



## Síntesis

**Nombre del alumno:** Hannia González Macías

**Nombre del tema:** Diabetes mellitus

**Grado:** 4to semestre      **Grupo:** “A”

**Nombre de la materia:** Investigación epidemiológica avanzada

**Nombre del profesor:** Dr. Guillermo Del Solar Villarreal

**Licenciatura:** Medicina Humana

*Tapachula, Chiapas. 26 de abril del 2024.*

## Introducción

La Asociación Americana de Diabetes (ADA de sus siglas en inglés) define a la diabetes mellitus (DM) como un «grupo de enfermedades metabólicas» caracterizadas por hiperglucemia, resultado de defectos en la secreción de insulina, acción de la misma, o ambos<sup>1</sup>. Además, la hiperglucemia crónica de la DM se asocia con disfunción e insuficiencia de ojos, riñones, nervios, corazón y vasos sanguíneos<sup>1</sup>. La diabetes tipo 1 (DM1) y la diabetes tipo 2 (DM2) son enfermedades heterogéneas en las que la presentación clínica y la progresión de la enfermedad pueden variar considerablemente. En la DM1 el defecto principal es la destrucción de las células  $\beta$  que por lo general lleva a la deficiencia absoluta de insulina, mientras que en la DM2 predomina la pérdida progresiva de la secreción de insulina bajo un fondo de resistencia a la insulina.

## Consumo de leche de vaca y diabetes mellitus tipo 2

La evidencia presentada confirma que no hay una relación clara entre el consumo de leche de vaca y el desarrollo de DM2; por lo contrario, la mayoría de los trabajos analizados en el presente documento apoyan fuertemente que el consumo de leche de vaca baja en grasa tiene un impacto positivo en la salud de la población. Debido a la naturaleza multifactorial de la DM2 y a lo controversial de la evidencia que evalúa la relación entre el consumo de leche y DM2, difícilmente se puede establecer una cantidad (dosis de leche) para aprovechar al máximo los efectos benéficos sin que se presenten daños a la salud. Se considera que la leche es la principal fuente de calcio y vitamina D en los niños y es una excelente fuente de proteínas de alta calidad.

Gaceta médica de México. Diabetes Mellitus; Iván Pérez-Díaz. Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán, Ciudad de México, México [https://www.anmm.org.mx/GMM/2016/s1/GMM\\_152\\_2016\\_S1\\_050-055.pdf](https://www.anmm.org.mx/GMM/2016/s1/GMM_152_2016_S1_050-055.pdf)

## Conclusión

A manera de conclusión, no existe relación entre el consumo de leche de vaca y el desarrollo de DM2; de acuerdo con el comité de expertos para la elaboración de las recomendaciones sobre el consumo de bebidas para la población mexicana, se considera que la leche es la principal fuente de calcio y vitamina D en los niños y es una excelente fuente de proteínas de alta calidad. Sin embargo, el comité recomienda reemplazar la leche entera, de alto contenido de grasa (30 g/l), en todos los individuos mayores de dos años por leches sin grasa o con 1% de grasa; así como evitar el consumo de leche saborizada o realizarlo sólo de modo esporádico, con el propósito de que se sigan aprovechando todos los beneficios de la leche y evitar que ésta contribuya negativamente a la salud de la población.

## Bibliografía

- Gaceta médica de México. Diabetes Mellitus; Iván Pérez-Díaz. Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán, Ciudad de México, México  
[https://www.anmm.org.mx/GMM/2016/s1/GMM\\_152\\_2016\\_S1\\_050-055.pdf](https://www.anmm.org.mx/GMM/2016/s1/GMM_152_2016_S1_050-055.pdf)