera esta enfermedad por haber tenido diabetes gestacional o también al tener un hijo que al momento de nacer el bebé pese mayor a 4 kg o menor de 2.5 kg. Toda enfermedad conlleva a una evolución silenciosa, y continua que requiere de un manejo estable y un buen control para nuestro paciente diabético, yo como personal de salud retomaría los siguientes métodos de diagnóstico para diagnosticar a nuestro paciente diabético como el poder de trabajar con ello, siempre y cuando vayamos viendo la evolución y para ello conocer los síntomas de diabetes que son: polidipsia; sed excesiva, poliuria abundancia de orina, polifagia; sensación de comer demasiado, estos síntomas van acompañados del realizar una glicemia capilar lo normal es  $\geq 200$  mg/dL. De igual manera puedo decir que hay otros signos para decir que es un paciente diabético que es fatiga, letargia; pérdida temporal y completa de la sensibilidad y del movimiento, somnolencia, pérdida de peso, incontinencia urinaria; un mal control de la vejiga. En conclusión esto podrían ser un método y síntomas para identificar al paciente diabético pero lo más eficaz es realizar la prueba de diabetes que se hace una glicemia capilar. El buen mexicano se descuida la parte de mantener estable ante una enfermedad, hasta que la enfermedad se ponga más crítica es ahí el momento en donde acudes a tu unidad médica más cercana o empiezas a tomar ciertas recomendaciones para establecer tu salud, tu como

paciente que tienes la enfermedad debes de tener un buen control para estar estable y la enfermedad no salga del contexto y nosotros como personal de salud debemos de dar lo mejor para que nuestro paciente diabético se mantenga estable, una de las recomendaciones es mantener en vigilancia al paciente como verificar su nivel de glucosa en un paciente diabético, en ayuno si nivel será 70/130 mg/dl y después de comer su nivel sería menor de 180 mg/dl. Esto serviría para identificar que los niveles de glucosa de diabetes son normales.

El ser humano tiene dos tipos de colesterol en la sangre que es: LDL o colesterol "malo" y HDL o colesterol "bueno". El LDL o colesterol "malo" puede acumularse y obstruir los vasos sanguíneos el tener demasiado colesterol malo puede causar un ataque al corazón. El colesterol HDL o colesterol "bueno" ayuda a eliminar el colesterol "malo" de los vasos sanguíneos. Los niveles normales de colesterol son las mismas para la población en general que es <300 mg/día o <200 mg/día si el colesterol LDL es superior a 100 mg/dL.

Como decíamos de los dos tipos de colesterol que la diabetes puede reducir los niveles de colesterol "bueno" y al incrementar los triglicéridos junto con el colesterol "malo" esto conlleva a adquirir una cardiopatía y derrames cerebrales En este caso los triglicéridos es un tipo de grasa común en el cuerpo, no hay un cifra exacta para las personas diabéticas de mantener los triglicéridos estables ya que esto varía según la edad y el sexo. Lo que podría decir que un alto nivel de triglicéridos y un bajo nivel de colesterol de HDL y alto nivel de colesterol LDL, lo que sucede acá es una acumulación de grasa en las paredes arteriales o puede provocar un derrame cerebral. El papel del enfermero es de muy importante ya que tenemos que tener cierto cuidados con las personas diabéticas empezando con un buen trato digno y amabilidad hasta llegar a cuidar ciertas características de las personas como el pie diabético es unas de las complicaciones más frecuentes, y a esto afecta a un gran número de personas. Algunos cuidados de los pies son nunca caminar descalzos., lavar los pies con agua tibia y jabón neutro, no aplicar alcohol o alergias, secar los pies que no queden húmedos entre y medio de los dedos, evitar raspones en los pies o uñas enterradas, no poner zapatos apretados ya que provoca ampollas. Los cuidados de la piel son no maltratar ya sea por roces, quemaduras y evitar irritabilidad ya que son fuentes primordiales para tener complicaciones graves. Si tienes una herida pequeña o extensa profunda o superficial el principal cuidado es lavar con agua ya jabón evitando que entre otra infección y al término procurara que quede seco la zona afectada.

Como personal de salud pongo a disposición los cuidados a las personas diabéticas para mantener un porcentaje alto en la salud y procurar que se tenga complicaciones o alteraciones de los factores de riesgo y de esta manera evitar derrame cerebral o la muerte.