

**Nombre de alumno: Roxana Belen  
López López**

**Nombre del profesor: María de los  
Ángeles Venegas Castro**

**Nombre del trabajo: Ensayo**

**Materia: Epidemiología**

PASIÓN POR EDUCAR

**Grado: Sexto cuatrimestre**

**Grupo: “A”**

En el siguiente ensayo hablaremos acerca de la epidemiología en la salud pública en México, hablaremos un poco sobre las principales enfermedades que son causa de muerte, enfocándonos en la patología de la Diabetes Mellitus Tipo 2.

Esperando que la información que se da en el ensayo sea de mucha utilidad para quien lo lee.

Conocemos a la epidemiología como el estudio de la salud humana entendiendo diferentes funciones como lo son: descubrir el agente o huésped y los factores ambientales que afectan a la salud, con el objetivo de aportar una base científica para prevenir enfermedades así mismo para fomentar la salud. Actualmente, se acepta que para cumplir con su cometido la epidemiología investiga la distribución, frecuencia y determinantes de las condiciones de salud en las poblaciones humanas así como las modalidades y el impacto de las respuestas sociales instauradas para atenderlas.

El estudio de las enfermedades como fenómenos poblacionales es casi tan antiguo como la escritura, y las primeras descripciones de padecimientos que afectan a poblaciones enteras se refieren a enfermedades de naturaleza infecciosa.

Según la OMS define a la epidemiología como “el estudio de la distribución y los determinantes de estados o eventos (en particular de enfermedades) relacionados con la salud y la aplicación de esos estudios al control de enfermedades y otros problemas de salud

La Epidemiología tiene tres principales áreas de estudio: evaluar la salud de una población, que incluye la prevalencia de trastornos, enfermedades y síntomas; determinar las causas y factores de riesgo; e implementar y evaluar soluciones para las enfermedades

Se puede definir como un proceso dinámico y continuo de investigación, diagnóstico, análisis e interpretación de información, que sirve para categorizar metodológicamente información sobre factores de riesgo de las enfermedades.

Se puede afirmar que el primer aporte de la epidemiología a la salud colectiva es la concepción integral de la medicina, que abarca lo biológico y lo social, pues le permite ampliar su visión del proceso salud-enfermedad y contextualizarla en su realidad. La epidemiología clínica se comienza a conocer en los Estados Unidos antes del año 1958, a partir de un curso electivo que se brindaba a los estudiantes de Salud Pública y Medicina

en la Universidad de Yale, al que denominaban Principios de Epidemiología o Epidemiología Clínica.

Durante el periodo del 2021 las defunciones por Covid-19 fueron la primera causa de muerte a nivel nacional con 145,159 casos. Le siguieron las enfermedades del corazón con 113,899 y de la diabetes mellitus con 74,418 casos.

Entre enero y junio de 2021 se registraron de forma preliminar 579,596 defunciones. En el periodo de referencia ocurrieron 559,183 (96.5%) de las defunciones registradas. • enero fue el mes que presentó el mayor número de defunciones registradas con 28.1%, seguido de febrero y marzo con 19.9% y 16.1%, respectivamente

- Defunciones por COVID-19 En la información preliminar del primer semestre de 2021, COVID-19 ocupó el primer lugar dentro de las diez principales causas de muerte a nivel general y por sexo. Tasas de defunciones por la COVID-19 por cada 10,000 habitantes10 por grupos de edad Enero – junio

- Defunciones por enfermedades del corazón Las enfermedades del corazón ocupan el segundo lugar como causa de muerte en el total y por sexo. Tasas de defunciones por enfermedades del corazón por cada 10,000 habitantes

- Defunciones por diabetes mellitus Durante el periodo de referencia, las defunciones por diabetes mellitus ocupan el tercer lugar, tanto en el total, como entre los hombres y mujeres. Tasas de defunciones por diabetes mellitus por cada 10,000 habitantes

- Defunciones por tumores malignos La cantidad de defunciones por esta causa mantiene su tendencia histórica, presentando una ligera disminución respecto al periodo de referencia en el del año inmediato anterior. Tasas de defunciones por tumores malignos por cada 10,000 habitantes

- Defunciones por influenza y neumonía Del total de las muertes causadas por influenza y neumonía, que en conjunto ascendieron a 20,956 casos, las defunciones por neumonía representan 99.8% con 20,916 sucesos. Tasas de defunciones por influenza y neumonía por cada 10,000 habitantes

- Defunciones por enfermedades del hígado Las defunciones causadas por enfermedades del hígado presentaron una tasa igual respecto al año anterior con un aumento de 50 casos. Tasas de defunciones por enfermedades del hígado por cada 10,000 habitantes

- Defunciones por enfermedades cerebrovasculares En las defunciones por esta causa no se aprecia un incremento significativo y mantienen la tendencia que históricamente han presentado. Tasas de defunciones por enfermedades cerebrovasculares por cada 10,000 habitantes

- Defunciones por agresiones (homicidios) En las defunciones ocurridas en el 2021 por esta causa se aprecia un ligero descenso respecto a 2019 y 2020. Tasas de defunciones por agresiones (homicidios) por cada 10,000 habitantes

- Defunciones por accidentes Respecto a 2020, los accidentes presentan un ligero repunte en el periodo de enero a junio del 2021, acercándose a los registrados en 2019.

