



PASIÓN POR EDUCAR

Nombre del alumno:

Luis Fabián Martínez
Roblero Mallerlin Yoki Cruz
Vilga Martina Perez Salas

Nombre del profesor:

Mtra. Elisa Pérez Pérez.

Licenciatura:

Enfermería

Materia:

SEMINARIO DE TESIS

Nombre del trabajo:

Hipotesis, Justifocacion.

“Promoción de hábitos para la prevención de DM II
En la colonia Benito Juárez Frontera Comalapa
Chiapas”

8º cuatrimestre grupo “B”.

Frontera Comalapa, Chiapas a 21 de marzo

Hipótesis

- En cuanto más conocimiento de una buena dieta conozca la población de Benito Juárez menos será el índice de personas enfermas con diabetes.
- Si los adultos mayores no reconocen la importancia de mantener una alimentación saludable entonces será mayor el aumento del padecimiento de diabetes.
- La situación económica de la familia imposibilita que las personas puedan acudir a un médico para realizarse estudios.
- Todas las personas diabéticas que acuden a realizar una dextrosa para verificar sus niveles de glucosa desconocen que es a causa de un factor hereditario.
- Si los adultos a partir de los 40 a 60 años siguen consumiendo de manera excesiva y frecuente bebidas azucaradas como el refresco, entonces estarán más propensos a padecer la diabetes.

Justificación

Hoy en día en la colonia de Benito Juárez, Municipio de Frontera Comalapa, aumentan diferentes factores para poner en mal su estado de salud, los cuales han conllevado a que los habitantes de dicha colonia tengan una mala alimentación y por lo consiguiente diversas patologías. Una de ellas y de gran relevancia es la Diabetes Mellitus tipo 2 o más conocida en la colonia como “Azúcar” de alguna manera parecen conocerla, aunque no por el nombre específico de la patología. De cierta forma parecen conocer dicha enfermedad, pero siguen sin darle importancia y por lo consiguiente teniendo una mala alimentación.

Existen diferentes razones, pero una de las principales es que no tienen el padecimiento e incluso llegan a pensar que nunca les afectara, pero en realidad una mala alimentación y un estilo de vida sedentario provocaría a través del tiempo dicha enfermedad, entonces enfatizaríamos que el problema es una falta de promoción acerca de una buena alimentación y un estilo de vida no saludable y realmente no está demás enfatizar en este punto ya que con el pasar del tiempo la educación sanitaria y la promoción acerca de buenos hábitos alimenticios se ha ido deteriorando y cada vez más es ignorado que la alimentación influyen mucho, tanto en niños como en adultos, para ello es importante que la sociedad entienda las razones por el cual se realiza la promoción y así tengan una buena salud.

La promoción acerca de una buena alimentación a la personas es fundamental ya que por medio de esta podemos llevar un adecuado control de diversos problemas de salud entre ellos la Diabetes Mellitus tipo 2 que para muchos es algo ya común, mediante la evaluación de los conocimientos motivaciones en salud y demás aspectos psicopedagógicos

se puede conseguir el éxito en el proceso educativo ya que muchos desconocen las consecuencias de una vida no saludable, algo que debemos tener en cuenta es que con el pasar de los años la educación sanitaria se ha ido deteriorando trágicamente han sustituido las diversas platicas a jóvenes y adultos en cuanto a la promoción de la salud por programas de apoyo. Muchas personas se quejan de diferentes dolores y síntomas que no saben a qué se debe un ejemplo de ello es; que muchas veces sienten fatiga, visión borrosa, aumento de la sed, aumento o pérdida de peso y no saben a qué se debe, pero no saben que muchas de sus prácticas diarias y estilos de vida pueden generarles este padecimiento y para ello es la primera línea de defensa que es la educación para la colonia de Benito Juárez ya que han perdido enseñanzas de una buena vida saludable.

