



Universidad Autónoma Metropolitana

Cuajimalpa

Diabetes

Texto académico de la materia PENSAMIENTO LOGICO Y DISCURSO ARGUMENTATIVO que fue impartida durante el segundo trimestre de la Licenciatura en Ciencias de la Comunicación, Presenta Mauro Ariel García Barrón.

Profesor: JOSE ALFREDO ANDRADE GARCIA

CDMX, 29/03/17

INDICE

CAPÍTULO I. ¿Qué es la Diabetes?

- 1.1.- Diabetes tipo 1
- 1.2.- Diabetes tipo 2
- 1.3.- Diabetes melitus gestacional
- 1.4.- Páncreas e insulina.

CAPÍTULO 2. Síntomas, Causas, Tratamiento y Prevención

- 2.1.- Causas
- 2.2.- Tratamiento
- 2.3.- Prevención

CAPITULO 3. Diabetes en México.

CAPITULO 4. Conclusiones

INTRODUCCIÓN

En este trabajo de investigación en base al curso del segundo trimestre de la Licenciatura en Comunicación durante la materia de PENSAMIENTO LOGICO Y DISCURSO ARGUMENTATIVO el tema central es “La diabetes”, dicho tema sera desarrollado en cuatro capítulos en los cuales se abordara el tema de la terrible enfermedad de la diabetes.

En el primero capitulo abordaremos principalmente al significado de esta enfermedad explicando y desarrollando sus diferentes tipos, así como el órgano del cuerpo más afectado por ésta y la hormona que no es producida por este mismo organismo.

En el segundo explicaremos los síntomas esta enfermedad, seguido de una breve explicación del porque se desarrollada; después expondremos los diferentes tipos de tratamientos y por ultimo mencionaremos como tratar de prevenir los diferentes tipos de diabetes.

Igualmente en el tercer capítulo hablare de la diabetes exclusivamente en México, tratando de analizar porque es uno de los principales países sufrientes de esta misma.

Por último, en el cuarto capítulo hablare de las conclusiones, es decir, de los resultados obtenidos con dicho desarrollo de los temas y subtemas en relación con nuestro tema y con esto tendremos como objetivo el resolver la problemática y lograr los fines de nuestra investigación como lo son el hacer conciencia sobre la prevención y cuidados de la diabetes, de cómo haciendo conciencia podemos lograr hacer un cambio si tenemos la iniciativa de lograr que bajen los índices de sobrepeso y obtener una mejor calidad de vida. De lo contrario seguirán perdiendo inocentes vidas por la misma ignorancia y negligencia de las mimas personas que padecen esta enfermedad.

1.- ¿Qué es la Diabetes?

Enfermedad crónica e irreversible del metabolismo en la que se produce un exceso de glucosa en la sangre y en la orina; se origina porque el páncreas no sintetiza la cantidad de insulina que el cuerpo humano necesita, la elabora de una calidad inferior o no es capaz de utilizarla con eficacia.

Como resultado, una persona con diabetes no absorbe la glucosa adecuadamente, de modo que ésta queda circulando en la sangre (hiperglucemia) y dañando los tejidos con el paso del tiempo. Este deterioro causa complicaciones para la salud potencialmente letales.

Hay tres tipos principales de diabetes:

- Diabetes tipo 1
- Diabetes tipo 2
- Diabetes mellitus gestacional

1.1.- Diabetes tipo 1:

Antes conocida como diabetes juvenil y/o insulino-dependiente.

La diabetes tipo 1 está causada por una reacción autoinmune, en la que el sistema de defensas del organismo ataca las células productoras de insulina del páncreas. Como resultado, el organismo deja de producir la insulina que necesita.

La diabetes tipo 1 puede aparecer a cualquier edad, pero suele comenzar en la infancia y adolescencia. Debido a que el páncreas deja de producir insulina (por el ataque autoinmune) y la glucosa no puede entrar a la célula, ocasionando permanezca circulando en el torrente sanguíneo. Todos los pacientes con diabetes tipo 1 necesitan inyectarse insulina. Sin el uso de la insulina es muy probable que una persona con diabetes muera.

1.2.- Diabetes tipo 2:

En la diabetes tipo 2, el cuerpo produce insulina pero o no es la suficiente o el cuerpo no puede utilizarla adecuadamente. Existen 2 razones por las que no se puede utilizar la insulina:

- Las células producen insulina pero no la suficiente para reducir los niveles de azúcar en la sangre y cubrir los requerimientos de energía del cuerpo.
- En la resistencia a la insulina, los mecanismos de las células para utilizar la insulina no son los adecuados y, por lo tanto, no pueden introducir el azúcar a la célula.

La diabetes tipo 2 es el tipo más común de diabetes. Suele aparecer en adultos, pero cada vez más hay más casos de niños y adolescentes.

1.3.- Diabetes mellitus gestacional:

Se presenta durante el embarazo, entre la semana 24- 28 de gestación, en una mujer que no padecía diabetes anteriormente.

