

Nombre de alumno: Felipe de Jesús López Avendaño.

Nombre del profesor: María de los Ángeles Venegas Castro.

Nombre del trabajo: Unidad 4 actividad.

PASIÓN POR EDUCAR

Materia: Epidemiología.

Grado: Sexto cuatrimestre.

Grupo: Nutrición “A”.

Presentación:

A continuación, por medio de este proyecto daremos a conocer información valiosa, acerca de la causalidad y los efectos que puede provocar una enfermedad en específico, el cual es la causante de los mayores casos de muerte en el año 2021 en México, el cual llevaremos a cabo esta investigación por un proyecto final que se desarrolló en la licenciatura de nutrición en la asignatura de epidemiología, en las instalaciones de la universidad del sureste en Comitán de Domínguez Chiapas.

Tema de estudio: Diabetes Mellitus tipo II.

Método de estudio epidemiológico: Cohorte retrospectivo.

Herramientas de estudio: Encuesta y gráficas.

Integrantes del equipo:

- Felipe de Jesús López Avendaño
- Laura Camila Ortega Alfonzo.
- Roxana Belén López López.
- Brenda Margarita Hernández Díaz.

Introducción.

Según la American Diabetes Association (ADA) ¿Qué es la Diabetes Mellitus tipo II?, La ADA, nos menciona que es una condición médica, en la que las células del cuerpo no responden bien a la hormona insulina, hormona importante para que el azúcar en sangre acceda a las células del cuerpo y las convierta en energía. (<https://ada.com>)

Conforme van pasando los años, el ser humano ha ido evolucionando la forma en que selecciona sus alimentos y en como los prepara, esto con el objetivo de saciar su hambre y el placer que sienten a la hora de consumirlos, es por ello, que en la actualidad existe una gran variedad de alimentos y combinaciones de estos, de tal manera, podemos encontrar nuevas tendencias de comidas, por hacer mención de un ejemplo, puede ser la comida rápida o más bien conocida como “Fast Food”, en donde el consumo de estos alimentos se ha convertido en algo cotidiano en la vida de muchas personas, tanto que llega a convertirse en un régimen alimentario que puede conllevar a graves consecuencia a la salud del ser humano, directamente en el aumento de la glucosa, colesterol LDL y triglicéridos sanguíneos, por lo que puede elevar el riesgo a enfermedades cardiovasculares e inclusive conllevar a una muerte.

De acuerdo a lo acontecido, esto es debido principalmente a que es ocasionado por diversos factores, como lo puede ser el estilo de vida, en que no se tenga mucho tiempo para preparar la comida en casa, así también como la cultura, la tradición, los gustos, etc., es por ello, que mediante este trabajo, se hará mención de una enfermedad que es muy común en la actualidad, la cual es; Diabetes Mellitus Tipo II, ya que es una enfermedad de suma importancia de estudio, debido a que es la causante de muchas muertes en el 2021 en México, a causa de su atrocidad que puede ocasionar, y que es provocado por el consumo inadecuado de los alimentos.

Objetivo general y específico.

Objetivo General: Conocer los indicadores epidemiológicos de la Diabetes.

Objetivo Específico:

- Investigar las causas de la Diabetes Mellitus tipo II de una población en riesgo.
- Investigar las consecuencias derivadas de padecer Diabetes Mellitus tipo II en una población de riesgo
- Conocer la relación entre causa y efecto de los factores planteados de la Diabetes Mellitus tipo II para la población de riesgo, asimismo dar conocer mediante herramientas el por qué es una enfermedad multicausal.

Planteamiento del problema.

Tema: Diabetes Mellitus Tipo II.

Población a estudiar: grupo por convivencia (conocidos y parientes) en un rango de edad entre 20 y 65 años de edad, el cual se usará una técnica de proximidad en específico, que es a través de una encuesta, en donde las preguntas se elaborarán con el método epidemiológico retrospectivo, y se aplicará por medio de las redes sociales.

Con base a las preguntas que se realizarán en la encuesta se estudiarán:

Factores de riesgo.

- Hábitos alimenticios
- Sedentarismo
- Enfermedades relacionadas
- Cultura/Tradiciones
- Genética

Causas

- Padecimientos o trastornos provocados por la Diabetes Mellitus tipo II.
- Valores bioquímicos (discriminatorio).