- Defunciones por enfermedades pulmonares obstructivas crónicas Para el periodo de referencia, las defunciones por esta causa presentaron un descenso en los últimos dos años. Tasas de defunciones por enfermedades pulmonares obstructivas crónicas por cada 10,000 habitantes Enero-junio (2012-2021) y cierre de año (2012-2020)

## Diabetes Mellitus Tipo 2

La diabetes tipo 2, el tipo más común de diabetes, es una enfermedad que ocurre cuando el nivel de glucosa en la sangre, también llamado azúcar en la sangre, es demasiado alto. La glucosa en la sangre es la principal fuente de energía y proviene principalmente de los alimentos que se consumen. La insulina, que es una hormona producida por el páncreas, ayuda a que la glucosa entre a las células para que se utilice como energía. En la diabetes tipo 2, el cuerpo no produce suficiente insulina o no la usa bien. Por lo tanto, se queda demasiada glucosa en la sangre y no llega lo suficiente a las células.

La tasa de mortalidad por diabetes para 2020 es de 11.95 personas por cada 10 mil habitantes, la cifra más alta en los últimos 10 años. En 1991 la Organización Mundial de la

Salud (OMS) y la Federación Internacional de la Diabetes (FID) crearon el Día Mundial de la Diabetes.

La diabetes tipo 2 se puede presentar a cualquier edad, incluso durante la infancia. Sin embargo, la diabetes tipo 2 ocurre con mayor frecuencia en personas de mediana edad y en personas mayores. La probabilidad de desarrollar diabetes tipo 2 es mayor si se tiene 45 años o más, tiene antecedentes familiares de diabetes o sobrepeso u obesidad. La diabetes es más común en personas afroamericanas, hispanas o latinas, indígenas estadounidenses, estadounidenses de origen asiático o nativas de las islas del Pacífico.

La falta de actividad física y ciertos problemas de salud como la presión arterial alta afectan la probabilidad de tener diabetes tipo 2.

Los síntomas de la diabetes incluyen:

- aumento de la sed y de las ganas de orinar
- aumento del hambre
- sentirse cansado
- visión borrosa
- entumecimiento u hormigueo en los pies o las manos
- llagas que no sanan
- pérdida de peso sin razón aparente

Los síntomas de la diabetes tipo 2 a menudo aparecen lentamente, en el transcurso de varios años, y pueden ser tan leves que ni siquiera se notan. Muchas personas no tienen síntomas. Algunas personas no saben que tienen la enfermedad hasta que tienen problemas de salud relacionados con la diabetes, como visión borrosa o enfermedades del corazón.

De acuerdo con el último consenso de la Asociación Americana de Diabetes (ADA), los objetivos del tratamiento nutricional deben ser los siguientes:

- Mejorar los parámetros de hemoglobina glicosilada, reducir la hipertensión y los niveles de colesterol.

- Conseguir y mantener un peso saludable (en este punto tiene especial interés la adherencia y cambio de hábitos del paciente).
- Prevenir complicaciones.

Por lo tanto, uno de los puntos que se deben tener en cuenta, una vez es diagnosticada la enfermedad, es el factor dietético.

Frutas, verduras, hortalizas, legumbres y cereales de grano entero. Estos alimentos deberían ser la principal fuente de hidratos de carbono en cualquier dieta saludable, pero en especial para estos pacientes. Al estar formados en parte por fibra, su entrada al torrente sanguíneo es más lenta y no se producen picos de glucemia.

Según investigaciones como las que realiza el Programa de Prevención de la Diabetes, demuestran que se puede hacer mucho para reducir la probabilidad de desarrollar diabetes tipo 2. A continuación describimos algunos cambios que usted puede hacer para disminuir su riesgo:

- Baje de peso y no vuelva a aumentarlo.
- Aliméntese sanamente la mayor parte del tiempo
- Realizar ejercicio
- Mantener un estilo de vida saludable.

Podemos prevenir la aparición de estas enfermedades acudiendo al médico y nutriólogo para tener recomendaciones adecuadas

Es muy importante tener una buena alimentación para tener una buena calidad de vida

## BIBLIOGRAFIA

- Cómo prevenir la diabetes tipo 2.* (2022, 19 enero). National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases. <https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/diabetes/informacion-general/prevenir-tipo-2>
- Álvarez, V. M. (2022, 25 enero). *Tratamiento nutricional en la diabetes tipo 2.* Mejor con Salud. <https://mejorconsalud.as.com/tratamiento-nutricional-diabetes-tipo-2/>
- Diabetes tipo 2.* (2022, 19 enero). National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases. <https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/diabetes/informacion-general/que-es/diabetes-tipo-2>