Durante el embarazo se producen hormonas distintas para llevar a cabo un embarazo exitoso y saludable, el efecto de estas hormonas es contrario a la acción de la insulina, esto quiere decir que generan una resistencia a la acción de la insulina y no la dejan funcionar correctamente. Ya que la diabetes gestacional suele desarrollarse en una etapa avanzada de la gestación, el bebé ya está bien formado el riesgo para el bebé es menor que los de cuyas madres tienen diabetes tipo 1 o tipo 2 antes del embarazo.

Aunque solo se presente en estos casos, las mujeres que la padecen también deben controlar sus niveles de azúcar para no generar ningún riesgo. Esto se puede lograr con una dieta sana o inyectándose insulina.

1.4.- Páncreas e Insulina

- **Páncreas:** El páncreas es una glándula que mide alrededor de seis pulgadas de largo y se ubica en el abdomen. Está rodeada por el estómago, el intestino delgado, el hígado, el bazo, y la vesícula biliar. Tiene la forma de una pera plana. El páncreas tiene dos funciones principales, la función exocrina y la función endocrina. Las células exocrinas del páncreas producen enzimas que ayudan a la digestión; La segunda función del páncreas es la función endocrina, la que envuelve la producción de hormonas o sustancias que se producen en una parte del organismo y que circulan en el torrente sanguíneo para influir en otra parte distinta del organismo. La principal hormona pancreática es la insulina.
- **Insulina:** La insulina es una proteína que funciona como hormona y está fabricada por las células beta de los islotes de Langerhans, localizados en el páncreas.

La insulina es necesaria para ayudar a la glucosa (azúcar de la sangre) a entrar en las células del cuerpo y ser utilizada para producir energía. Se almacena en el hígado y los músculos (en forma de glucógeno) para ser utilizada más adelante y mantener constantes los niveles de glucosa en sangre.

2.- Síntomas, Causas, Tratamiento y Prevención.

En este capítulo expondremos brevemente estos 4 conceptos para informar y genera conciencia

Los síntomas de la diabetes, en la mayoría de los casos, se hacen presentes cuando la enfermedad ya está desarrollada, por eso es muy importante estar atento para que la prevención y el control de ésta sea menos agresiva y poder llevar una buena calidad de vida.

Es muy importante saber que no todos sufren los mismos síntomas ya que cada persona es única por sí misma y su sistema autoinmune es muy distinto. Aunque no todos presenten los mismos síntomas, siempre existirán unos generales que son: necesidad de orinar frecuentemente, exceso de sed, pérdida de peso y falta de energía; siendo el primero el más importante, ya que dependiendo de la gravedad de la enfermedad el color y la densidad de la orina son variables

2.1.- Causas

El envejecimiento de la población y los cambios en los estilos de vida son los dos factores que más influyen en el incremento progresivo de la diabetes. Así, el cambio en los hábitos alimentarios y el creciente sedentarismo y aumento de la inactividad física, que provocan obesidad, tienen como consecuencia directa que la enfermedad esté aumentando en casi todo el mundo.

También se debe saber que las causas de la diabetes tipo 1 aún son desconocidas y se cree que unas posibles causas son el factor genético y el consumo de algunos alimentos a temprana edad.

2.2.- Tratamiento

El tratamiento se basa tres pilares: dieta, ejercicio físico y medicación. Tiene como objetivo mantener los niveles de la glucosa en la sangre dentro de la normalidad para minimizar el riesgo de complicaciones asociadas a la enfermedad. En muchos pacientes con diabetes tipo 2 no sería necesaria la medicación si se controlase el exceso de peso y se llevase a cabo un programa de ejercicio físico regularmente. Sin embargo, es necesario con frecuencia una terapia sustitutiva con insulina o la toma de fármacos hipoglucemiantes por vía oral.

- Fármacos hipoglucemiantes orales: Se prescriben a personas con diabetes tipo 2 que no consiguen descender la glucemia a través de la dieta y la actividad física, pero no son eficaces en personas con diabetes tipo 1.
- Tratamiento con insulina: En pacientes con diabetes tipo 1 es necesario la administración de insulina ya que el páncreas es incapaz de producir esta hormona. También es requerida en diabetes tipo 2 si la dieta, el ejercicio y la medicación oral no consiguen controlar los niveles de glucosa en sangre. La insulina se administra a través de inyecciones en la grasa existente debajo de la piel del brazo, ya que si se tomase por vía oral sería destruida en aparato digestivo antes de pasar al flujo sanguíneo. Las necesidades de insulina varían en función de los alimentos que se ingieren y de la actividad física que se realiza. Las personas que siguen una dieta estable y una actividad física regular varían poco sus dosis de insulina. Sin embargo, cualquier cambio en la dieta habitual o la realización de algún deporte exigen modificaciones de las pautas de insulina. La insulina puede inyectarse a través de distintos dispositivos:
 - Jeringuillas tradicionales: Son de un solo uso, graduadas en unidades internacionales (de 0 a 40).
 - Plumas para inyección de insulina: Son aparatos con forma de pluma que tienen en su interior un cartucho que contiene la insulina. El cartucho se cambia cuando la insulina se acaba, pero la pluma se sigue utilizando.
 - Jeringas precargadas: Son dispositivos similares a las plumas, pero previamente cargados de insulina. Una vez que se acaba la insulina se tira toda la jeringa. El nivel de glucosa en sangre depende de la zona del cuerpo en que se inyecta la insulina. Es aconsejable que se introduzca en el abdomen, los brazos o muslos. Penetra más rápidamente si se inyecta en el abdomen. Se recomienda inyectar siempre en la misma zona, aunque desplazando unos dos centímetros el punto de inyección de una vez a otra.