Hipótesis.

¿Podría ser la alimentación, la genética y el sedentarismo las principales causas de la Diabetes Mellitus tipo II? En la actualidad la diabetes mellitus tipo II es considerada una enfermedad común en la sociedad mexicana, y debido a nuestras observaciones, por el estilo de vida actual, consideramos que puede ocasionarse debido a diferentes factores como la comida rápida, la herencia entre familia de dicha enfermedad, y el no realizar ningún tipo de actividad física, que pueden desarrollar a la Diabetes Mellitus tipo II.

Justificación

El propósito de esta investigación es para lograr recabar información acerca de los factores de riesgo y de las causas de la Diabetes Mellitus tipo II, con el objetivo de lograr dar una propuesta después de haber realizado una investigación exhaustiva, que nos propicie un convencimiento hacia determinados fines, lo importante es que la investigación nos de prioridades, resultados, y además, lograr que dicha investigación cumpla con una misión en beneficiar hacia una población determinada.

Marco teórico.

Como resultado de lo acontecido y como bien sabemos que es importante dentro de una investigación y que dará aportaciones significativas, se dará a conocer dentro del marco teórico los siguientes resultados de diferentes fuentes, acerca de los rangos de edad en que aparece la diabetes mellitus tipo II enfocado en la población mexicana, ya que, consideramos que un factor importante dentro de la investigación, ya que hoy en día existe gran cantidad de personas que padecen dicha enfermedad, y que estos pueden ser resultados que nos puedan brindar una información valiosa para determinar si puede ser ocasionado por la transmisión de una herencia genética porque aparece en una edad muy temprana, o si es adquirida por medio de la alimentación inadecuada y/o por el sedentarismo (ambiente) por si aparece en una edad avanzada.

Según investigaciones del IMSS, los resultados que se obtuvo acerca del rango de edad que incide y prevalece de la Diabetes Mellitus tipo II, son personas mayores a 20 años de edad, en donde su prevalencia real es del 18% que son 65 millones aproximadamente del total de mexicanos. (imss.gob.mx)

Por otro lado, investigaciones realizadas por la Universidad Autónoma del estado de Hidalgo, da a conocer que en sus resultados del rango de edad que incide y prevalece la Diabetes Mellitus tipo II, es en personas entre 45 y 49 años de edad. (<https://www.uaeh.edu.mx>)

En otra fuente que se realizó dicha investigación fue en una fuente que regularmente suben investigaciones de estudios verídicos, el cual es scielosp.org, y los resultados fueron en una edad mayor a 45 años y que el porcentaje más alto es de 65 años en adelante. (<https://scielosp.org>)

De acuerdo a los resultados que se obtuvieron por diferentes fuentes, nos podemos dar cuenta que existe un gran parámetro de edad en la que aparece dicha

enfermedad, eso quiere decir que los resultados son muy variados en las edades, por lo tanto, son cantidades importantes a considerar de su desarrollo de la Diabetes Mellitus tipo II, asimismo, es por esta razón es que México se encuentra en los primeros puestos de la tasa de mortalidad.

Metodología.

Encuesta: Realizada a 15 Personas.

1.- ¿Qué tan frecuente consumes comida rápida? , como hamburguesas, tacos, pizza, etc.

- A. 1 Vez a la semana B. 2 Veces a la semana C. Más de 3 veces a la semana
D. No consumo ese tipo de comida.

2.- ¿Qué tan frecuente haces ejercicio o practicas algún deporte?

- A. 1 vez a la semana. B. 2 Veces a la semana. C. 3 Veces o más a la semana.
D. No hago ningún tipo de ejercicio o deporte.

3.- ¿Cuántos de los integrantes de tu familia conoces que tenga diabetes tipo II?

- A. Mamá B. Papá. C. Hermano/a o hermanos/as.
D. Nadie.

4.- ¿Conoces tus valores sanguíneos de tu glucosa (azúcar) en sangre?

- A. Entre 70-100 mg/dL B. Entre 100 y 125 mg/dL C Igual o mayor a 126 mg/dL
D. No los conozco.

