

CAPITULO III

3. DISEÑO METODOLOGICO

El diseño metodológico es la descripción detallada y precisa de las estrategias y procedimientos de cómo se va a realizar la investigación. Los elementos que deben incluirse en el diseño metodológico deben estar relacionados de forma lógica, congruente, presentados y ordenados de manera coherente y sencilla.

(Peña, 2009) señala que:

El Diseño metodológico, es una relación clara y concisa de cada una de las etapas de la intervención. El diseño metodológico es la descripción de cómo se va a realizar la propuesta de intervención.

El diseño metodológico son los pasos a seguir para generar una información que mi proyecto de investigación requiere, a la luz de una temática y unos objetivos que se problematizan.

Un diseño metodológico es la forma particular de cómo cada interventor/a organiza su propuesta de intervención. Lo metodológico debe estar soportado por la postura epistemológica, conceptual y ontológica del interventor/a; es decir, cada diseño metodológico ha de responder con coherencia interna a la concepción de ser humano, a la concepción de educación y a los principios pedagógicos que orientan a cada interventor/a en su quehacer.

3.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación “ factores desencadenantes de la Diabetes Mellitus tipo II en pacientes de 45-65 años en el Barrio Ojo de Agua las Cruces” es aplicada por que tiene por objetivo resolver un determinado problema o planteamiento en específico, enfocándose en la búsqueda y consolidación del conocimiento para su aplicación y, por ende, para el enriquecimiento del desarrollo cultural y científico esta investigación

nos ayudará a resolver el problema a través de la investigación y el conocimiento para dar soluciones debido a que la investigación se llevará a la práctica con nuestra muestra que en adultos entre 45 – 64 años del barrio en el barrio ojo de agua las cruces Municipio de Amatenango de la Frontera Chiapas por medio de encuestas para la comprobación de hipótesis.

(Cívicos y Hernández, (2007))

Algunos autores mencionan dos tendencias para investigar. La primera es la investigación básica también conocida como investigación fundamental, exacta o investigación pura que se ocupa del objeto de estudio sin considerar una aplicación inmediata, pero teniendo en cuenta que, a partir de sus resultados y descubrimientos, pueden surgir nuevos productos y avances científicos.

3.1.1 LA INVESTIGACIÓN PURA

(McTaggart, 1988) menciona:

El proceso de reflexión en un área problema determinada, donde se desea mejorar la práctica o la comprensión personal. El profesional en ejercicio lleva a cabo un estudio para definir con claridad el problema y para especificar un plan de acción. Luego, se emprende una evaluación para comprobar y establecer la efectividad de la acción tomada

(Cambell, 1973) Menciona:

Este tipo de investigación se lleva a cabo con el fin de aumentar el conocimiento, esto quiere decir que se encarga de recoger conocimiento del conocimiento mismo ya existente. "se interesa en el descubrimiento de las leyes que rigen el comportamiento de ciertos fenómenos o eventos; intenta encontrar los principios generales que gobiernan los diversos fenómenos que el investigador se encuentra interesado"

Esta investigación desarrolla teorías, presenta amplias generalizaciones. realiza formulaciones hipotéticas de ampliación posterior. Es un proceso formal y sistemático.

Se lleva a cabo para persuadir a la curiosidad y hacer a u la cosas o fenómenos se vuelvan sujeto de una investigación, basándose en teorías y principios ya establecidos anteriormente.

3.1.2 LA INVESTIGACIÓN APLICADA

(McTaggart, 1988) Menciona:

El proceso de reflexión en un área problema determinada, donde se desea mejorar la práctica o la comprensión personal. El profesional en ejercicio lleva a cabo un estudio para definir con claridad el problema y para especificar un plan de acción. Luego, se emprende una evaluación para comprobar y establecer la efectividad de la acción tomada.

(Üggenburg Rodríguez V. & Pérez Cabrera, 2007) afirman:

se concentra en la solución de un problema inmediato, ofrece elementos para aplicaciones tecnológicas o para toma de decisiones.

La investigación aplicada es una actividad que tiene por finalidad la búsqueda y consolidación del saber, y la aplicación de los conocimientos para el enriquecimiento del acervo cultural científico, así como la producción de tecnología al servicio del desarrollo integral del país. También es conocida como activa o dinámica, corresponde al estudio y aplicación de las investigaciones a problemas definidos en circunstancias y características concretas.

(Ñaupás, 2013) dice:

Este tipo de investigaciones están orientadas a mejorar, perfeccionar u optimizar el funcionamiento de los sistemas, los procedimientos, normas, reglas tecnológicas actuales a la luz de los avances de la ciencia y la tecnología; por tanto, este tipo de investigación no se presta a la calificación de verdadero, falso o probable sino a la de

eficiente, deficiente, ineficiente, eficaz o ineficaz.

3.2 TIPO DE ESTUDIO

El estudio que estaremos utilizando dentro del barrio ojo de agua las cruces, Municipio de Amatenango de la frontera Chiapas el estudio que realizaremos es descriptivo y exploratorio ya que el tema que escogimos es Factores Desencadenantes de la Diabetes Mellitus tipo II ya que suele ser muy común dentro de ello ya que no existe información dentro de los pacientes que tienen esta enfermedad tanto como los familiares y dentro del personal de salud el estudio exploratorio indica que se basa en explorar nuevos campos y así enriquecer a la población con información adecuada para prevenir estas enfermedades.

3.2.1 ESTUDIO DESCRIPTIVO

(Fernández-Collado, 1986)) Menciona:

Los estudios descriptivos pueden ofrecer la posibilidad de predicciones, aunque sean rudimentarias. Por ejemplo, sería el de un analista de la opinión pública que, basándose en datos descriptivos obtenidos en una encuesta llevada a cabo entre todos los sectores de una población de futuros votantes para determinada elección (número de personas que dijeron que habrán de votar por cada uno de los candidatos contendientes), intenta predecir -probabilísticamente- qué candidato triunfará en la elección, tan bien buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis, Es decir, miden, evalúan o recolectan datos sobre diversos conceptos (variables), aspectos, dimensiones o componentes del fenómeno a investigar. ¡En un estudio descriptiva se selecciona una serie de cuestiones y se mide o recolecta información sobre cada una de ellas, para así (valga la redundancia) describir que se investiga!

3.2.2 ESTUDIO EXPLICATIVO

(collado, 1997) Dice:

Las investigaciones explicativas son más estructuradas que las demás clases de estudios y de hecho implican los propósitos de ellas (exploración, descripción y correlación), además de que proporcionan un sentido de entendimiento del fenómeno a que hacen referencia. Para comprender lo anterior tomemos un ejemplo de Reynolds (1971), que, aunque se refiere a un fenómeno natural es muy útil para comprender lo que significa generar un sentido de entendimiento. Consideremos la siguiente correlación: “si el volumen de un gas es constante, a un incremento en la temperatura le seguirá un incremento en la presión”.

Esta afirmación nos dice cómo están relacionadas tres variables: volumen, temperatura y presión del gas; y a través de ella podemos predecir qué ocurre con la presión si se conoce el volumen y la temperatura. Hay, además, cierto valor explicativo: ¿por qué aumentó la presión?, pues debido a que la temperatura se incrementó y el volumen del gas se mantuvo constante. Pero se trata de una explicación parcial.

(Lucio, 2014) Menciona:

Los estudios explicativos van más allá de la descripción de conceptos o fenómenos o del establecimiento de relaciones entre conceptos; *están* dirigidos a responder a las causas de los eventos físicos o sociales.

Como su nombre lo indica, su interés se centra en explicar por qué ocurre un fenómeno y en qué condiciones se da éste, o por qué dos o más variables están relacionadas. Por ejemplo, dar a conocer las intenciones del electorado es una actividad descriptiva (indicar -según una encuesta de opinión antes de que se lleve a cabo la elección-

cuántas personas "van" a votar por los candidatos contendientes constituye un estudio descriptivo) y relacionar dichas intenciones con conceptos como edad y sexo de los votantes, magnitud del esfuerzo propagandístico en los medios de comunicación colectiva que realizan los partidos a los que pertenecen los candidatos y los resultados de la elección anterior (estudio correlacional) es diferente de señalar por qué alguna gente habrá de votar por el candidato 1 y otra por los demás candidatos 12 (estudio explicativo).

3.2.3 ESTUDIO CORRELACIONAL

(Lucio P. B., 2014)

La utilidad principal de los estudios correlacionales es saber cómo se puede comportar un concepto o una variable al conocer el comportamiento de otras variables vinculadas. Es decir, intentar predecir el valor aproximado que tendrá un grupo de individuos o casos en una variable, a partir del valor que poseen en las variables relacionadas.

Este tipo de estudios tiene como finalidad conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables en una muestra o contexto en particular. En ocasiones sólo se analiza la relación entre dos variables, pero con frecuencia se ubican en el estudio vínculos entre tres, cuatro o más variable

La correlación puede ser positiva o negativa. Si es positiva, significa que alumnos con valores altos en una variable tenderán también a mostrar valores elevados en la otra. Por ejemplo, quienes estudiaron más tiempo para el examen tenderían a obtener una calificación más alta. Si es negativa, significa que sujetos con valores elevados en una variable tenderán a mostrar valores bajos en la otra variable. Por ejemplo, quienes estudiaron más tiempo para el examen de estadística tenderían a obtener una calificación más baja. Si no hay correlación entre las variables, indica que fluctúan sin

seguir un patrón sistemático común; de este modo, habrá estudiantes que tengan valores altos en una de las dos variables y bajos en la otra, sujetos que tengan valores altos en una variable y altos en la otra, alumnos con valores bajos en una y bajos en la otra, y estudiantes con valores medios en las dos variables.

3.2.4 ESTUDIO EXPLORATORIO

(Sampieri R. H., Metodología de la Investigación, 2006) menciona:

Este tipo de estudio se realizan cuando el objetivo es examinar un tema o problema de investigación poco estudiado, del cual se tienen muchas dudas o no se ha abordado antes. Es decir, cuando la revisión de la literatura reveló que tan sólo hay guías no investigadas e ideas vagamente relacionadas con el problema de estudio, o bien, si deseamos indagar sobre temas y áreas desde nuevas perspectivas.

(Rusu, 2008) menciona:

Tienen como objetivo examinar un tema desconocido, poco estudiado o novedoso, sirven para familiarizarnos con fenómenos relativamente desconocidos, pocas veces constituyen un fin en sí mismo, ofrecen la base para otros estudios, Tienen como objetivo examinar un tema desconocido, poco estudiado o novedoso, sirven para familiarizarnos con fenómenos relativamente desconocidos, pocas veces constituyen un fin en sí mismo, ofrecen la base para otros estudios.