Es de suma importancia que la colonia de Benito Juárez conozca los riesgos que conlleva el consumir grasas, azúcares en exceso ya que se ha observado el consumo excesivo de refrescos y comidas chatarras, así como su estilo de vida, el cual ha sido muy sedentario lo que convierte a la colonia Benito Juárez a una colonia propensa a desarrollar diferentes patologías entre ellas la Diabetes Mellitus tipo 2. Hay personas que están ignorando mucho el gran problema que conlleva esta situación, el no tener una buena orientación acerca de esto, en consecuencia está llevando a que muchos padres estén inculcando a los niños a tomar bebidas con exceso calóricas así como diversas comidas chatarras. ¿Cómo hacer frente ante esta situación? ¿No son conscientes del riesgo de seguir practicando malos hábitos alimenticios? ¿Qué tenemos que hacer para orientar a una persona que ya padece esta enfermedad?

Como enfermeros tenemos el privilegio y la dicha de fomentar la salud y por lo tanto promocionarla, comprobar que al realizar esto será de gran ayuda para las personas que por lo consiguiente tendrán un estilo de vida mucho más sano. Hablar de un estilo de vida sano abarca una lista de puntos

específicos que son necesarios cambiar en las personas y así poder evitar dicha enfermedad.

Este tema es de gran relevancia ya que en dicha colonia están perdiendo los buenos hábitos alimentación sin medir las consecuencias de lo que eso provocaría y si hablamos de la consecuencia de la “Diabetes Mellitus Tipo 2” es una enfermedad que causa múltiples problemas en el ser humano entonces se toma como una enfermedad central y entorno a ella gira más problemas como: aumentar el riesgo de cardiopatías incluso accidentes cerebrovasculares uno de ellos es la embolia, así también ceguera esto debido a las lesiones en los vasos sanguíneos de los ojos, insuficiencia renal dañando el riñón, impotencia sexual por el daño al sistema nervioso, amputaciones esto más por las lesiones que provoca en los pies y esto con un buen control en las personas se puede evitar o disminuir en las personas que ya presentan la patología.

Como enfermeros tenemos en cuenta que esto se puede prevenir a través de la promoción y existe evidencia de que la educación para la salud grupal resulta eficaz en este proceso. Los talleres de educación para la salud grupal en adolescentes y sus familiares aumentan los conocimientos, haciendo un manejo más eficaz en cuanto tener una buena alimentación y la capacidad de actuación en situaciones de crisis ya que cuando se está acostumbrado a un mal estilo de vida donde no hay una buena alimentación y mucho sedentarismo hace difícil a que las personas se vayan adaptando a algo nuevo, entonces el poder dar pláticas, promoción para en un futuro evitar dicha enfermedad será de gran ayuda para la colonia de Benito Juárez. Se pretende buscar estrategias para poder manejar todo llegando a reducir la demanda asistencial, además, facilitar la comunicación interpersonal, trabajando la motivación entre participantes, generando así actitudes positivas respecto al autocuidado y reforzando el cambio de comportamiento y la disposición para mejorar. La educación en

autocuidados es un pilar necesario para mejorar la calidad de vida de los adultos, adolescentes, y ésta debe ser continua y reforzada periódicamente.

Sabemos que vivimos en una colonia donde los ingresos económicos no son altos y al observar a nuestro entorno donde vemos personas padeciendo dicha patología es mucho más difícil de tratar ya que no se cuenta con una buena economía, ni personal adecuado y a base de ello las personas enfermas no tratan la enfermedad como debería de ser, trágicamente en las colonias se ha perdido la costumbre de alimentarse sanamente. Y ahora se observa una mala alimentación, o como se le conoce en la colonia de Benito Juárez comidas rápidas y eso lleva a obtener una alimentación en alto contenido de carbohidratos, grasas y muchos azucares.

Como conclusión como personales de salud tenemos el deber de hacer lo posible para que la población de la colonia Benito Juárez actúe de manera consiente para el bienestar de su salud, en este caso presentando la Diabetes Mellitus tipo 2, dar a conocer que cuidados se debe de tener, así como también las precauciones ya que eso les será útil con el paso del tiempo. Así como darle a conocer los cuidado que requieren y por lo consiguiente la patología vaya disminuyendo o como es nuestro objetivo hacer que personas no lleguen a dicha enfermedad ya que de eso se trata, es por eso que se realiza la promoción y prevención de la salud.