5.- ¿Compras tus comidas?

- A. Si, todas. B. Sí, pero solo 2 comidas del día. C. Sí, pero solo 1 comida del día.
D. Solo los fines o procuro no hacerlo.

6.- ¿Qué tipo de cuerpo consideras que tienes?

- A. Delgado. B. Atlético. C. Con poco o mucho sobrepeso.
D. Estoy en mi peso saludable.

7.- ¿Consideras que llevas un régimen alimenticio saludable cuando comes en tu casa?

- A. Si, cuidamos mucho nuestra alimentación. B .No. C. A veces.

8.- Cuantos tiempos de comida tienes al día?

- A. 2 tiempos de comida. B.3 tiempos de comida. C.5 tiempos de comida.
D. Más de 5 tiempos de comida.

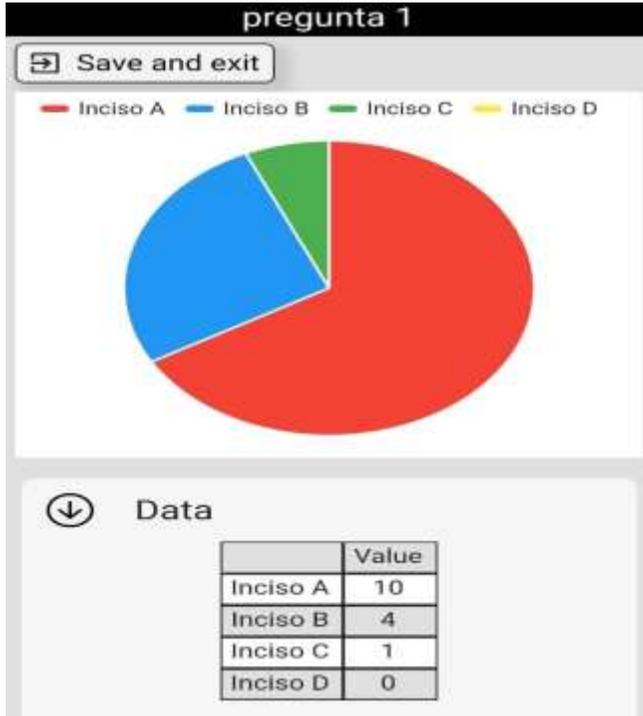
9.- ¿Algún integrante de tu familia padece de alguna enfermedad del corazón?

- A. Si. B. No.

10.- ¿Te consideras una persona con ansiedad, depresión o estresada?

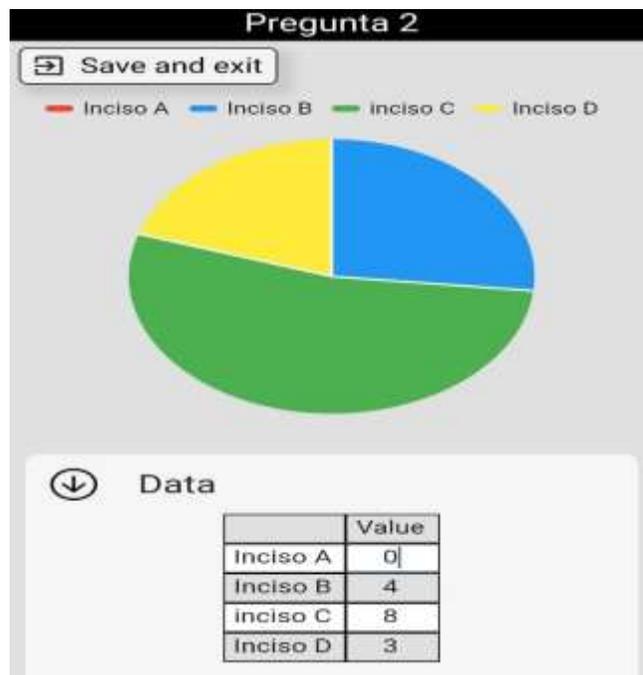
- A. Si. B. No.

Resultados y análisis.



En la pregunta 1 respondieron:

10 personas comen 1 vez a la semana comida rápida, 4 personas 2 veces a la semana y 1 persona como 3 veces o más.