(Van Teijlingen E, 2001) Dicen:

Un estudio exploratorio es una pequeña versión de una investigación mayor, es un estudio de menor escala que permite evidenciar cuestiones de orden metodológico, descubrir posibles problemas técnicos, éticos, logísticos, y además, mostrar la viabilidad y coherencia de los instrumentos y técnicas a utilizar antes de iniciar la recolección de información para la investigación. El estudio exploratorio es importante en tanto advierte “dónde” pueden fallar las principales líneas de investigación, si los

protocolos de investigación pueden continuar o si se proponen métodos, instrumentos y entrevistas apropiados o demasiados complejos.

3.3 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.

El presente tema de investigación Factores desencadenantes de la Diabetes Mellitus tipo II en el barrio ojo de agua las cruces pacayal Municipio de Amatenango de la Frontera Chiapas es una investigación de tipo no Experimental de corte trasversal debido a que es una problemática para la salud, es un tema ya existente durante muchos años desde su aparición ha hecho cambios en la población por que principalmente afecta a la salud de las personas, En esta investigación se estudiará los acontecimientos que han ocurrido en este lapso de tiempo ya existentes, sin manipular variables; como ya se ha mencionado la investigación es de corte trasversal porque se estudiará y se recolectara la información en un solo momento es decir en un solo tiempo.

3.3.1 INVESTIGACIÓN EXPERIMENTAL.

(Fleiss, 2003) dice:

Una acepción particular de experimento, más armónica con un sentido científico del término, se refiere a un estudio en el que se manipulan intencionalmente una o más variables independientes (supuestas causas antecedentes), para analizar las consecuencias que la manipulación tiene sobre una o más variables dependientes (supuestos efectos consecuentes), dentro de una situación de control para el investigador.

(Creswell, 2005) menciona:

son estudios de intervención, porque un investigador genera una situación para tratar

de explicar cómo afecta a quienes participan en ella en comparación con quienes no lo hacen. Es posible experimentar con seres humanos, seres vivos y ciertos objetos. Los experimentos manipulan tratamientos, estímulos, influencias o intervenciones (denominadas variables independientes) para observar sus efectos sobre otras variables (las dependientes) en una situación.

(Cohen, 2002) afirma:

En la investigación de enfoque experimental el investigador manipula una o más variables de estudio, para controlar el aumento o disminución de esas variables y su efecto en las conductas observadas. Dicho de otra forma, un experimento consiste en hacer un cambio en el valor de una variable (variable independiente) y observar su efecto en otra variable (variable dependiente). Esto se lleva a cabo en condiciones rigurosamente controladas, con el fin de describir de qué modo o por qué causa se produce una situación o acontecimiento particular.

(Sampieri R. H., Metodología de la Investigación, 1997) menciona:

Involucra la manipulación intencional de una acción para analizar sus posibles efectos. La acepción particular que va más de acuerdo con un sentido científico del término, se refiere a "un estudio de investigación en el que se manipulan deliberadamente una o más variables independientes (supuestas causas) para analizar las consecuencias de esa manipulación sobre una o más variables dependientes (supuestos efectos), dentro de una situación de control para el investigador".

3.3.2 INVESTIGACIÓN NO EXPERIMENTAL.

(Escamilla. M. D., 2004)

Es aquel que se realiza sin manipular deliberadamente variables. Se basa fundamentalmente en la observación de fenómenos tal y como se dan en su contexto natural para después analizarlos.

3.3.2.1 INVESTIGACIÓN LONGITUDINAL

(Sampieri., 1997) Dice:

En ciertas ocasiones el interés del investigador es analizar cambios a través del tiempo en determinadas variables o en las relaciones entre éstas. Entonces se dispone de los diseños longitudinales, los cuales recolectan datos a través del tiempo en puntos o periodos especificados, para hacer inferencias respecto al cambio, sus determinantes y consecuencias

(Escamilla., 2004) menciona:

Se emplea cuando el interés del investigador es analizar cambios a través del tiempo en determinadas variables o en las relaciones entre estas. Recolectan datos a través del tiempo en puntos o períodos especificados, para hacer inferencias respecto al cambio, sus determinantes y consecuencias.

(León, 2010) menciona

Es un estudio en que se mide en varias ocasiones la o las variables involucradas. Implica el seguimiento, para estudiar la evolución de las unidades en el tiempo. Por esto se entiende la comparación de los valores de la, o las variables de cada unidad en las diferentes ocasiones.

(Davis, 1998) dice:

El estudio longitudinal, es en donde los individuos son observados a través del tiempo, es una clase de diseño de medidas repetidas. Los estudios longitudinales ofrecen la oportunidad de estudiar patrones individuales de cambio sobre el tiempo y condiciones. Estos patrones aportan estimaciones de la tasa de cambio en función del

tiempo, edad o condición libres, de la confusión producida por los efectos de cohortes u otros factores que varían entre individuos.

3.3.2.2 Investigación Transversal.

(Sampieri R. H., 1997) menciona:

Los diseños de investigación transaccional o transversal recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables, y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado. Es como tomar una fotografía de algo que sucede.

3.3.2.3 DISEÑOS TRANSVERSALES EXPLORATORIOS.

(Sampieri R. H., Metodología de la Investigación, 2014) Afirma:

El propósito de los diseños transversales exploratorios es comenzar a conocer una variable o un conjunto de variables, una comunidad, un contexto, un evento, una situación. Se trata de una exploración inicial en un momento específico. Por lo general, se aplican a problemas de investigación nuevos o poco conocidos; además, constituyen el preámbulo de otros diseños como los no experimentales y experimentales.

3.3.2.4 DISEÑOS TRANSVERSALES DESCRIPTIVOS.

(Sampieri R. H., Metodología de la Investigación, 2014) menciona:

Los diseños transversales descriptivos tienen como objetivo indagar la incidencia de las modalidades o niveles de una o más variables en una población. El procedimiento consiste en ubicar en una o diversas variables a un grupo de personas u otros seres vivos, objetos, situaciones, contextos, fenómenos, comunidades, etc., y proporcionar

su descripción. Son, por tanto, estudios puramente descriptivos y cuando establecen hipótesis, éstas son también descriptivas de pronóstico de una cifra o valores.

3.3.2.5 DISEÑOS TRANSVERSALES CORRELACIONALES-CAUSALES.

(Sampieri R. H., Metodología de la Investigación., 2014) Dice:

Estos diseños describen relaciones entre dos o más categorías, conceptos o variables en un momento determinado. A veces, únicamente en términos correlacionales, otras en función de la relación causa-efecto (causales), pueden limitarse a establecer relaciones entre variables sin precisar sentido de causalidad o pretender analizar relaciones causales. Cuando se limitan a relaciones no causales, se fundamentan en planteamientos e hipótesis correlacionales; del mismo modo, cuando buscan evaluar vinculaciones causales, se basan en planteamientos e hipótesis causales.

3.4 ENFOQUE

La presente investigación del tema factores desencadenantes de la Diabetes Mellitus tipo II en hombres de 45 a 65 años de edad del barrio ojo de agua las cruces se relacionan con el tema con el tema Mixto debido a que combinamos el enfoque cuantitativo con el cualitativo, toda investigación necesita contar con enfoques que orienten su realización, que permitan diseñar y/o elegir los instrumentos que nos servirán para la recolección de los datos y las características que éstos deben tener.

(Ardila, 2002) Menciona:

Un enfoque es un cuerpo de conocimiento preexistente, junto con una interpretación de problemas, un conjunto de adjetivos y una colección de métodos, un arquetipo que marca una conducción.

3.4.1 ENFOQUE CUANTITATIVO

(Sampieri H. , Metodología de la investigación, 2014) Menciona:

El enfoque cuantitativo que representa, un conjunto de procesos es secuencial y probatorio. Cada etapa precede a la siguiente y no podemos “brincar” o eludir pasos. El orden es riguroso, aunque desde luego, podemos redefinir alguna fase. Parte de una idea que va acotándose y, una vez delimitada, se derivan objetivos y preguntas de investigación, se revisa la literatura y se construye un marco o una perspectiva teórica. De las preguntas se establecen hipótesis y determinan variables; se traza un plan para probarlas (diseño); se miden las variables en un determinado contexto; se analizan las mediciones obtenidas utilizando métodos estadísticos, y se extrae una serie de conclusiones.

3.4.2 ENFOQUE CUALITATIVO

(Perez, 2007) Dice:

Los autores Blasco y Pérez señalan que la investigación cualitativa estudia la realidad en su contexto natural y como sucede, sacando he interpretado fenómenos de acuerdo con las personas implicadas.

Utiliza variedad de instrumentos para recoger información como entrevistas, imágenes, observaciones, historias de la vida en los que se describen as rutinas de la vida y las situaciones problemáticas, así como los significados en la vida de los participantes,

Por otra parte, Taylor Bogan al referirse a la metodología cualitativa como un modo de encarar el mundo empírico, señala que en sus más amplios sentidos es la investigación que produce datos descriptivos, las palabras habladas o escritas y la conducta observable.

3.4.3 ENFOQUE MIXTO

(Hernandez, 2007) Menciona:

Menciona que la investigación mixta combina las ventajas de ambos y emplea diferentes técnicas para la recogida de información, lo que permite aproximarse mejor a la complejidad propia de la realidad social. Si se asume que la realidad social no es lineal ni homogénea, sino que está compuesta por elementos dinámicos y variables desde el enfoque fenomenológico se considera que la realidad es compleja e incontrolable y su conocimiento no es universal. Si no que se entiende e interviene desde un contexto específico. Así, por ejemplo, un problema de investigación se enmarca dentro de un contexto para ubicarlo como una realidad particular, un todo, tomando en cuenta la heterogeneidad y el cambio constante y dinámico de personas, fenómenos y circunstancias o lo que es lo mismo, la unidad y la pluralidad contemplados a la vez.

3.5 UNIVERSO O POBLACION

La población de estudio será el Ejido el Pacayal, Municipio de Amatenango de la frontera Chiapas.

El interés que tenemos como profesionistas para abordar este problema en este municipio es porque la incidencia esta problemática de salud es debido a la falta de conocimientos y a la irresponsabilidad de los comerciantes en el ámbito higiénico.

(Chavez, 2007) Afirma:

La población es el universo de estudio de la investigación sobre la cual pretende generalizar los resultados constituidas por características o estratos que le permiten

distinguir los sujetos uno de otros. Por su parte, Hernández, Fernández y Baptista (2010) exponen que la población o universo comprenden el conjunto de todos los casos que concuerdan con unas determinadas especificaciones.

La población del estudio del barrio ojo de agua las cruces municipio de Amatenango de la frontera Chiapas.

