

Propuesta Para Intervenir en la Problemática de Salud Diabetes Mellitus tipo II Riohacha
Departamento de la Guajira

Gabriela Nathalie Eraso

Gloria Liliana Toro

Miguel Mauricio Calderón

Paola Andrea Muñoz

Tania Bertha Garzón

Universidad Abierta y a Distancia – UNAD

Escuela De Ciencias de la Salud- ECISA

Diplomado de Profundización de Fundamentos de Salud Publica

Noviembre de 2020

Tabla de contenido

Título de la propuesta.....	4
Introducción.....	5
Objetivo General.....	7
Objetivos específicos	7
1. Contexto del Departamento.....	8
Contexto Territorial:	8
2. Problema de salud seleccionado	10
Detalle del problema de salud: enfermedades no transmisibles.....	10
3. Identificación de la problemática dentro de los objetivos de desarrollo sostenible Infección Respiratoria Aguda	14
4. Identificación dentro de los determinantes sociales de la salud del impacto de estos en la problemática de salud.....	16
5. Identificación de la población afectada por la problemática	18
6. Identificar y Detallar las Responsabilidades Generales y Alcances de los Actores Involucrados que Participaran en la Propuesta.....	20
7. Propuesta a Intervenir.....	22
Estrategias para el Tratamiento de la Enfermedad.....	23
1. Mejorar Adherencia al Tratamiento.....	23
Actividades.....	24
Metodología.....	24
2. Incentivar a la Zona Rural de Rioacha a la Creacion de Huertas Caseras.....	24
Actividades	25

Metodología	25
3. Evitar Futuras Complicaciones.	25
Actividades	26
Metodología	26
8. Resultados Esperados	27
Conclusiones	29
Referencias Bibliográficas.....	30

Tabla de Figuras

Figura 1	9
Figura 2	12
Figura 3	12
Figura 4	13
Figura 5	13

Título de la propuesta

Propuesta Para Intervenir en la Problemática de Salud Diabetes Mellitus tipo II Riohacha
Departamento de la Guajira

Introducción

Dentro de nuestra formación como futuros regentes en farmacia se debe tener en cuenta la evolución y manejo de las enfermedades en el contexto social, puesto que es imprescindible la pasar por alto la cantidad de padecimientos que afectan el desarrollo de un país, sino también del mundo en general, es por eso que realizar un estudio frente al impacto que ha generado la diabetes en los diferente ambientes regionales ayuda a generar un acercamiento con la problemática y a fomentar estrategias para la vinculación de prácticas adecuadas en el manejo de la misma.

Por otro lado es importante destacar que la diabetes es uno de los factores que afectan en mayor cantidad a nivel mundial, de este modo Colombia no es una excepción por este motivo se va a realizar un estudio detallado de la afección causada por las diabetes en la región de la Guájira, la cual presenta altos índices de pobreza y problemas sanitarios en las diferentes poblaciones que habitan el departamento, de este modo se lleva a cabo una investigación que muestre evidencia de las condiciones, factores y componentes que potencialicen la asociación de la diabetes con las personas de la región y así contextualizarnos para el mejoramiento de prácticas y fortalecimiento de capacidades que nos lleven a afrontar este tipo de problemáticas en los diferentes contextos que puedan estar presentes.

Si bien es cierto que las enfermedades crónicas no transmisibles son enfermedades de larga duración cuya evolución es generalmente lenta. Estas enfermedades representan una verdadera epidemia que va en aumento debido a los malos hábitos de estilos de vida que

acentúan el sedentarismo, una mala alimentación y el desconocimiento de la importancia en la buena administración de medicamentos para el tratamiento de una enfermedad.

Dentro de propuesta para mitigar el riesgo en las personas Diabéticas en el departamento de la Guajira en la ciudad de Riohacha tendremos en cuenta evolución y manejo de las enfermedades en el contexto social, puesto que es imprescindible conocer la cantidad de padecimientos que afectan el desarrollo de una región, es por eso que realizaremos una propuesta sobre los diferentes ambientes regionales lo cual nos ayuda a generar un acercamiento con la problemática y a fomentar estrategias para la vinculación de prácticas adecuadas en el manejo de la misma.

