

WED
+ 0315
M 196P
2004

UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE GRADUADOS Y EDUCACIÓN CONTINUA
18ª JORNADA DE RESIDENCIA MÉDICA

PREVENCIÓN DE LA DIABETES MELLITUS TIPO 2 EN JÓVENES UNIVERSITARIOS DE LA CIUDAD DE CBRA 2003

AUTORA: DRA. JENNY V. MAGNE ANZOLEAGA
Residente de Primer Año – Medicina Familiar

TUTOR: DR. LUIS EDGAR QUIROGA
Jefe de enseñanza – Medicina Familiar

HOSPITAL CLÍNICO VIEDMA

Cochabamba – Bolivia
Febrero - 2004

47/02/04

PREVENCIÓN DE LA DIABETES EN JÓVENES DE 18-25 AÑOS DE LA CIUDAD DE COCHABAMBA AÑO 2003

1. RESUMEN

La diabetes mellitus es un problema de salud que afecta entre el 2 y el 5 % de la población mundial. En la "Declaración de las Américas sobre la Diabetes" se plantea que cuando esta enfermedad está mal controlada, puede representar una pesada carga social y económica para el individuo y la sociedad, pero que **es posible prevenir la enfermedad** y las complicaciones en las personas con diabetes mellitus mediante un buen control de la glicemia y educando a la población, fomentando estilos de vida saludables.

Se calcula que en la actualidad existen más de 30 millones de diabéticos en las Américas, que en el mundo hay 135 millones de diabéticos mayores de 20 años, y que esta cifra aumentará hasta 300 millones en el año 2025.

Nuestro estudio ha demostrado ser efectivo, sencillo, económico y con resultados verificables, y es su propósito central lograr un paulatino **cambio en el estilo de vida** de los jóvenes con factores de riesgo para desarrollar diabetes en un futuro a través de un adecuado control metabólico.

Objetivo: Identificar a las personas jóvenes que tienen mayor riesgo de presentar Diabetes en un futuro, basados en parámetros clínicos y laboratoriales, brindándoles información necesaria para prevenirla, en individuos comprendidos entre los 18 y 25 años de edad, de las distintas facultades de la UMSS. **Material y métodos:** Es un

estudio de investigación acción y estadístico descriptivo. Se tomó la presión arterial, peso, talla, IMC y se realizó el cuestionario ¿tienes diabetes y no lo sabe? Recomendado por la OMS/OPS, a 700 individuos: 340 varones (48,6%) y 360 mujeres (51,4 %), entre 18 y 25 años de edad, seleccionados al azar de las distintas facultades de la UMSS, de los cuales 30 presentaron factores de riesgo para desarrollar diabetes, se les realiza glicemia capilar y posteriormente se les da información acerca de cómo prevenirla y se realiza evaluación post-test. **Resultados y conclusiones:** De las 30 personas elegidas por presentar mayores factores de riesgo para desarrollar diabetes, la edad más comprometida es de 22 años (30%), le siguen los 21 años (20%), 24 (13,3%), 23 (10%), 20(10%), 25 (6,7%), 19 (6,7%) y 18 (3,3%). La falta de ejercicio, el IMC, el sobrepeso y el consumo de bebidas alcohólicas fueron los factores que en mayor porcentaje presentaron las personas comprometidas (87,5%). En relación al sexo fueron 16 mujeres (46,7%) y 14 varones (53,3%). En las pruebas de glicemia capilar 3 personas resultaron tener glicemias mayores a 126 mg/dl, por lo que se recomienda seguimiento. En la evaluación post-test se obtuvo el 97,5% de rendimiento.

PALABRAS CLAVES: Diabetes, HTA, obesidad, estilo de vida saludable.

2. INTRODUCCIÓN

La actuación médica se amplía hoy en día a las actuaciones que se aplican durante la etapa presintomática, con el objeto de detectar la afección precozmente, lo cual en algunos casos mejora el pronóstico en comparación con el tratamiento efectuado cuando el diagnóstico se establece en la fase florida de la enfermedad.

En la actualidad, en los países occidentales desarrollados, en los que la contaminación del medio ambiente ya está en gran medida controlada y en los que los problemas de salud predominantes son las enfermedades crónicas, la prevención de las enfermedades y la mejora de la salud de la población dependen principalmente de **medidas de prevención, actividades de promoción de la salud y prevención de las enfermedades**. Estas actividades se basan en conocimientos científicos aportados por las ciencias médicas y las llevan a cabo el médico y su equipo, en general en el ámbito de la **Atención Primaria**, donde el **Médico de Familia** es el principal impulsor de esta corriente.