La diabetes mellitus tipo II es una enfermedad que afecta a personas adultas y es una de las primeras causas de muerte, debido a este fenómeno consideramos que es fundamental que la población sepa o tenga más información sobre los factores de riesgo y evitar la aparición de esta enfermedad. Se decidió estudiar al barrio ojo de agua las cruces debido a que la mayoría de las personas no cuenta con una educación y la información necesaria.

3.5.1 Delimitación espacial

La localidad de ojo de agua las cruces está situada en el Municipio de Amatenango de la frontera del estado de Chiapas México, hay 382 habitantes. Dentro de todos los pueblos del municipio, ocupa el número 22, ojo de agua está a 1506 metros de altitud. Está situada a 18.7 kilómetros del pacayal, que es la localidad más poblada del municipio en dirección sureste.

En la localidad hay 185 hombres y 197 mujeres, el índice de fecundidad es de 3.26 hijos por mujer, el 22.77% de la población es analfabeta, grado de escolaridad es del 4.48 (4.73 en hombres y 4.26 en mujeres). En el año 2005, en ojo de agua las cruces había 326 habitantes, es decir ahora hay 56 personas más (una variación de 17.8%). De ellas hay 36 hombres más y 20 mujeres más.

La cultura de la población es indígena (4.71%) y el 1.05% de los habitantes habla una lengua indígena, las personas se dedica a lo que es la agricultura, la población mayor de 12 años está ocupada laboralmente. Hay 93 viviendas de ellas el 97.44% cuenta

con electricidad 7 el 94.87% cuenta con agua entubada.

Clima y ecosistemas

Se encuentra ubicado entre la sierra madre de Chiapas por lo que su relieve es diverso, siendo montañoso a sus alrededores, el clima es cálido subhúmedo con lluvias con una temperatura de media de 17 a 28°C

Debido a las características geográficas con las que cuenta podemos encontrar magnificas formaciones geológicas entre las que destacan el cerro de pico de loro con 2,000 metros SNM, montañas a las que se puede acceder.

La vegetación del barrio son diversas, la mayoría de las personas se dedican a la agricultura, apicultura, comercio y agricultura destacándose el cultivo de café que se empezó a cultivar en el año 1923 que es una de las principales fuentes actividades económicas.

3.6 MUESTRA

(Báguena, s/f), afirma:

Se denomina muestra a un subconjunto de unidades estadísticas extraído del universo del cual se quiere conocer ciertas características. Es a partir de los resultados observados sobre la muestra que se va a extrapolar para producir estimaciones de dicho universo.

La muestra de nuestra investigación son quince personas que se encontraron en el “Barrio en el barrio Ojo agua las cruces Pacayal municipio de Amatenango de la frontera.

6.1.1 TIPO DE MUESTREO

La investigación que se presenta es no probabilística de tipo de muestreo accidental o bola de nieve, es no probabilística debido a que solo se encuestarán al personal del barrio ojo de agua y es accidental o bola de nieve ya que se encuestarán a personas del mismo barrio que se encuentren disponibles en ese momento en el lugar mencionado.

A continuación, se describen los diferentes tipos de muestreo.

(Sampieri H. , 2001) Menciona:

La muestra es, en esencia, un subgrupo de la población. Es un subconjunto de elementos que pertenecen a ese conjunto definido en sus características al que se le llama población.

Las muestras pueden ser probabilísticas o no probabilísticas. Una muestra probabilística se elige mediante reglas matemáticas, por lo que la probabilidad de selección de cada unidad es conocida de antemano. Por el contrario, una muestra no probabilística no se rige por las reglas matemáticas de la probabilidad. De ahí que, mientras en las muestras probabilísticas es posible calcular el tamaño del error muestral, no es factible hacerlo en el caso de las muestras no probabilísticas.

3.6.1.1 PROBABILÍSTICO

3.6.1.1.2 simple

(Ochoa, 2015) Afirma:

Es una técnica de muestreo en la que todos los elementos que forman el universo - y que por lo tanto están incluidos en el marco muestral - tienen idéntica probabilidad de ser seleccionados para la muestra. El proceso de muestreo que emplea esta técnica

es equivalente a hacer un sorteo entre los individuos del universo: asignamos a cada persona un boleto, introducimos los boletos en una urna y empezamos a extraer boletos al azar. Todos los individuos que tengan un boleto extraído de la urna formarían la muestra. Obviamente, en la práctica, estos métodos pueden automatizarse mediante el uso de programas informáticos.

Dependiendo de si los individuos del universo pueden ser seleccionados más de una vez en la muestra o no, hablaremos de muestreo aleatorio simple con reposición o sin reposición.

Si usamos reposición, el hecho de que seleccione un individuo al azar para la muestra no impide que este mismo individuo pueda volver a ser seleccionado. Siguiendo con el símil de la urna y los boletos, usar reposición equivale a reintroducir los boletos de los individuos seleccionados para la muestra antes de extraer el siguiente boleto.

Si, por el contrario, no usamos reposición, un individuo seleccionado para la muestra ya no entraría nuevamente en el sorteo. Un individuo solo puede aparecer una única vez en una muestra.

3.6.1.2 ESTRATIFICADO

(Sampieri H. , 2014) menciona:

En ocasiones, el interés del investigador es comparar sus resultados entre segmentos, grupos o nichos de la población, porque así lo señala el planteamiento del problema. Por ejemplo, efectuar comparaciones por género (entre hombres y mujeres), si la selección de la muestra es aleatoria, tendremos unidades o elementos de ambos géneros, no hay problema, la muestra reflejará a la población. Ahora bien, en ocasiones nos interesan grupos que constituyen minorías de la población o universo, y entonces, si la muestra es aleatoria simple, resultará muy difícil determinar qué elementos o casos de tales grupos serán seleccionados.

3.6.1.3 SISTEMÁTICO

(Ospina, 2008) Dice:

Es una técnica dentro de la categoría de muestreos probabilísticos - y que por lo tanto requiere tener un control preciso del marco muestral de individuos seleccionables junto con la probabilidad de que sean seleccionados - consistente en escoger un individuo inicial de forma aleatoria entre la población y, a continuación, seleccionar para la muestra a cada n -ésimo individuo disponible en el marco muestral.

Se utiliza cuando el universo o población es de gran tamaño, o ha de extenderse en el tiempo. Primero hay que identificar las unidades y relacionarlas con el calendario (cuando proceda). Luego hay que calcular una constante, que se denomina coeficiente de elevación $K = N/n$; donde N es el tamaño del universo y n el tamaño de la muestra. Determinar en qué fecha se producirá la primera extracción, para ello hay que elegir al azar un número entre 1 y K ; de ahí en adelante tomar uno de cada K a intervalos regulares. Ocasionalmente, es conveniente tener en cuenta la periodicidad del fenómeno.

3.6.1.4 POR CONGLOMERADO

(Ochoa, 2015) Afirma:

Es una técnica que aprovecha la existencia de grupos o conglomerados en la población que representan correctamente el total de la población en relación a la característica que queremos medir. Dicho de otro modo, estos grupos contienen toda la variabilidad de la población. Si esto sucede, podemos seleccionar únicamente algunos de estos conglomerados para conocer la información de interés del total de la población.

Podemos ver esta técnica desde otro punto de vista. Mientras que en todas las técnicas

vistas hasta ahora las unidades de muestreo coinciden con las unidades a estudiar (individuos), en el muestreo por conglomerados las unidades de muestreo son grupos de unidades a estudiar (grupos de individuos), algo que puede resultar muy beneficioso en términos de coste. A cambio, es habitual obtener una menor precisión al usar esta técnica, causada por falta de heterogeneidad dentro de los conglomerados.

3.6.2 NO PROBABILISTICO

(Ángel, 2017) Menciona:

El muestreo no probabilístico es una técnica de muestreo donde las muestras se recogen en un proceso que no brinda a todos los individuos de la población iguales oportunidades de ser seleccionados.

A diferencia del muestreo probabilístico, la muestra no probabilística no es un producto de un proceso de selección aleatoria. Los sujetos en una muestra no probabilística generalmente son seleccionados en función de su accesibilidad o a criterio personal e intencional del investigador.

3.6.2.1 POR CONVENIENCIA

El muestreo por conveniencia es un método de muestreo no probabilístico. Consiste en seleccionar a los individuos que convienen al investigador para la muestra. Esta conveniencia se produce porque al investigador le resulta más sencillo examinar a estos sujetos, ya sea por proximidad geográfica, por ser sus amigos, etc.

3.6.2.2 por cuotas

(Ángel, 2017) Menciona:

Muestreo por cuotas también denominado en ocasiones accidental. Se asienta generalmente sobre la base de un buen conocimiento de los estratos de la población y/o de los individuos más representativos o adecuados para los fines de la investigación. Mantiene, por tanto, semejanzas con el muestreo aleatorio estratificado, pero no tiene el carácter de aleatoriedad de aquél.

En este tipo de muestreo se fijan unas cuotas que consisten en un número de individuos que reúnen unas determinadas condiciones, Mediante este sistema, el investigador divide a la población en grupos o estratos que poseen características similares (sexo, edad, región, etc.) y de ellos selecciona una muestra proporcional y representativa de toda la población.

Por último, el investigador podrá hacer la selección de individuos por conveniencia o comodidad, sin la necesidad de que la muestra sea aleatoria. El muestreo por cuotas se puede entender como la versión no probabilística del muestreo estratificado, ya que la selección de individuos de cada estrato se hace por conveniencia y a propia elección del investigador.

3.6.2.3 ACCIDENTAL O BOLA DE NIEVE

(Serra, 2014) Dice:

El método de muestreo de bola de nieve (o muestreo por referidos) es un método de muestreo no probabilístico. El muestreo se realiza sobre poblaciones en las que no se conoce a sus individuos o es muy difícil acceder a ellos. Podrían ser los casos de sectas secretas, indigentes, grupos minoritarios, etc.

Se llama muestreo de bola de nieve porque cada sujeto estudiado propone a otros, produciendo un efecto acumulativo parecido al de la bola de nieve.

- El muestreo de bola de nieve se utiliza cuando se va a estudiar a una población a la que es muy difícil acceder. El investigador conoce algún componente de la población y a través de ellos va completando la muestra.
- El investigador depende mucho de la información que pueda obtener de los sujetos que estudia, y podría darse el caso de que se quede con muy pocos individuos en la muestra.

