



**Nombre de alumnos: Yaneth del Rosario Espinosa Cruz.**

**Nombre del profesor: De la Cruz Morales Maricela.**

**Nombre del trabajo: ensayo.**

**Materia: Trabajo social en salud.**

**Grado: séptimo cuatrimestre.**

**Grupo: A**

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez Chiapas a 15 de octubre de 2021.

## Dulce agonía. Los extractos de la chatarra.

La diabetes es una enfermedad muy común en la sociedad que vivimos, la mayor parte de las personas están enfermas de diabetes, es por eso que el personal de salud realiza campañas para concientizar a la población. El presente trabajo tratara acerca de la enfermedad de la diabetes, como por ejemplo las causas, síntomas y consecuencias que lo provoca, incluiré testimonios de personas que están sufriendo de esta enfermedad, y por ultimo incluiré los tipos de diabetes que existen y los problemas de obesidad.

“la diabetes es una enfermedad crónica de larga duración que afecta la forma en que el cuerpo convierte los alimentos en energía” (diabetes en español, 2017) la diabetes es una enfermedad causada por comer mucha comida chatarra, y consumir mucha azúcar, la diabetes aparece cuando el organismo no puede controlar la cantidad de glucosa en la sangre, la causa más grande para que una persona le de diabetes es por que consume muchos carbohidratos , bebidas endulzantes, grasas saturadas, carnes rojas, no hacen ejercicio y no consumir suficiente agua. (Zuñiga, 2021) afirma que los síntomas de la diabetes no siempre causa síntomas de inicio, por eso se le conoce como el asesino silencioso, eso quiere dar a entender que los pacientes que tienen diabetes pueden vivir un largo periodo siempre y cuando acudan al médico para recibir un diagnóstico y comenzar a tratar la enfermedad, las personas enfermas de diabetes comienzan con los siguientes síntomas tal como son las idas frecuentes al baño, la sed constante, hambre extrema, pérdida de peso, fatiga, visión borrosa, irritabilidad. “en el perfil epidemiológico de México hace tres décadas la diabetes era una enfermedad relativamente rara y que afectaba sobre todo a la población que tenía una predisposición genética para desarrollarla y se presentaba en etapas por productivas”. (Alejandro Tagle, 2021) nos está dando a entender que la diabetes solo se presentaba con las personas que tenían un familiar que había sufrido de diabetes, era hereditario, por ejemplo el papa de mi abuelita murió de diabetes y a ala larga mi abuelita la heredo y también murió de diabetes, cuando ella se enteró que tenía diabetes su vida cambio por completo, porque tenía que cuidar su alimentación, e incluso asistía al doctor continuamente se puede decir que tenía control más o menos estable pero conforme va pasando el tiempo más va perjudicando el cuerpo , la diabetes es una enfermedad silenciosa que te va acabando lentamente, en México ha habido una explosión brutal de muertes por causa de esa enfermedad, si nos ponemos a reflexionar cuantas personas

mueren al día por causa de esta enfermedad y un los peores factores que lo causan es el exceso consumo de refrescos, y azucares como las galletas, sabritas, cereales etc. Aunque también otra enfermedad que va de la mano con la diabetes es la obesidad ya que es cuando una persona tiende a estar más frágil para contraer esta enfermedad. Si nos ponemos a observar a los alumnos de las escuelas el 10% de los niños tienen sobrepeso y tienen mayor riesgo de enfermarse de diabetes o que mueran de un paro cardíaco. Existen tres tipos de diabetes, la diabetes tipo 1, diabetes tipo 2 y diabetes gestacional. “La diabetes es como una arma mortal porque nunca sabes en que momento te va atacar” (Espinosa, 2021) al platicar con un tío que tiene años de vivir con diabetes me comento que su vida dio un giro a un mundo desconocido por que ahora es más propenso a contraer enfermedades respiratorias, infecciones y que siempre tiene que tener cuidado de no golpearse para no infectar la herida, también me hizo mención que el ya no tiene la cuenta exacta de las veces que ha ido al doctor por causa de que se le sube la presión, el siente que vivir con diabetes no es vida por que no sabe en qué momento va a fallecer y dejara a su familia. La diabetes se ha llevado a muchos familiares y nosotros no hacemos caso de cómo debe ser una buena alimentación.

La diabetes siempre va existir y las cosas chatarras también pero pienso que ya está en uno mismo si se quiere cuidar para mantener una salud sana, también depende de nosotros como papa enseñarle a nuestros hijos a comer sanamente ya que la mejor herencia que le podemos dejar es la salud y los buenos hábitos, en el caso de las personas que ya la tienen es bueno que asistan al médico para su revisión de rutina ya que es una enfermedad que te va comiendo por dentro. Es momento de concientizar y es momento de ponernos a cuidar nuestro cuerpo.

## **Bibliografía**

*diabetes en español*. (26 de 12 de 2017). Recuperado el 15 de 10 de 2021, de informacion sobre la diabetes: <https://www.cdc.gov/diabetes/spanish/basics/diabetes.html>

Alejandro Tagle, a. r. (Dirección). (2021). *dulce agonía. los estragos de la chatarra* [Película].

Espinosa, R. C. (13 de 10 de 2021). la diabetes. (Y. Espinosa, Entrevistador)

Zuñiga, D. P. (11 de 6 de 2021). *¿cuales son los sintomas de la diabetes? ¿cuales son los sintomas de la diabetes?*