



Mi Universidad

Ensayo

Nombre del Alumno: Laura Camila Ortega Alfonzo

Materia: Epidemiología

Nombre del profesor: Maria de los Angeles Venegas

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Nutrición Cuatrimestre: XI

INTRODUCCIÓN.

La diabetes indica que el nivel de glucosa, o azúcar, se encuentra muy elevado en la sangre. En la diabetes tipo 1, el páncreas no produce insulina.

La insulina es una hormona que ayuda a que la glucosa penetre en las células para suministrarles energía. Sin la insulina, hay un exceso de glucosa que permanece en la sangre.

Con el tiempo, los altos niveles de glucosa en la sangre pueden causarle problemas serios en el corazón, los ojos, los riñones, los nervios, las encías y los dientes. Por esa razón es este tipo de diabetes la que se da en niños o mejor conocida como “diabetes infantil” ya que el factor más común es la genética, por lo tanto se desarrolla a una edad temprana.

Además, la obesidad infantil es una enfermedad muy frecuente y se ocasiona por una gran variedad de factores determinantes. Uno de ellos son los hábitos alimenticios, frecuentemente ocasionados por la falta de información, esto se refiere a que las personas no tienen el conocimiento necesario y adecuado sobre una adecuada alimentación y de que manera llevarla a cabo, al no tener esos conocimientos, por ende, desconocen los problemas que estos malos hábitos pueden ocasionar eventualmente.

La diabetes mellitus 1 es una enfermedad mayormente genética, sin embargo, existen otros factores que pueden desencadenar que esta empeore, se presente a una edad más temprana o que se vaya agravando. Esto puede suceder por la manera en que se lleva la alimentación, que engloba, por ejemplo, factores culturales, como pueden ser los festejos tradicionales donde se acostumbra a comer ciertos alimentos poco saludables; la cultura de comer pan, refrescos en lugar de agua natural y comer verduras.

Existen enfermedades que están asociadas, puede ser la obesidad, síndrome metabólico, una insulinoresistencia, aunado a la falta de ejercicio. Incluso los recursos económicos cuando son escasos, no pueden permitirse de llevar un tratamiento adecuado para controlar la enfermedad o prevenirla en el caso de los pacientes pre-diabéticos.

Otra de las causas es la falta de actividad física que va de la mano con los malos hábitos. Por ejemplo al no hacer ningún tipo de ejercicio sumado a comer poco saludable, conlleva a muchas consecuencias; e impacta en su salud. En la actualidad, es muy común que las personas no le tomen importancia a estos factores, o bien esto no es una prioridad, ya sea por falta de tiempo, no tener iniciativa, en lugar de hacer actividades como correr, jugar, brincar, etc prefieren pasar el tiempo con aparatos electrónicos.

Por otro lado, la forma en que los padres educan a sus hijos en casa, es otro factor importante y determinante; desde casa es en donde los niños adoptan buenos o malos hábitos. Muchas veces los padres no tienen tiempo de preparar alimentos y basan la alimentación en comida chatarra o "fast food" o bien son los padres quienes no ponen límites con el celular o no les enseñan las consecuencias que conlleva no alimentarse sanamente.

La costumbre de dar premios como dulces, helados, frituras, entre otros productos de este tipo cuando hacen berrinche o algo inadecuado promueve de igual forma esos malos hábitos y se genera una cultura de motivar o incentivar con este tipo de productos que son nocivos para la salud.

En el factor psicológico, problemas psicológicos tales como la ansiedad, depresión, baja autoestima, entre otros, pueden ocasionar que las personas tengan conductas que promuevan por ejemplo, comer por impulso o en cantidades excesivas y son un detonante para esta enfermedad.

Todo esto sin olvidar que el factor principal de este tipo de padecimiento es el factor genético

La diabetes tipo 1 ocurre con mayor frecuencia en los niños y adultos jóvenes, pero puede aparecer a cualquier edad. Los síntomas pueden incluir:

- Mucha sed
- Orinar frecuentemente
- Sentir mucha hambre o cansancio
- Pérdida de peso sin razón aparente
- Presencia de llagas que tardan en sanar
- Piel seca y picazón
- Pérdida de la sensación u hormigueo en los pies
- Vista borrosa

La prevalencia de DM1 en el mundo oscila entre 0,8 y 4,6/1.000 habitantes, situándose en 1-1,5/1.000 en la mayoría de los casos. En cuanto a la incidencia, se han descrito diferencias por países, razas, estación de diagnóstico o de nacimiento, edad y sexo.

La incidencia varía también por grupos de edad y sexo. En la infancia, la incidencia es mayor que en la edad adulta. El grupo de mayor incidencia es el de 10 a 14 años y, a partir de aquí va disminuyendo hasta las últimas décadas de la vida. En mayores de 15 años, se observa mayor incidencia en varones, mientras que, antes de los 15 años, los resultados son distintos según se trate de países con alta o baja incidencia de DM1.

La morbilidad de la DM1 viene ocasionada por sus complicaciones agudas y crónicas. Para evitar las agudas, son importantes las campañas de información y educación pública así como la educación diabetológica a los pacientes ya diagnosticados. Para combatir las complicaciones crónicas, es preciso conocer los factores que influyen en su aparición y progresión.

Linkografía.

Forga, L. (2019, 20 abril). *ELSEVIER*. ELSEVIER. Recuperado 20 de mayo de 2022, de

<https://www.elsevier.es/es-revista-endocrinologia-nutricion-12-articulo-epidemiologia-diabetes-tipo-1-ayudando-S1575092215000571>

Biblioteca de medicina. (2021, 20 diciembre). *MedlinePlus*. MedlinePlus. Recuperado 20

de mayo de 2022, de <https://medlineplus.gov/spanish/diabetestype1.html>