3.7 TECNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Las técnicas de recolección de datos son los procedimientos y actividades que permiten obtener la información necesaria para dar cumplimiento al objetivo de la investigación, en la presente investigación aplicaremos las dos técnicas las cuales son observación y la encuesta, empezaremos usando la técnica de observación de forma directa porque vamos a estar en contacto con las personas, principalmente observaremos visual y físicamente, si las personas tienen un control de las medidas preventivas y los factores de riesgo de alguna enfermedad, así también emplearemos la técnica de encuestas porque por ese medio obtendremos la información los datos requeridos para poder comprobar nuestra hipótesis este instrumento la usaremos cuando vamos a profundizar en el conocimiento de la identidad donde vamos a desarrollar el sistema de información es decir en una población con la finalidad de buscar la información que necesitamos

3.7.1 OBSERVACIÓN

(Bunge, (2007)), señala:

La observación es el procedimiento empírico elemental de la ciencia que tiene como objeto de estudio uno o varios hechos, objetos o fenómenos de la realidad actual; por lo que, en el caso de las ciencias naturales, cualquier dato observado será considerado como algo factual, verdadero o contundente; a diferencia, dentro de las ciencias

sociales, el dato será el resultado que se obtiene del proceso entre los sujetos y sus relaciones por lo que no es tan factual y pudiera ser subjetivo.

(Bastar, 2012) menciona:

Se refiere básicamente a la percepción visual; se emplea para indicar todas las formas de percepción utilizadas, registrando posibles respuestas; sin embargo, es importante distinguir entre lo que es una respuesta, y lo que se denomina dato, una respuesta sería por ejemplo una acción, y el producto del registro de una respuesta sería el dato.

3.7.2 ENCUESTA

(Mendez, 2009) Menciona:

La técnica de observación por encuesta, como la recolección de información que se hace por medio de formularios, la cual permite el conocimiento de la motivación, el comportamiento y las opiniones de los individuos en relación con el objeto de investigación. Para algunos investigadores no es otra cosa que la recolección sistemática de datos en una población o en una muestra de la población, mediante el uso de entrevistas personales y otros instrumentos para obtener datos. Habitualmente a este tipo de estudio se le denomina así, cuando se ocupa de grupos de personas, numerosas y dispersas. Para otros, la encuesta es solo una pluralidad de técnicas que se utilizan a nivel masivo. Para algunos investigadores no es otra cosa que la recolección sistemática de datos en una población o en una muestra de la población, mediante el uso de entrevistas personales y otros instrumentos para obtener datos. Habitualmente a este tipo de estudio se le denomina así, cuando se ocupa de grupos de personas, numerosas y dispersas. Para otros, la encuesta es solo una pluralidad de técnicas que se utilizan a nivel masivo.

En la investigación se utilizará la encuesta para recopilar datos de la muestra apoyándose del instrumento cuestionario, el cual consta de un total de 15 preguntas,

dicho cuestionario se aplicará a quince personas que se encuentren disponibles en el barrio Ojo agua las cruces Pacayal municipio de Amatenango de la frontera.

A continuación, se presenta el modelo de cuestionario que se aplicará a nuestra muestra, el cual se llevará a cabo en el barrio en el barrio Ojo agua las cruces Pacayal municipio de Amatenango de la frontera a 15 personas que se encuentren disponibles en ese momento. La encuesta se llevará a cabo el día 18 de mayo de 2021 a las 15:30 pm.

ENCUESTA

FECHA: _____ N° DE ENCUESTA: _____

INTRUCCIONES: Le pedimos de favor que nos apoye a responder las siguientes preguntas, subrayando y respondiendo con sus propias palabras la respuesta que usted considere correcta.

NOTA: Se les informa que los datos obtenidos serán usados con debido respeto y confidencialidad.

DATOS PERSONALES

Nombre: _____

Edad: _____ Sexo: _____

Escolaridad: _____.

1- ¿SABE QUE ES LA DIABETES MELLITUS TIPO II?

- a) Si
- b) No

2.- CONOCE LAS CAUSAS DE LA DIABETES MELLITUS TIPO II?

- a) Si
- b) No

3.- ¿CUAL ES EL PRINCIPAL FACTOR DE RIESGO DE LA DIABETES MELLITUS?

- a) Mala Alimentación
- b) Obesidad
- c) Herencia
- d) Edad
- e) No se

4.- ¿DISTINGUE LOS TIPOS DE DIABETES QUE EXISTEN?

- a) Si

b) No

5- ¿ALGUNO DE LOS INTEGRANTES DE SU FAMILIA PADECE DIABETES MELLITUS?

a) Si

b) No

6- ¿CUAL CONSIDERA QUE ES EL GRUPO ETARIO MAS SUSCEPTIBLE A PADECER DIABETES MELLITUS?

a) De 10 -20 años

b) De 25-35 años

c) De 45 a 60 años

7 - ¿CON QUE FRECUENCIA REALIZA EJERCICIO O ACTIVIDAD FÍSICA?

a) 1 a 2 veces a la semana

b) Diario

c) No realiza

8.- ¿QUE TIPO DE EJERCICIO O ACTIVIDAD FISICA REALIZA?

9-¿CONOCE CUAL ES EL TRATAMIENTO DE LA DIABETES MELLITUS TIPO II?

a) Si

b) No

10- ¿IDENTIFICA LOS SIGNOS Y SÍNTOMAS DE LA DIABETES MELLITUS TIPO II?

a) Si

b) No

11- ¿HA RECIBIDO INFORMACIÓN O PLÁTICAS ACERCA DE LA DIABETES MELLITUS TIPO II?

a) Si

b) No

12- ¿CONOCE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS DE LA DIABETES MELLITUS TIPO II

a) Si

b) No

13- ¿QUE TIPO DE ALIMENTOS INLUYE EN SU DIETA FRECUENTEMENTE?

14- ¿CON QUE FRECUENCIA CONSUME AZUCARES Y CARBOHIDRATOS?

a) Siempre

b) A veces

c) Nunca

15.- ¿SABE COMO SE DIAGNOSTICA LA DIABETES MELLITUS TIPO II?

a) Si

b) No

CAPÍTULO IV:

4. RESULTADOS

4.1 RESULTADOS DE LA IMPLEMENTACIÓN DEL MARCO METODOLOGICO

El día martes dieciocho de mayo del año en curso se realizó la aplicación de las encuestas y fichas de observación a las personas previstas de acuerdo a la muestra establecida consiste a Quince personas que se encontraban en establecimiento el barrio ojo de agua las cruces el pacayal Municipio de Amatenango de la Frontera, dicha encuesta se llevó acabo en promedio de cinco horas por parte de los tesisas profesionales licenciados en enfermería del 9ª cuatrimestre, único semi- escolarizado del campus de la frontera.

Posteriormente una vez aplicada las encuestas se realizó el conteo de los resultados, en donde los datos obtenidos fueron procesados a través de software Excel dicho programa nos ayudó para la elaboración de la graficas respectivas a cada pregunta.

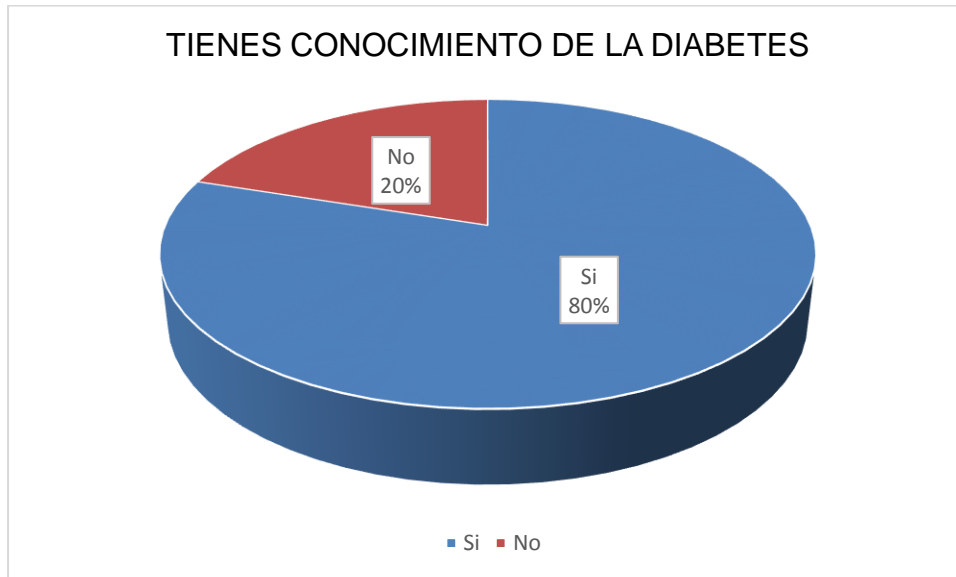
Cabe destacar que este proceso de investigación se llevó a cabo de manera satisfactoria obteniendo los resultados de participación deseado.

En el siguiente apartado se presentan los resultados a través de gráficas, que nos permitieron realizar un análisis e interpretación de la información para conocer la situación que prevalece respecto al fenómeno de los factores desencadenantes de la diabetes mellitus.

Finalmente se presentan los resultados obtenidos durante la elaboración tesis en el periodo de marzo-junio del presente año de nuestro tema "Factores desencadenantes de la diabetes mellitus tipo II en el barrio ojo de agua las cruces el pacayal Municipio de Amatenango de la Frontera".

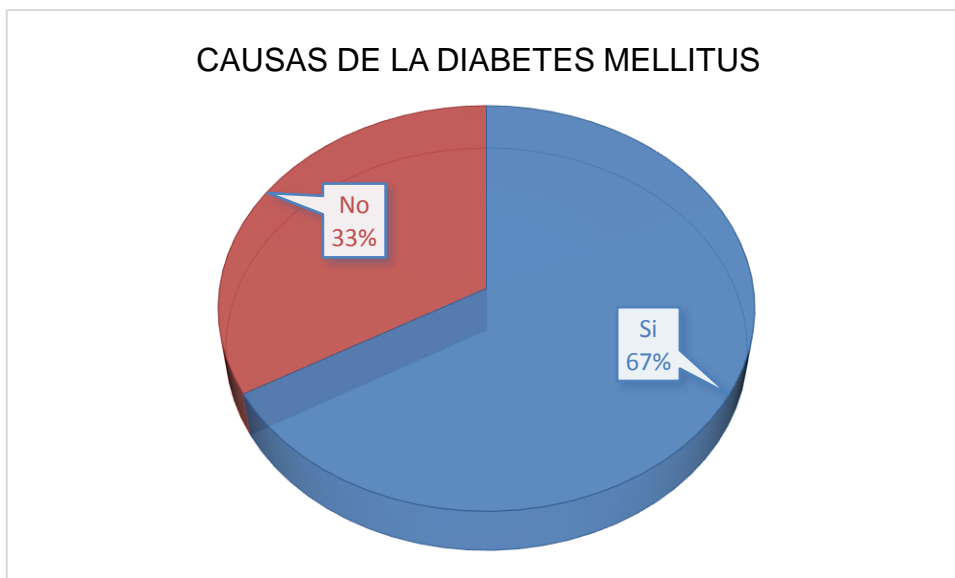
4.2 PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN

