

Materia:
Medicina basada en evidencia

Nombre del trabajo:
Ensayo

Alumno:
José Manuel López Cruz

Grupo: "A"
Grado: "8"

Docente:
Dr. Alonso Días Reyes

Instituto Nacional de Salud Pública (INSP)

La Diabetes Mellitus Tipo 2 (DM2) es una enfermedad metabólica crónica con una alta prevalencia en México, y representa uno de los mayores desafíos para la salud pública en el país. En este boletín, el Instituto Nacional de Salud Pública (INSP) presenta un enfoque integral sobre la prevención, diagnóstico, tratamiento y seguimiento de esta patología, con base en evidencia científica actualizada y adaptada al contexto del sistema de salud mexicano.

Definición y clasificación

La DM2 se caracteriza por niveles elevados de glucosa en sangre, resultado de una combinación de resistencia a la insulina y un déficit relativo en su producción. A diferencia de la diabetes tipo 1, que implica una destrucción autoinmune de las células β del páncreas, la DM2 se desarrolla de forma progresiva y suele presentarse en adultos, aunque su aparición en jóvenes ha ido en aumento debido al incremento del sobrepeso y la obesidad.

La clasificación de la diabetes, según la American Diabetes Asociación (ADA) y la Organización Mundial de la Salud (OMS), se divide en cuatro categorías:

- Diabetes tipo 1
- Diabetes tipo 2
- Diabetes gestacional
- Otros tipos específicos (por causas genéticas, pancreáticas, endocrinas, etc.)

Epidemiología y factores de riesgo

México se encuentra entre los países con mayor prevalencia de DM2. La enfermedad afecta principalmente a adultos mayores de 45 años, aunque también se ha observado un aumento alarmante en personas más jóvenes. Entre los principales factores de riesgo se destacan:

- Historia familiar de diabetes
- Obesidad, especialmente abdominal
- Sedentarismo
- Dieta hipercalórica y rica en azúcares
- Hipertensión arterial
- Dislipidemias

La identificación de estos factores es clave para implementar estrategias de detección oportuna y prevención en población de riesgo.

Diagnóstico

El diagnóstico de la DM2 debe realizarse con base en criterios clínicos y de laboratorio. Los criterios diagnósticos incluyen:

- Glucosa plasmática en ayuno ≥ 126 mg/dL
- Glucosa a las 2 horas en una prueba de tolerancia a la glucosa ≥ 200 mg/dL
- Hemoglobina glucosilada (HbA1c) $\geq 6.5\%$
- Glucosa plasmática al azar ≥ 200 mg/dL con síntomas clásicos

Además del diagnóstico, se recomienda realizar evaluaciones complementarias como perfil lipídico, función renal, presión arterial, peso, índice de masa corporal (IMC) y mediciones de circunferencia abdominal.

Complicaciones asociadas

La DM2, si no es diagnosticada y tratada adecuadamente, puede generar múltiples complicaciones micro y macrovasculares. Entre las principales se encuentran:

- Retinopatía diabética
- Nefropatía diabética
- Neuropatía periférica
- Enfermedad cardiovascular (infarto, accidente cerebrovascular)
- Pie diabético

Estas complicaciones no solo afectan la calidad de vida del paciente, sino que también incrementan los costos de atención y la carga sobre el sistema de salud.

Tratamiento

El tratamiento de la DM2 debe ser integral, escalonado y centrado en el paciente. Se recomienda iniciar con cambios en el estilo de vida:

- Modificación de la dieta
- Aumento de la actividad física
- Reducción de peso
- Cese del tabaquismo

Si estas intervenciones no logran un adecuado control glucémico, se incorporan fármacos orales como la metformina, considerada de primera elección por su eficacia, seguridad y bajo costo. Otros medicamentos incluyen sulfonilureas, inhibidores de DPP-4, tiazolidinedionas y, en casos más avanzados, el uso de **insulina**.

El manejo farmacológico debe individualizarse según el perfil del paciente, sus comorbilidades, edad, riesgo cardiovascular y tolerancia al tratamiento.

Referencias

Instituto Nacional de Salud Pública. (2008). *Diabetes Mellitus tipo 2*. Boletín de Práctica Médica Efectiva, 8. https://www.insp.mx/images/stories/Centros/nucleo/docs/pme_08.pdf