Hay que evitar las inyecciones en los pliegues de la piel, la línea media del abdomen y el área de la ingle y el ombligo.

2.3.- Prevención.

Lamentablemente no existe ningún método eficaz para prevenir el primer tipo de diabetes, sin embargo, para la diabetes tipos, que es la más común, si se puede llegar a prevenir.

Como este tipo de diabetes está relacionada con la obesidad lo más conveniente es llevar una dieta saludable y realizar ejercicio con frecuencia, un mínimo de 150 minutos por semana.

3.- Diabetes en México

Desde el año 2000, la diabetes mellitus en México es la primera causa de muerte entre las mujeres y la segunda entre los hombres.

México registra el mayor número de fallecimientos en Latinoamérica, ya que 15.5 millones de personas sufren esta enfermedad en América Latina y 10.6 millones en México, de las cuales, ocurren más de 87,000 muertes al año, según cifras de Doctoralia México, portal de profesionales de la medicina en México.

Esta enfermedad afecta a un mayor número de hombres entre los 30 y 69 años, mientras que a partir de los 70 se empieza a desarrollar en mayor proporción en las mujeres.

En el país existen 400 mil niños menores de 15 años con diabetes tipo I y tipo II, es decir que del total de quienes padecen la enfermedad en México, el 5% son infantes, y esa proporción aumentará en los años por venir.

Los estados en los cuales se registra el mayor número de personas diabéticas don: CDMX, Nuevo león, Veracruz, Tamaulipas, Durango y San Luis Potosí.

Representa un gasto de 3,430 millones de dolores anuales en su atención y sus complicaciones.

4.- Conclusiones

Como podemos observar fue de gran relevancia el saber que es la enfermedad y cuáles son las causas de sus diferentes tipos. También resultó importante mencionar los síntomas ya que sabiendo estos será más repentina y fácil la detección de la enfermedad o incluso en algunos casos podría llegar a evitarse.

También supimos por qué la enfermedad va avanzado rápidamente a lo largo de los años pues aunque no es una consecuencia, ella podría ser directamente proporcional con el sobrepeso y la obesidad, es decir, mientras exista gente con sobrepeso y con una mala alimentación, podrá existir gente que padezca diabetes. De igual manera se explicó que durante el embarazo se puede desarrollar diabetes y eso no es estrictamente relacionado con una mala alimentación.

Es importante conocer la situación que nos acoja actualmente para así lograr una solución proactiva, por eso mediante este trabajo se busca realizar conciencia acerca de la diabetes y así poder obtener una mejor calidad de vida.

En cuanto a su tratamiento, quienes la padecen deben de consulta a un médico quien les podrá recetar los medicamentos adecuados y un plan alimenticio para controlarla y combatirla.

Para finalizar, creo que es importante hacer conciencia sobre esta enfermedad, ya que está muy difundida y absolutamente todos corremos el riesgo de contraerla y en el peor de los casos perder la vida.

Bibliografía

Rojas Martínez, María Rosalba, et al, "Epidemiología de la diabetes mellitus en México", en Aguilar Salinas, Carlos A. et al, (eds), Acciones para enfrentar a la diabetes. Documento de postura. Academia Nacional de Medicina de México, México, 2015

López-Alarcón, M. G., & Rodríguez-Cruz, M. (2008). Epidemiología y genética del sobrepeso y la obesidad: Perspectiva de México en el contexto mundial. *Boletín médico del Hospital Infantil de México*, 65(6),

Jiménez Corona, Aída, et al, "Determinantes ambientales de la diabetes mellitus", en Aguilar Salinas, Carlos A. et al, (eds.), Acciones para... ANM, 2015.
Amado Saúl. Lecciones de Dermatológica. McGraw-Hill; 16ª edición, 2015.

ADA. Standards of Medical Care in Diabetes 2016. USA. Volume 39, Supplement 1.

Rosas Guzmán. Juan. (2014). Diabetes Mellitus. Visión Latinoamericana.(2da edición). México: Intersistemas.

Harris M, Zimmet P. Classification of diabetes mellitus and other categories of glucose intolerance. In Alberti K, Zimmet P, Defronzo R. International Textbook of Diabetes Mellitus. Second Edition. Chichester: John Wiley and Sons Ltd; 1997.

Secretaría de Salud (2013), Estrategia nacional para el control del sobrepeso, la obesidad y la diabetes, México, disponible

en http://promocion.salud.gob.mx/dgps/descargas1/estrategia/Estrategia_con_portada.pdf