GRAFICA 1



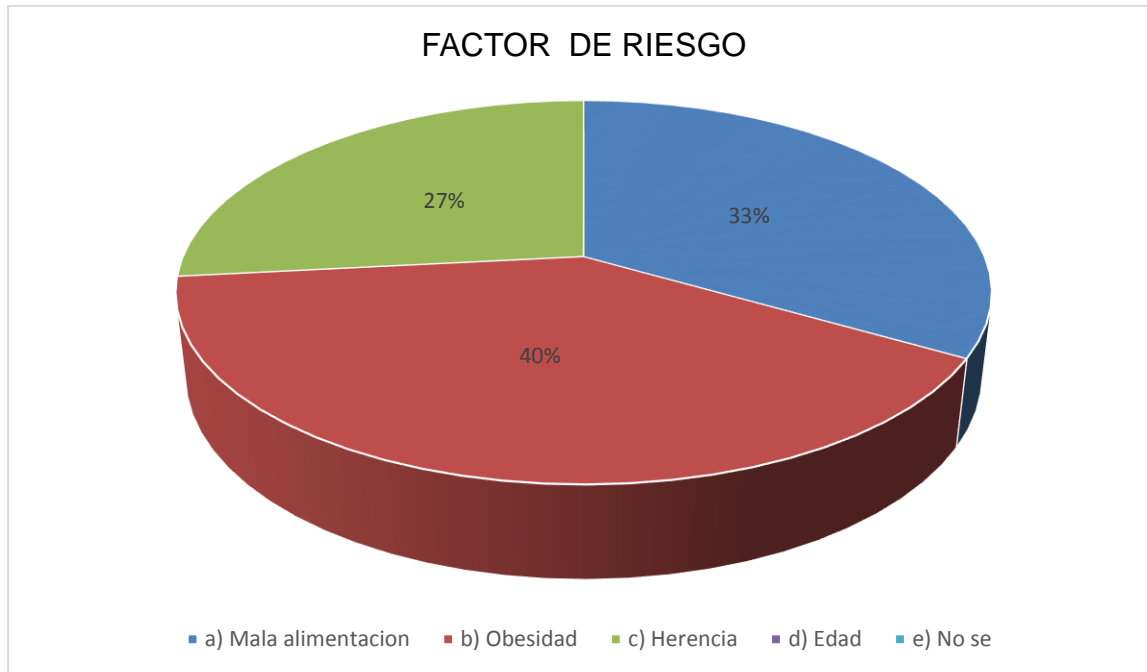
El 80 % de la muestra conoce el concepto sobre la Diabetes Mellitus tipo II, lo que representa algo favorable para la población

GRAFICO 2



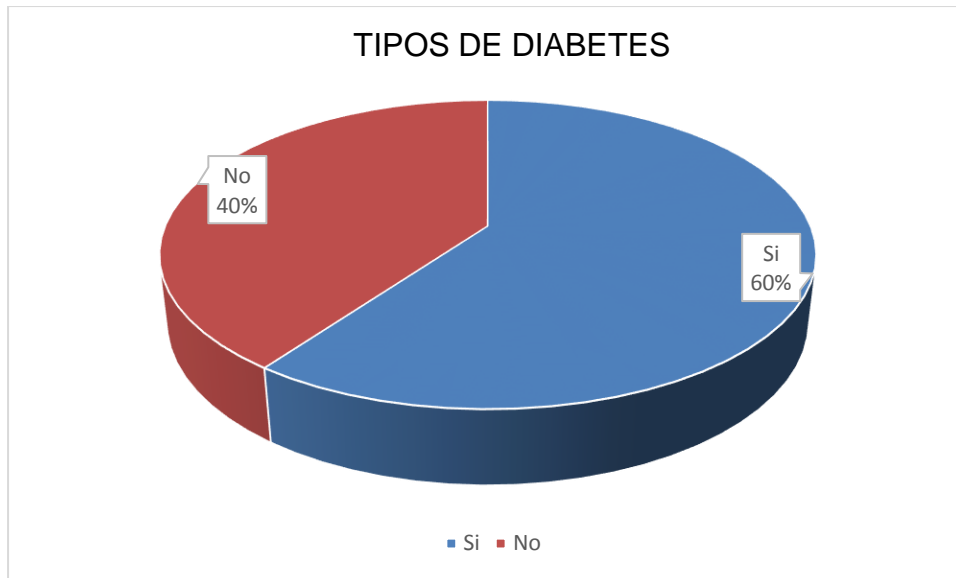
El 67 % de la población tiene conocimiento sobre lo que origina la Diabetes mellitus tipo II, ya que en cuanto mayor información tengan las personas del barrio ojo de aguada las cruces menores serán la prevalencia a padecer esta enfermedad.

GRAFICO 3



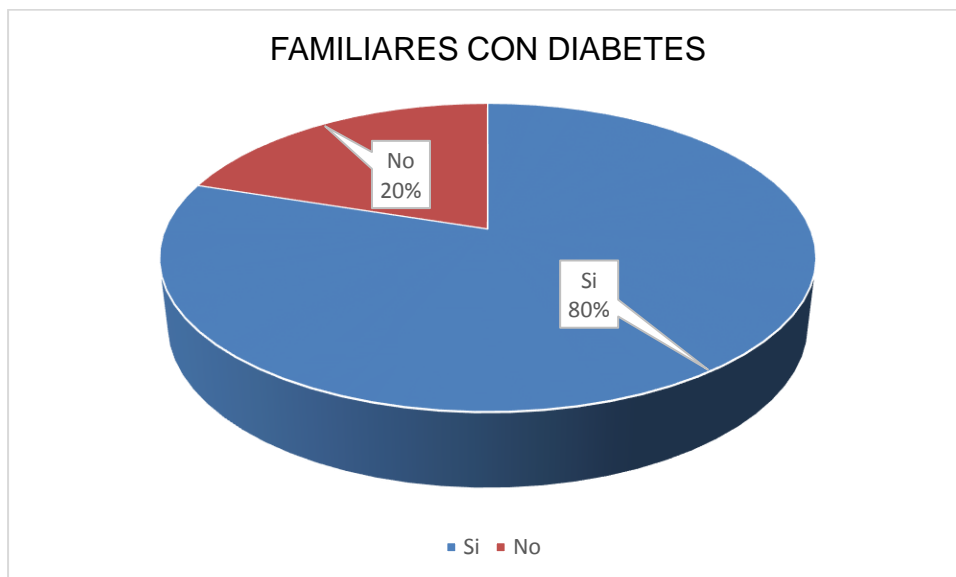
El 40 % de la población considera que la obesidad es uno de los principales factores de riesgo que causan la Diabetes tipo II mientras que otra parte de la población se debe a la mala alimentación, en cuanto más información menor será la incidencia de personas enfermas

GRAFICO 4



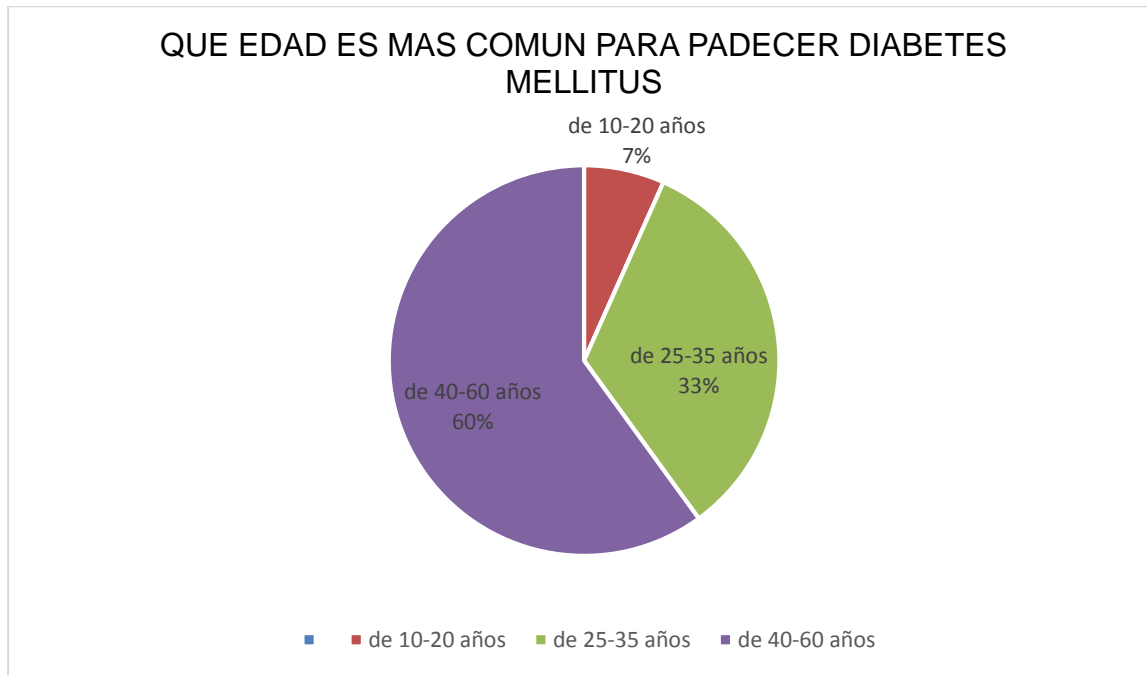
El 60% de los encuestados tienen el conocimiento y saben distinguir sobre los tipos de diabetes que existen

GRAFICO 5



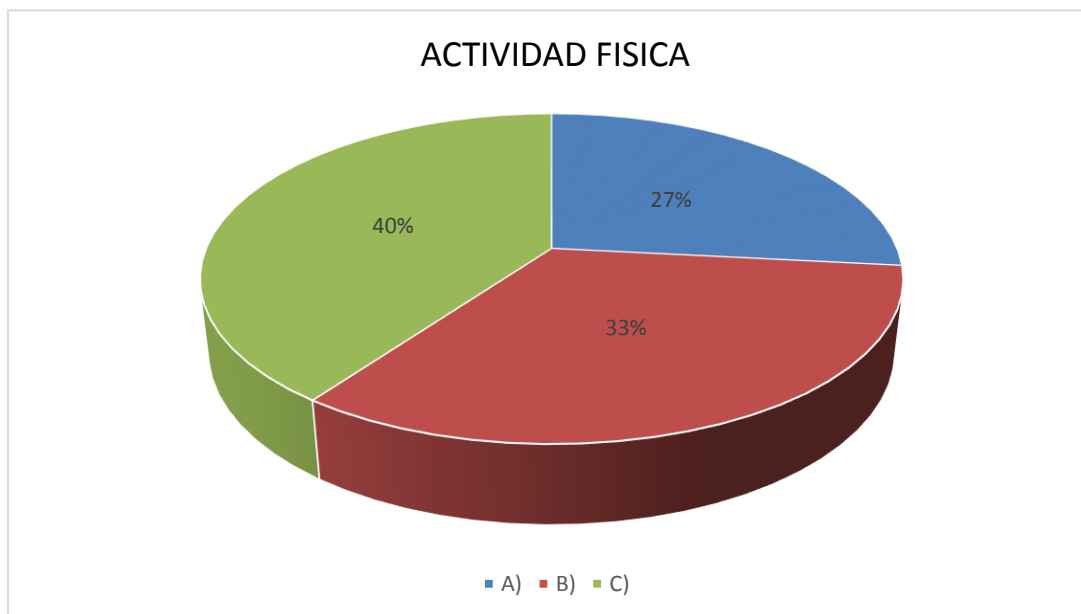
El 80 % de los encuestados del barrio ojo de agua las cruces tienen familiares Diabetes mellitus tipo II, por lo que se demuestra la necesidad de dar información a las personas r sobre los factores desencadenantes

GRAFICO 6



En el análisis de esta gráfica, nos muestra que el 60% de la población nos dice que las personas que tengan de 45-60 años son más vulnerables para desarrollar diabetes mellitus tipo II.