En la pregunta 2 respondieron:

4 persona hacen 2 veces a la semana, 8 personas hacen 3 veces o más, y 3 personas no realizan ejercicio o algún deporte.

Pregunta 3

Save and exit

Inciso A Inciso B Inciso C Inciso D



En la pregunta 3 respondieron:

4 personas tiene diabetes tipo II su mamá, 5 personas tienen su papá, 1 persona su hermano/año, y 5 personas respondieron que nadie de su familia tiene diabetes tipo II.

Data

	Value
Inciso A	4
Inciso B	5
Inciso C	1
Inciso D	5

Pregunta 4

Save and exit

Inciso A Inciso B Inciso C Inciso D



En la pregunta 4 respondieron:

2 Personas tienen entre 70 – 110 mg/dL, 4 personas tienen entre 100 y 125 mg/dL, 2 personas tienen igual o mayor a 126 mg/dL y 7 personas no conocen sus niveles de azúcar en sangre

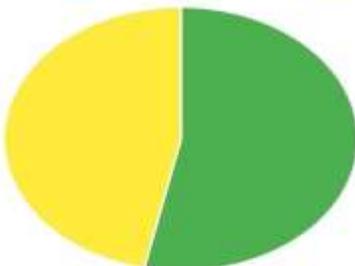
Data

	Value
Inciso A	2
Inciso B	4
Inciso C	2
Inciso D	7

Pregunta 5

Save and exit

Inciso A Inciso B Inciso C Inciso D



En la pregunta 5 respondieron:

8 personas compran 1 comida al día, y 7 personas comen los fines o procuran no comprar.

Data

	Value
Inciso A	0
Inciso B	0
Inciso C	8
Inciso D	7

Pregunta 6

Save and exit

Inciso A Inciso B Inciso C Inciso D



Data

	Value
Inciso A	3
Inciso B	3
Inciso C	7
Inciso D	2

En la pregunta 6 respondieron:

3 personas se consideran delgadas, 3 personas se consideran atléticos, 7 personas se consideran con un poco de sobrepeso u obesidad y 2 personas se consideran que están en su peso saludable.

Pregunta 7

Save and exit

Inciso A Inciso B Inciso C



Data

	Value
Inciso A	0
Inciso B	2
Inciso C	13

En la pregunta 7 respondieron:

2 personas no llevan un régimen alimenticio saludable en su hogar y 13 llevan variada su alimentación y a veces se cuidan.