Objetivo General

Identificar la problemática en salud Y buscar acciones encaminadas al tratamiento de la enfermedad crónica no transmisible Diabetes Mellitus tipo II, en el departamento de la guajira principalmente en la ciudad de RIOACHA

Objetivos específicos

Conocer el contexto del departamento de la Guajira, como lo es su ubicación, población, municipios que lo conforman, entre otras características de este departamento.

Dar a conocer en detalle el problema en salud en el departamento de la Guajira, como lo son las enfermedades no Transmisibles en este caso la diabetes.

Ubicar la enfermedad no transmisible en este caso la diabetes dentro de los objetivos de desarrollo sostenible

Aplicar métodos de información que brinden una educación encaminadas a el tratamiento de la Diabetes mellitus Tipo II

Que reduzca a través de los hábitos y estilos de vida saludable las complicaciones que trae esta enfermedad

1. Contexto del Departamento

Contexto Territorial:

La guajira es una península que conforma el extremo norte, siendo el punto más septentrional del continente suramericano su capital es Riohacha ubicado en la región caribe, posee innumerables atributos climáticos, geológicos, ecológicos y culturales. La guajira es un departamento que está conformado por quince municipios y cuarenta y cuatro corregimientos la cual tiene hasta el año 2018 un total de 880.560 habitantes.

El clima en el departamento de la guajira de acuerdo a su posición geográfica y relieve; es seco y árido de alta temperatura entre los 25° y 33° transformado con los vientos y las brisas soplando durante la mayor parte del año; en dicho departamento se puede mencionar que llueve poco más que todo desde el mes de septiembre hasta el mes de noviembre, el número de lluvias que llueve en menor de 50 veces en el año más que todo en el norte y centro del departamento y un poco mayor hacia el sur.

El 94% de este territorio es cálido y seco al nivel del mar, pero en las zonas bajas se producen temperaturas anuales promedio de 29° el 3% es clima medio húmedo el otro 2% es de clima frío y húmedo, el 1% con temperaturas bajas de cero en el área de la sierra nevada de santa marta. La guajira es un departamento donde se encuentran las playas, viento y mar en donde forman paisajes hermosos como por ejemplo se descubre que la arena, el desierto y el cielo se unen en un solo espectáculo de color habitando en él, animales como cocodrilos, tiburones, peces de aguas dulce, flamencos, ya que es una zona húmeda y tropical.

Figura 1



Fuente: laguajirahoy.com

2. Problema de salud seleccionado

Detalle del problema de salud: enfermedades no transmisibles.

Las enfermedades no transmisibles (ENT) o crónicas son afecciones de larga duración con una progresión generalmente lenta. Entre ellas destacan: las enfermedades cardiovasculares (por ejemplo, los infartos de miocardio o accidentes cerebrovasculares); el cáncer; las enfermedades respiratorias crónicas (por ejemplo, la neumopatía obstructiva crónica o el asma); y la diabetes.

La carga mundial de enfermedades no transmisibles y la amenaza que suponen constituye un importante problema de salud pública que socava el desarrollo social y económico en todo el mundo. Para evitar las crecientes desigualdades entre diferentes países y poblaciones se necesitan medidas urgentes a nivel mundial, regional y nacional que mitiguen esta amenaza.

El aumento en estas enfermedades se debe a 5 factores de riesgo: el tabaquismo, la inactividad física, el consumo nocivo de alcohol, las dietas poco saludables y la contaminación del aire (hábitos, conductas que se pueden modificar). Estos factores de riesgo también exacerban los problemas de salud mental, que pueden originarse desde una edad temprana.

En que consiste: La diabetes es una enfermedad que se caracteriza por un aumento de la concentración de glucosa en sangre debido a que el páncreas no produce o el organismo no utiliza la insulina de forma adecuada.

A nivel nacional Colombia cuenta que 3 de cada 100 colombianos tienen diabetes mellitus, sin embargo, el número real es mucho más alto 1 de cada 10 personas en Colombia

sufre de esta enfermedad y esto es porque la mayoría de las personas no conocen que están enfermos.

La diabetes es una de las enfermedades causales de muertes en Colombia como la aparición de infartos del corazón, trombosis cerebral, amputaciones de las extremidades inferiores y deterioro del riñón.