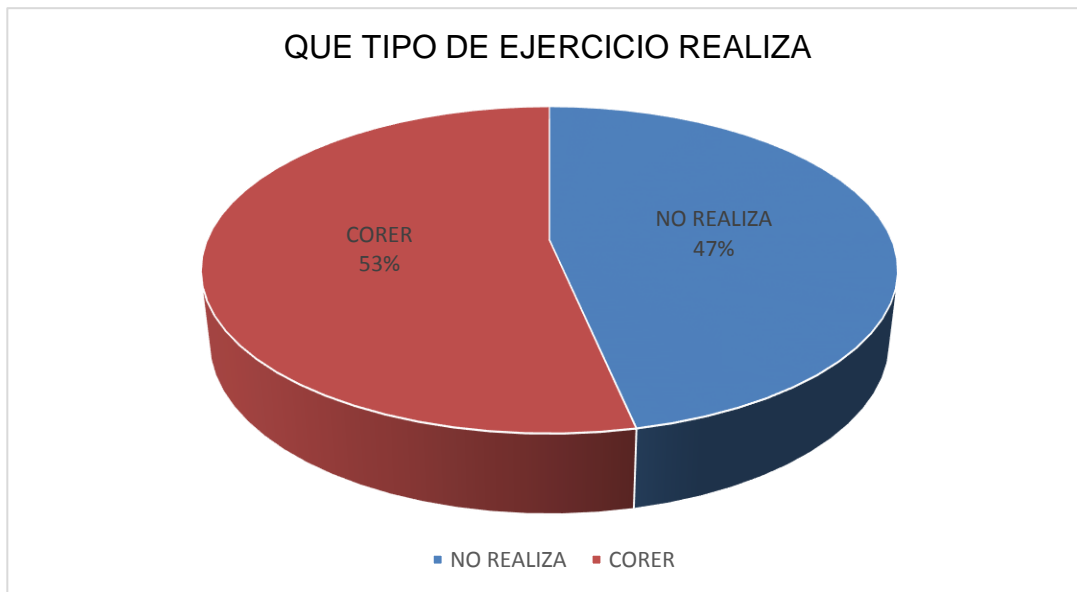
GRAFICO 7



El 40% de los encuestados tiene una vida sedentaria y que no realiza actividad física.

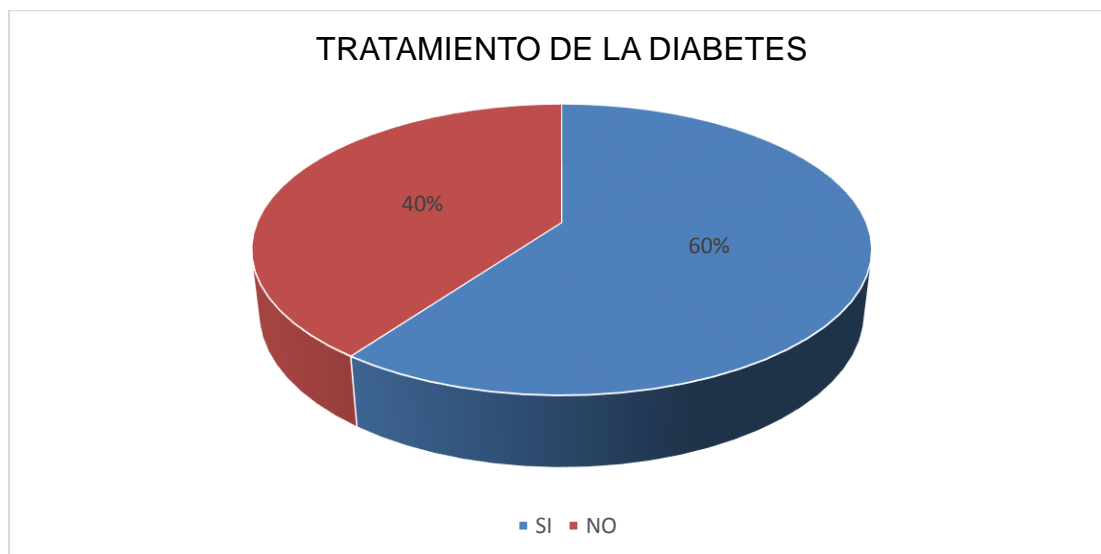
En ojo de agua las cruces, cuenta con un domo techado, dicho espacio resulta conveniente para que los habitantes puedan realizar ejercicios físicos.

GRAFICO 8



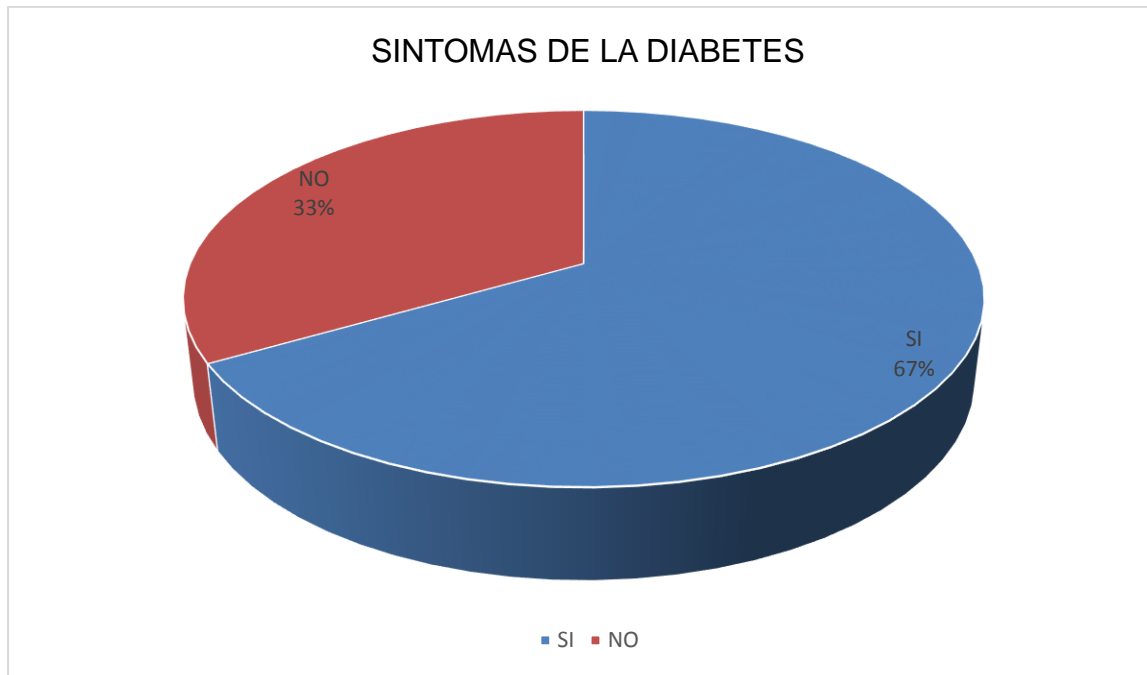
Podemos apreciar en la gráfica que el 47% de la población no realiza ninguna actividad física, mientras que el 53% si realiza alguna actividad física.

GRAFICO 9



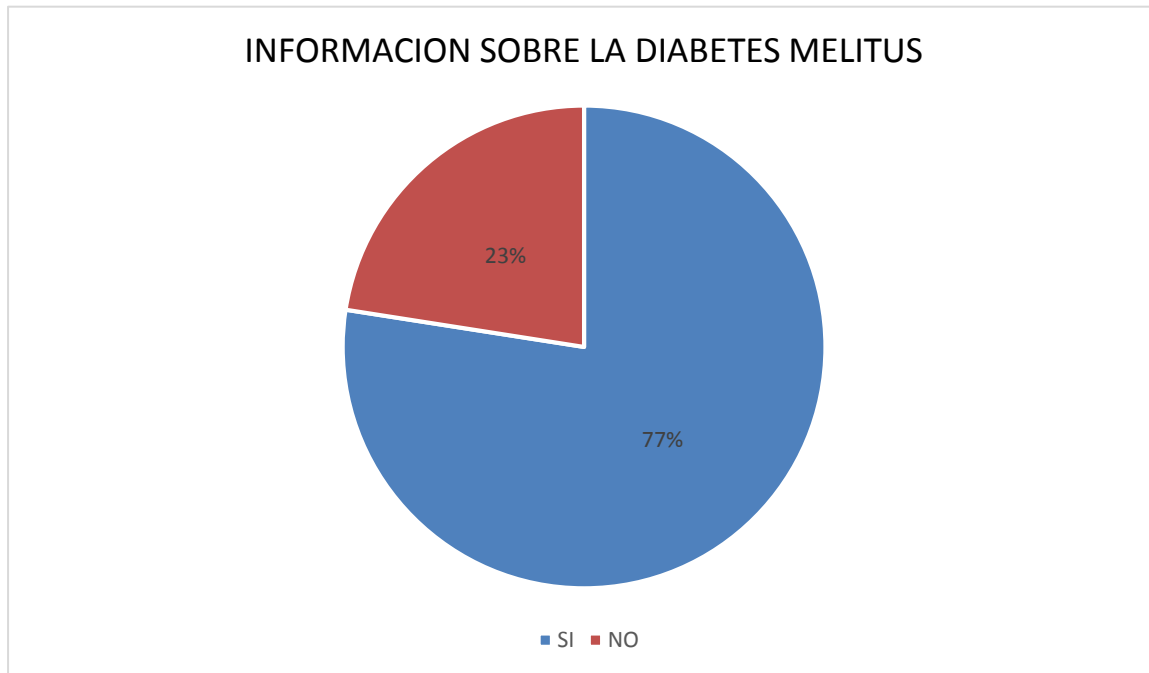
El 60% si conoce el tratamiento de la diabetes tipo II y el 40% de la población desconocen de ello.

