



**Alumno: Omar Emanuel López reyes**

**Profesor: CINDY DE LOS SANTOS CANDELARIA**

**Nombre del trabajo: ensayo Adecuado control y cuidados del paciente diabético**

**Licenciatura: enfermería**

**PASIÓN POR EDUCAR**

**Materia: patología del adulto**

**Grado: 6to cuatrimestre, escolarizado**

**Grupo: A**

Frontera Comalapa, Chiapas a 29 de julio de 2021.

## **Adecuado control y cuidados del paciente diabético**

A lo largo de la historia de la humanidad el ser humano se ha enfrentado a muchas enfermedades las cuales han causado muchos problemas de salud e incluso la muerte y una de esas enfermedades que ha afectado a la humanidad es la diabetes mellitus, la cual con el paso de los años ha incrementado su incidencia y su prevalencia en todo el mundo. La diabetes mellitus es una enfermedad causada por una secreción insuficiente de insulina o también cuando el organismo no puede utilizar correctamente la insulina que produce., esta enfermedad en nuestro país tiene una afectación grave ya que es un problema de salud que afecta a todas las personas de las distintas clases sociales. En este trabajo daré a conocer que es la enfermedad de la diabetes mellitus, cuáles son sus factores de riesgo, como diagnosticar y controlar la enfermedad, además de que cuidados se le deben de realizar a un paciente con diabetes mellitus.

La diabetes mellitus es una enfermedad crónica la cual se caracteriza por un nivel alto de glucosa, esto afecta la forma en que el cuerpo convierte los alimentos en energía por lo que cuando una persona presenta diabetes su cuerpo no produce una cantidad suficiente de insulina o el cuerpo no puede usarla adecuadamente y esto provoca que el azúcar se sitúe en el torrente sanguíneo y así poder causar problemas de salud como un daño en los riñones, en el corazón y hasta pérdida de la visión, por lo tanto se define a la diabetes como una enfermedad crónica que se produce cuando el páncreas no produce suficiente insulina y la insulina es una hormona que es necesaria para regular la concentración de glucosa en la sangre. Según la federación internacional de la diabetes en el año 2010 la enfermedad de la diabetes afectaba a 246 millones de personas y esta calculaba que en el año de 2025 la cifra de personas afectadas sería de 380 millones.

### **Diabetes mellitus tipo 2**

Se puede encontrar varios tipos de diabetes como son: la diabetes mellitus tipo 1, diabetes mellitus tipo 2 y la diabetes gestacional, en este caso se hablará sobre la diabetes mellitus tipo 2, la cual es un trastorno que se caracteriza por concentraciones elevadas de glucosa en la sangre debido a la deficiencia parcial en la producción o acción de la insulina, este tipo de diabetes se denominaba anteriormente como “diabetes no insulino dependiente o de inicio en la edad adulta” y esta es causada por el organismo cuando no utiliza la insulina

adecuadamente y no puede mantener el azúcar en la sangre a los niveles normales. Existen muchos factores de riesgo que pueden llevar a una diabetes mellitus tipo 2, estas pueden ser: tener sobrepeso u obesidad, falta de actividad física, antecedentes familiares de diabetes, la edad (45 años en adelante). Por lo que hay que tener un cuidado en esto para no padecer de esa enfermedad que puede afectar gravemente la salud además esta enfermedad produce síntomas que se van desarrollando lentamente como pueden ser aumento de la sed, una micción frecuente, pérdida de peso involuntaria, infecciones frecuentes, fatiga, entumecimiento u hormigueo en los pies y manos. *Según la doctora Sonia Gaztambide, presidenta de la sociedad española de diabetes (SED) dice: “la diabetes conlleva un riesgo vascular a largo plazo y genera complicaciones en la visión y en la función renal y puede producir coronariopatía o arteropatía periférica entre otras, se debe de considerar una enfermedad importante ya que tiene repercusión a nivel personal, familiar, social y económico”.* Es sumamente importante conocer cómo es que esta enfermedad puede llegar a afectar a la vida de las personas ya que además la diabetes tiene repercusiones en la salud ocasionando un daño en el corazón, en los vasos sanguíneos, en los riñones y nervios y hasta en los ojos, por esta razón se tiene que emplear medidas preventivas para así poder prevenir la diabetes mellitus tipo 2, entre sus medidas de prevención se encuentran: mantener un peso corporal saludable, no consumir tabaco, tener una alimentación saludable sin azúcares ni grasas saturadas, además de realizar por lo menos 30 minutos de actividad física al día el cual reduce el riesgo de padecer diabetes tipo 2 en un 35-40 %. Además para poder diagnosticar la diabetes tipo 2 por lo general se realiza mediante una prueba llamada hemoglobina glicosilado (HbA1c) la cual es una prueba de sangre que indica en nivel promedio en la sangre en los últimos 2 o 3 meses, también se pueden realizar otras pruebas como es el examen de glucemia en ayunas, el examen aleatorio de glucosa en la sangre y los exámenes de detección en adultos mayores de 45 años que tengan obesidad o sobrepeso, en mujeres gestantes, en niños con obesidad y sobrepeso. Con relación al control de la enfermedad esa se puede controlar o tratar mediante una dieta saludable, realizando ejercicio, mediante un control de la glucemia, en la diabetes tipo 2 es recomendable tratar con antibióticos de administración oral pero en algunos casos se requiere de insulina. *El doctor Javier Salvador, director del departamento de endocrinología y nutrición de la clínica universidad de navarra y presidente de la sociedad española de endocrinología y nutrición (SEEN) menciona “hay 3 principales retos de cuidado del paciente con diabetes que se clasifican en 3 aspectos: prevención-es imprescindible actuar sobre los factores causales relacionados entre los que destacan la obesidad el*

*sedentarismo, diagnóstico precoz-lo que permite proceder cuanto antes para evitar el deterioro de la célula beta y las complicaciones de la diabetes y optimización del tratamiento-donde la individualización y el abordaje global adquieren una relevancia clave”.* Además en el control de la diabetes es importante la participación de enfermería ya que esos deben de velar por el paciente y deben de procurar que el paciente tenga una higiene de los pies, tengan un adecuado calzado, es importante que el personal de enfermería ayude al paciente a lavar sus pies con agua tibia y jabón neutro todos los días, secarlos adecuadamente, revisar los pies si tienen heridas o cambio de coloración en las uñas y si se presentan anomalías como son las úlceras, ampollas, uñas enterradas, episodios de dolor se debe de asistir a un médico.

La diabetes representa una enfermedad grave para las personas a que puede causar muchos problemas de salud o incluso la muerte, por lo tanto afecta contundentemente la salud, la calidad de vida como lo es en lo social y en lo económico, por eso es importante tener cuidados específicos con nuestro cuerpo y nuestra salud, no debemos de descuidarla, porque al no cuidarnos nosotros mismos quien nos cuidara y así podremos evitar que se nos presente la diabetes u otras enfermedades.