Pregunta 8

Save and exit

Inciso A Inciso B Inciso C Inciso D

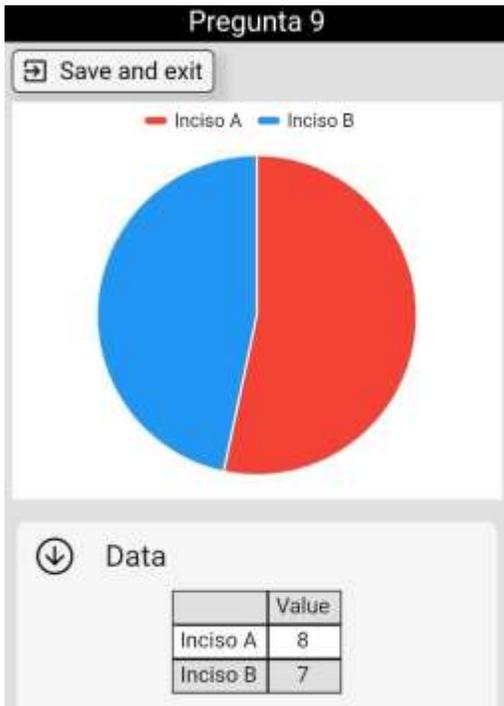


Data

	Value
Inciso A	3
Inciso B	12
Inciso C	0
Inciso D	1

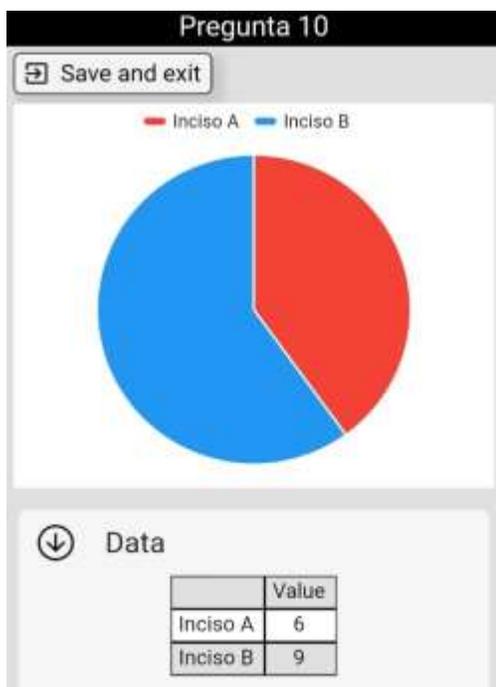
En la pregunta 8 respondieron:

3 personas consumen 2 tiempos de comida, 12 personas consumen sus 3 tiempos de comida y 1 persona consume 5 o más tiempos de comida.



En la pregunta 9 respondieron:

8 personas tienen algún integrante de su familia con algún problema de corazón, y 7 personas no tienen algún integrante de su familia con este tipo de enfermedad.



En la pregunta 10 respondieron:

6 personas consideran que tienen algún problema psicológico como el estrés, ansiedad o depresión, y 9 personas dijeron que no.

Conclusión.

Como conclusión final puedo decir que por medio de la encuesta, es que la diabetes mellitus si es una enfermedad que está muy presente en la actualidad, ya que hubieron muchas personas que respondieron que sus familiares tienen diabetes, y que ellos mismos en la pregunta que se les realizó acerca de que si conocías sus valores sanguíneos de glucosa, algunos salieron pre diabéticos y la mayor parte aún no conoce sus valores, y posiblemente algunos puedan tener prediabetes o diabetes, por otro lado, considero con base a los resultados que los hábitos alimenticios de las personas, por cultura familiar no es saludable, ya que la mayor parte no consume alimentos en casa, y en que por lo menos 1 vez a la semana consumen comidas rápidas, asimismo, por medio de esta respuesta al igual se concluye que por eso la mayor parte tiene sobre peso, pero al igual, no únicamente puede ser esos factores implicados en la Diabetes mellitus, sino también, es que obtuvimos un resultado que es muy interesante, como lo es el factor psicológico, ya que el 40% respondió que padecen de algún problema o trastorno psicológico, y posiblemente eso al igual esté afectando y provocando en el desarrollo de dicha enfermedad, es por ello, que mediante esta investigación, podamos dar a conocer que el llevar un estilo de vida poco saludable, como el no hacer ejercicio como en este caso, en la investigación, fueron muy pocas personas que son activos en su estilo de vida físico, y el llevar un régimen alimenticio despreocupado comiendo muchos alimentos que venden en los puestos de la calle, puede ocasionar la aparición de la diabetes tipo II, y que asimismo, esta pueda ser transmitida en generaciones próximas familiares por herencia genética.

Por lo tanto, la propuesta es que aunque en la familia se tengan ciertas culturas alimenticias insanas, o el no hacer ejercicio por falta de tiempo o por falta de motivación e incluso aunque se esté pasando por situaciones de estrés, es que no se descuide todos esos factores, ya que no únicamente desencadena la diabetes, sino que al igual puede ocasionar muertes por los problemas colaterales que puede causar esta misma, como por ejemplo, los infartos, ya que cada uno es responsable de la salud individual, y nuestro cuerpo es un templo que hay que cuidar, y el

provocar dichas enfermedades, incapacita a la funcionalidad del ser humano, por lo tanto es importante hacer conciencia.

Referencias

https://ada.com. (s.f.). Obtenido de <https://ada.com>: <https://ada.com/es/conditions/diabetes-mellitus-type-2/>

https://scielosp.org. (s.f.). Obtenido de <https://scielosp.org>:
<https://scielosp.org/article/rpsp/2003.v14n6/434-435/es/>

https://www.uaeh.edu.mx. (s.f.). Obtenido de <https://www.uaeh.edu.mx>:
<https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/icsa/n10/p2.html>

imss.gob.mx. (s.f.). Obtenido de [imss.gob.mx](https://www.imss.gob.mx):
<https://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/guiasclinicas/718GER.pdf>