GRAFICO 10



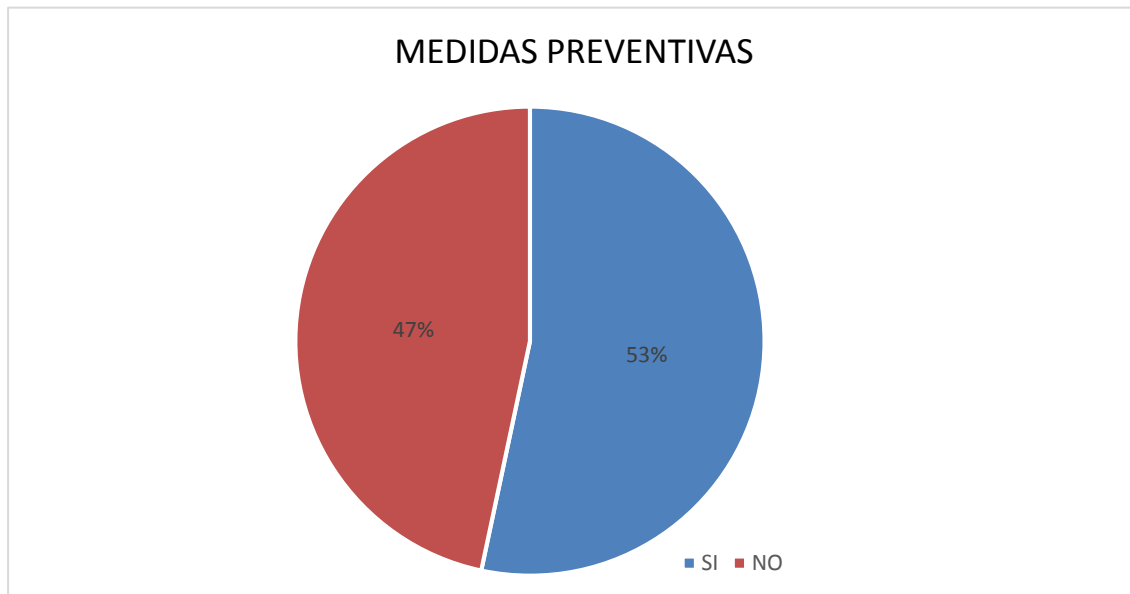
Según los datos obtenidos en la gráfica el 60% de la población si conoce los signos y síntomas de la diabetes mellitus tipo II, mientras que el 33% desconoce de ello. Por lo cual es preocupante ya que así las personas no sabrán cómo hacer un cambio habitual para una mejora en la enfermedad.

GRAFICO 11



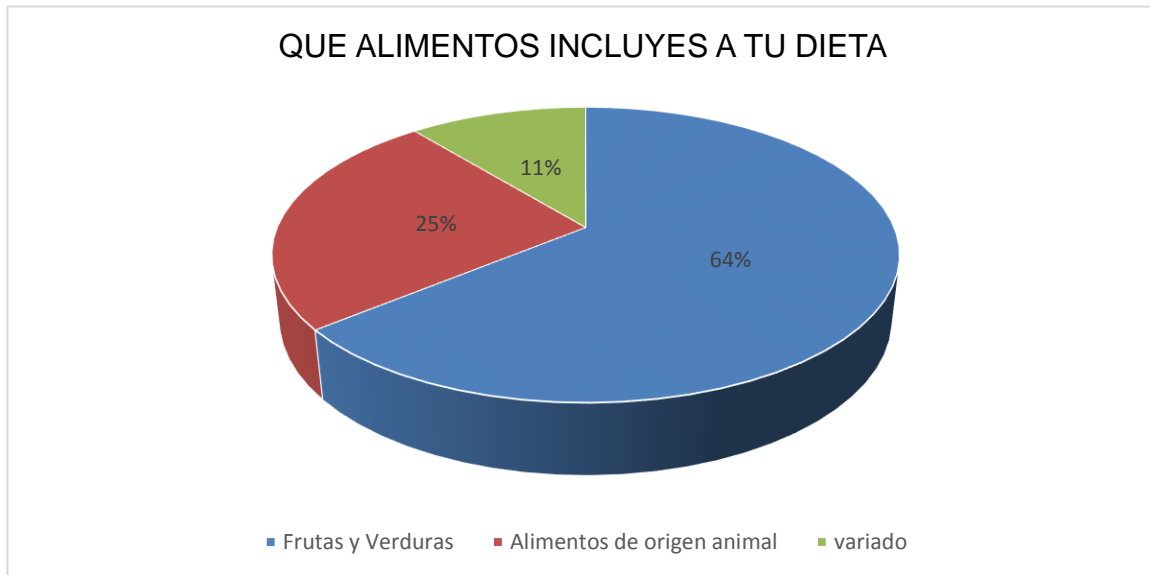
El 77% de la población del barrio ojo de agua tiene noción acerca de la diabetes lo cual es algo de satisfacción para la población y así poder evitar esta enfermedad o incluso prevenir la muerte de personas sanas.

GRAFICO 12



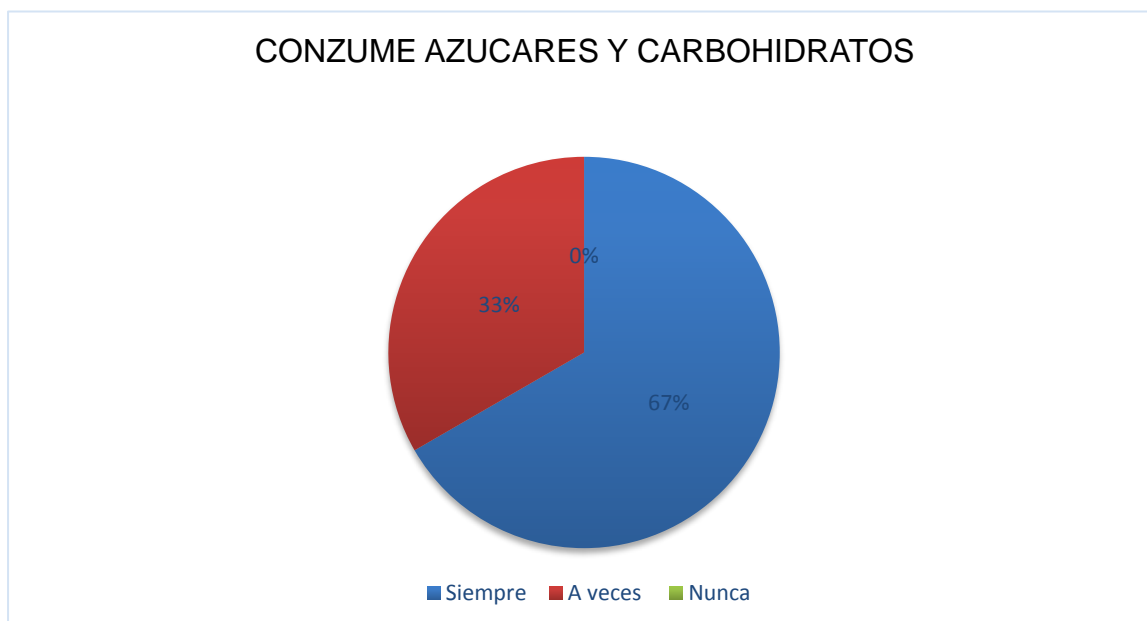
El 53% de las personas encuestadas del barrio ojo de agua las cruces conocer las medidas preventivas lo cual es una satisfacción para la prevención de los factores de riesgo.

GRAFICO 13



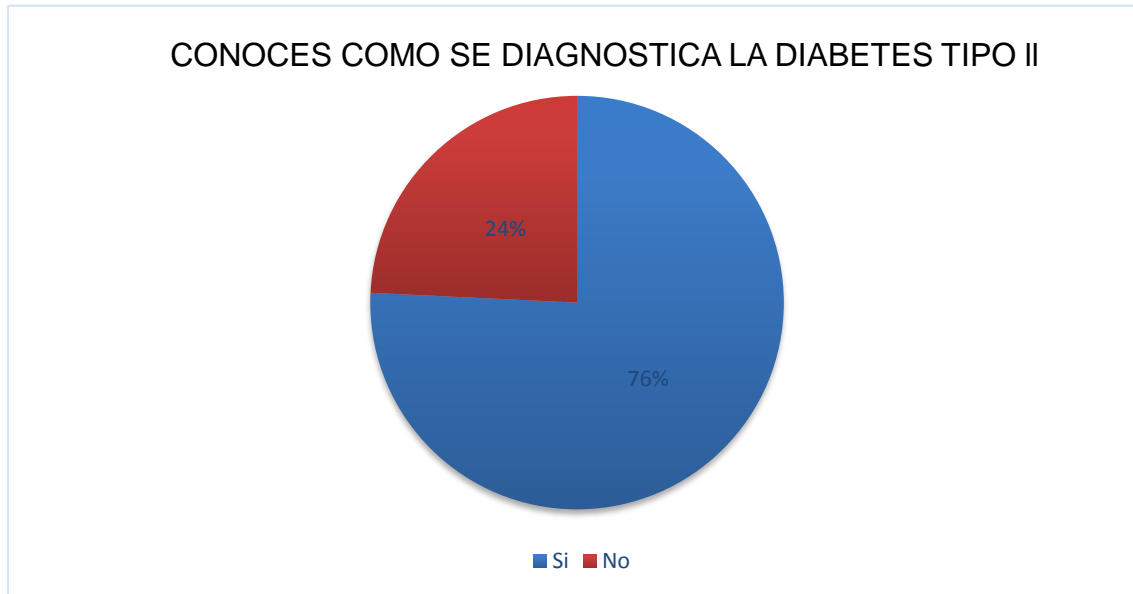
El 64% de los encuestados del barrio ojo de agua las cruces consumen más frutas y verduras lo cual es muy importante consumir los cuales nos ayudan a estar sanos.

GRAFICO 14



El 67% de las personas encuestadas consumen azúcares y carbohidratos lo cual es un riesgo para las personas que padecen de diabetes mellitus porque los carbohidratos y los azúcares hacen que la glucosa en sangre se eleve y puede ser un factor de riesgo

GRAFICO 15



El 76% de los encuestados saben cómo se diagnostica esta enfermedad la cual nos ayuda a conocer y orientar a más personas que tienen esta enfermedad para que ellos puedan diagnosticarlo y llevar un tratamiento y un control de la diabetes mellitus.