Desde hace más de una década viene acumulándose una gran cantidad de evidencia que apunta a favor de que la insulina juega un papel fundamental en el control de la presión arterial en sujetos con hipertensión y en personas proclives al trastorno.

La dislipidemia es otra de las asociaciones frecuentes, con la aparición de obesidad y una resistencia a la insulina, dada por una vida sedentaria.

La Diabetes Mellitus es un problema de salud creciente tanto en países desarrollados como en vías de desarrollo. En ausencia de intervenciones efectivas, su frecuencia tiende a aumentar debido al envejecimiento, al descenso de la mortalidad por infecciones y a un incremento de algunos posibles **factores de riesgo (obesidad, sedentarismo y dietas inapropiadas)** (OMS). La Diabetes produce complicaciones agudas y crónicas, variables en la velocidad de la aparición y en su severidad, que

afectan la calidad de vida del Diabético y provocan una elevada tasa de invalidez prematura y muerte.

Realizar la toma de presión arterial, peso, talla, medidas de IMC, realización de

Es de esta manera que se decide realizar un trabajo de investigación basado en una patología, como es la Diabetes, que va incrementando en razón a los factores económicos, genéticos, raciales y socioculturales. Se toma en cuenta la presión arterial, el índice de masa corporal, sobrepeso y la obesidad como factores predisponentes, en primera instancia de una hiperinsulinemia que desencadenaría la resistencia periférica a la insulina y por lo tanto la Diabetes.

3. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

Se realiza la investigación en jóvenes cuyas edades comprenden entre los 18 y 25 años, para lograr **prevenir** en ellos los factores desencadenantes y la Diabetes principalmente, a edades tempranas. Involucramos a personas estudiantes de las distintas facultades de la UMSS observando que las condiciones socioeconómicas son diversas. Identificamos las personas con factores de riesgo realizando la prevención a aquellas personas preseleccionadas y predisuestas brindándoles información acerca de la patología y de cómo resolverla.

DEFINICIÓN

La diabetes, la hipertensión arterial y obesidad son factores íntimamente relacionados y uno de ellos es capaz de desencadenar el inicio de otro. Puede emplearse una combinación de las características inmunológicas, metabólicas y genéticas para predecir la diabetes con precisión en familiares con mayor riesgo y la población en general que permiten **iniciar estudios que tienen el objetivo de prevenir la enfermedad.**

5. OBJETIVOS

DELIMITACIÓN

Realizar la toma de presión arterial, peso, talla, medidas de IMC, realización de cuestionarios a jóvenes entre 18 y 25 años de edad de la Universidad, seleccionando un número de personas con mayores factores de riesgo para desarrollar diabetes en un futuro, realizando test de glicemia capilar para descartar hiperglicemia y dándoles la información necesaria para evitarla, evaluando su aprendizaje, después de la realización de un test.

3. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Qué factores de riesgo y factores predisponentes están presentes en los jóvenes de 18 a 25 años de edad de nuestra ciudad y cuál nuestro aporte para evitar la aparición de la enfermedad a edades tempranas?

4. JUSTIFICACIÓN

El presente trabajo se realizará para reforzar los conocimientos que se tienen sobre la relación de éstas enfermedades con los factores de riesgo y predisponentes y que la detección de ésta última, más la glicemia en ayunas constituiría un aporte importante, como factor etiológico, para el médico en el diagnóstico de las mismas. Además considerar que la detección integrada de estas tres enfermedades constituye una intervención eficiente en un determinado grupo de riesgo de la población.

5. OBJETIVOS

5.1 Objetivo General

Identificar a las personas que tienen mayor riesgo de presentar diabetes en el futuro, basados en parámetros clínicos y laboratoriales, brindándoles información necesaria para prevenirla, en individuos comprendidos entre 18 y 25 años de edad, de las distintas facultades de la UMSS.

5.2 Objetivos específicos

- Determinar la edad y sexo con mayores factores de riesgo para desarrollar diabetes.
- Establecer la presión arterial, peso, talla, IMC, además realizar un cuestionario basado en los factores de riesgo, desencadenantes de la diabetes, en individuos de 18 a 25 años de edad, pertenecientes a las distintas facultades de nuestra universidad.
- Realizar glicemia en ayunas a todas aquellas personas cuyos factores de riesgo sean elevados para presentar diabetes en un futuro.
- Informar a todas las personas sometidas a la selección clínica, acerca de la diabetes, los factores de riesgo y cómo poder evitarlos.
- Evaluar el aprendizaje mediante la realización de un test, a todas las personas preseleccionadas clínicamente y sometidas a la prueba de glicemia capilar, acerca de la diabetes, sus factores de riesgo, su etiología, las complicaciones más importantes y cómo prevenirlas.