SUGERENCIA O PROPUESTA

Como resultado de la elaboración de tesis, se propone una serie de acciones para dar soluciones a la problemática identificada

Para poder llevar acabo la aplicación de sugerencias y propuestas de mejora, realizamos nuestra encuesta el Dieciocho de mayo del presente mes para la realización de nuestras encuestas y así dar a conocer información a las personas encuestadas, para la realización de esta sesión hablamos sobres los factores desencadenantes de la diabetes mellitus tipo II. De acuerdo al tema ya mencionado, nos enfocamos en dar a conocer primero que es la Diabetes mellitus, sus síntomas, los factores de riesgo, el tratamiento, la importancia de una alimentación adecuada y el ejercicio rutinario posteriormente la prevención.

- Preferimos la realización y la invitación a la población por medio de pláticas dando información adecuada para la prevención los factores de riesgo y dar le solución por medio de tratamientos
- Se sugiere que al familiar que es el responsable de preparar los alimentos en casa para que se esmere en la realización de un platillo apetitivo, nutritivo y con la higiene adecuada.
- A los familiares se les recomienden que tomen las medidas necesarias para prevenir los factores desencadenantes de la diabetes
- Sugerimos la realización de actividades físicas como lo es caminar 30 minutos, al menos 3 días por semana, sin realizar cambios de ritmos bruscos.
- Instruir a los familiares del paciente acerca de la importancia que tiene en la participación con la persona diabética para el control de su enfermedad.

CONCLUSIÓN

Tras la ejecución de las acciones propias del proceso de investigación y fase de implementación de las propuestas de mejora, en respuesta del objetivo general y a la hipótesis implementada pudimos comprender la importancia de las acciones de nuestro tema factores desencadenantes de la diabetes mellitus de acuerdo con la información recolectada con la muestra de la población, comprendimos la mayoría de las personas tenían noción del tema pero no sabían los factores de riesgo, después de analizar los resultados de esta investigación se puede decir que, en el barrio ojo de agua las cruces el pacayal, la mayoría de las personas desconocen los factores de riesgos el cual les afecta al llevar un control de la diabetes mellitus los cuales pueden desencadenar complicaciones a un corto o largo plazo.

El páncreas es el encargado de producir insulina, la insulina es una hormona que permite que la glucosa en sangre pase a las células, la glucosa proviene de los alimentos y bebidas que consumimos, juega un papel clave en el mantenimiento de niveles correctos de glucosa en sangre es decir si están demasiados bajos o altos, puede causar problemas de salud graves.

La diabetes mellitus se ha convertido en uno de los mayores problemas de salud a nivel mundial, esto se origina debido a la combinación de diversos factores, entre lo que se encuentran cabe mencionar alguno de ellos como, por ejemplo: la edad, la obesidad, el sedentarismo, la alimentación inadecuada, los antecedentes familiares y algunos factores genéticos. A medida que aumenta la prevalencia y el número absoluto de pacientes diabéticos, con lleva a la consecuencia de modificaciones en la manera en la que la gente come, se mueve y vive, así como el envejecimiento de la población seguirá aumentando las percusiones sanitarias y económicas de la diabetes tan bien. En esta investigación cabe mencionar que el 60% de la muestra de las personas encuestados consumen frutas y verduras algunos días de la semana, esto es favorable ya que cuidan su dieta, por otro lado, el resto no son cuidadosos con su dieta.

las personas del barrio ojo de agua las cruces presentaron ausencia de autocuidado y bajo nivel de conocimientos sobre la diabetes mellitus. Se recomienda el diseño e implementación de programas educativos para favorecer el autocuidado en estos pacientes. Aunque no se pueden cambiar ciertos factores de riesgo como los antecedentes familiares, la edad o el origen étnico, pero si se puede cambiar los que tienen que ver con la alimentación, la actividad física y el peso. Al no realizar ningún cambio estamos afectando nuestro estilo de vida debido a esto pueden afectar la probabilidad de desarrollar diabetes mellitus tipo II. es importante tomar conciencia sobre esta enfermedad, ya que está muy difundida y todos corremos riesgos de contraerla aunque no tengamos predisposición genética a ella, ya que actualmente, existen alimentos modificados genéticamente, y otros alimentos que si son consumidos en exceso, pueden acercarnos a dicha enfermedad.

Por eso mismo como estudiantes en el área de salud acordamos seguir realizando estas sesiones informativas para brindar los conocimientos necesarios para que la población conozca, no solo de esta enfermedad si no de muchas más, que producen altos índices de mortalidad.

BIBLIOGRAFIA

1. Alcalde, A. H. (2017). *revista medica* .
2. Bastar, S. G. (2012). Metodologia de la investigacion. *Red Tercer Milenio*, 65 de 92.
3. Bunge. ((2007)). Estudio de la realidad. *Xihmai*, 5 de 16.
4. Chavez. (2007). Analisis del modelo de gestion para el desarrollo de innovacion tecnologica . *espacios* , 2.
5. Cívicos y Hernández. ((2007)). Metodologia de la Investigacion. *Educacion*, 6 de 20.
6. Cohen, L. y. (2002). Métodos de Investigación de Enfoque Experimental. *Métodos de investigación en Educación Especial*, 5-6..
7. Davis, C. S. (1998). The analysis of longitudinal studies having non-normal responses. *Statistical analysis of medical data.*, 33-36.
8. Dra. Elizabeth Rojas de P., D. R. (2012). Diabetes mellitus. *venezolana Endocrinologia y metabolismo*, 2.
9. Escamilla., M. D. (2004). Diseño No Experimental. *Aplicación Básica de los Métodos Científicos.*, 3-6.
10. Fernandez, M. P. (2014). guia de practica clinica de diabetes mellitus tipo 2. *archivos de medicina*, 12.
11. GDPS, F. r. (2016). *Red (GDPS) Clasificacion de la diabetes* , 3.
12. Hernandez, C. y. (2007). Investigacion aplicada . *educacion*, 4.
13. León, P. P. (2010). Metododlogia de la Investigación II. *Diseños de Investigación*, 10.
14. Lucio, P. B. (2014). Sexta edicion. *Metodologia de la investigacion*, 126 de 634.

15. M. I. Ortego, J. G. (s/f). Descripción Socioeconómica de la Población. *Análisis de Datos Estadísticos en cooperación para el Desarrollo*, 2.
16. McTaggart, K. y. (1988). Investigación básica: características, definición. *Lifeder*, 5-6.
17. Montero, A. c. (2007). Epidemiología, genética y mecanismos patogénicos de la diabetes mellitus. *Epidemiología, genética*, 1.
18. Ochoa, C. (2015). *Muestreo probabilístico: muestreo aleatorio simple*.
19. Palacios, J. r. (2015). Páncreas endocrino. *Enfermería virtual*, 2.
20. Pérez, B. y. (2007). Enfoque cualitativo. *políticas bíblicas en salud* , 1.
21. Pinheiro), (P. (2020). *MD. SAUDE*.
22. Sampieri, H. (2001). *población y muestra*.
23. Van Teijlingen E, H. V. (2001). The importance of studies. *Soc Res Update*, 35.
24. Villagrán, C. (2013). fisiopatología de la diabetes y los mecanismos de muerte de las células B pancreáticas . *endocrinología nutrición*, 2.

ANEXOS

DEDICATORIO DE ANEXOS

ANEXOS	DESCRIPCION
1,2,3,4,5,6	Realización de encuestas el día 18 de mayo del 2021 en el barrio ojo de agua las cruces Municipio de Amatenango de la Frontera
7	Tríptico Informativo empleado en la sesión informativa.

ANEXO 1



ANEXO 2



ANEXO 3



ANEXO 4



ANEXO 5



ANEXO 6



RECOMENDACIONES

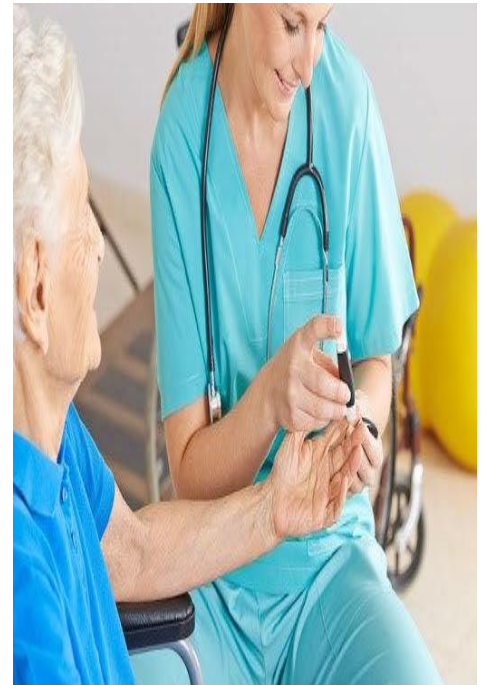
- ◆ Mantener una hidratación adecuada
- ◆ Practicar ejercicio de forma regular
- ◆ Cuidar los pies
- ◆ Adoptar una alimentación sana rica en proteínas y fibra.
- ◆ Evitar Alimentos que contengan demasiada grasa
- ◆ Disminuir Alimentos que contengan demasiada azúcar
- ◆ Revisa la Fecha de caducidad de tus medicamentos

HEBER NELZON TOMAS TOMAS

KEGNER NEISON VILLATORO PEREZ

ZABDI JAIR JIMENEZ PEREZ

FACTORES DESENCADENANTES DE LA DIBETES MELLITUS



DIABETES MELLITUS

Es una Enfermedad que se caracteriza por un aumento de la cantidad de azúcar en la sangre. Se produce por la incapacidad que Tiene el organismo para transformar el azúcar (glucosa) obtenido de los Alimentos. Para que el organismo transforme el azúcar en energía, necesita de una sustancia que produce el páncreas llamada insulina.

FACTORES DE RIESGO

- Las personas que tienen exceso de peso,
- especialmente si hay familiares diabéticos.
- Los que tienen más de 40 años. ,
- Sedentarismo, sobre todo después de los 50 años.

SINTOMAS

- Aumento de la sed y de la micción.



Vision borrosa.



Pérdida de peso inesperada.



- Aumento del hambre.
- Llagas de curación lenta e infecciones frecuentes.
- Encías rojas e inflamadas. Hormigueo o entumecimiento en las manos o los pies.

COMO PREVENIR LO

- Evitar el sobrepeso ,



- Aumentar el consumo de Alimentos ricos en fibra como frutas, verduras y leguminosas



- Tomar como mínimo 8 vasos de agua



- Disminuir el consumo de azúcar