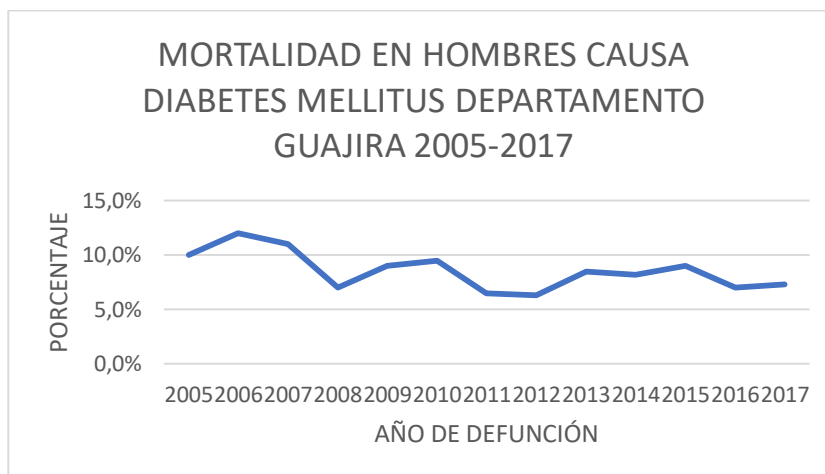
En la pandemia por Covid-19, las personas con diabetes son personas más vulnerables, dado que tienen mayor probabilidad de fallecer, también cabe aclarar de que la diabetes también es una enfermedad hereditaria.

- Realizar actividad física aeróbica moderada a la semana (caminar, andar en bicicleta o nadar, entre otros).
- Incluir a diario en la alimentación, alimentos naturales frescos sin adición de azúcar, entre ellos las frutas, verduras, leche, productos lácteos bajos en grasa, cereales, raíces, plátanos, carnes magras, huevos, leguminosas secas, frutos secos, semillas grasas en poca cantidad.
- No consumir azúcares refinados, gaseosas, bebidas azucaradas, ya que estos aumentan el nivel de glucosa en la sangre.
- Reducir el consumo de productos de paquete y comidas rápidas.
- Evitar el consumo de alcohol y tabaco, recibir tratamiento para lograr la cesación del consumo de estas sustancias.

En el departamento de la Guajira la diabetes tiene una disminución de 10.47 a 9.82 muertes en la población en general.

En las mujeres de la Guajira, la diabetes ocupa el primer lugar, con una tasa de 11.60 muertes en el año 2017.

Figura 2



Fuente: DANE (2005-2017)

Figura 3

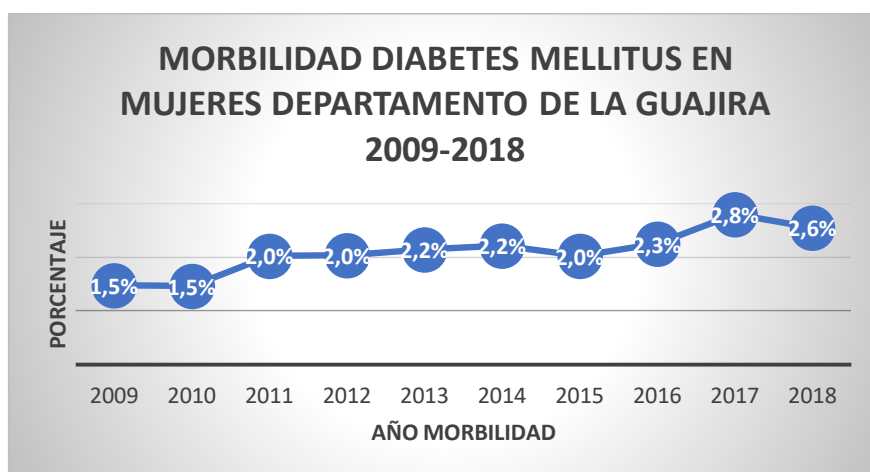


Fuente: DANE (2005-2017)

En la segunda grafica se visualiza la tasa de mortalidad de diabetes en hombres y mujeres donde la mortalidad en hombres fue mayor en el año 2006 con un porcentaje de 12,0% y fue menor en el año 2010 con un porcentaje de 6,0%. En las mujeres el año con mayor mortalidad fue en 2007 con un porcentaje de 14,0% y fue menor en el año 2010 con un porcentaje de 6,0%, lo que quiere decir que hubo mayor mortalidad en mujeres con un 14,0% por diabetes.

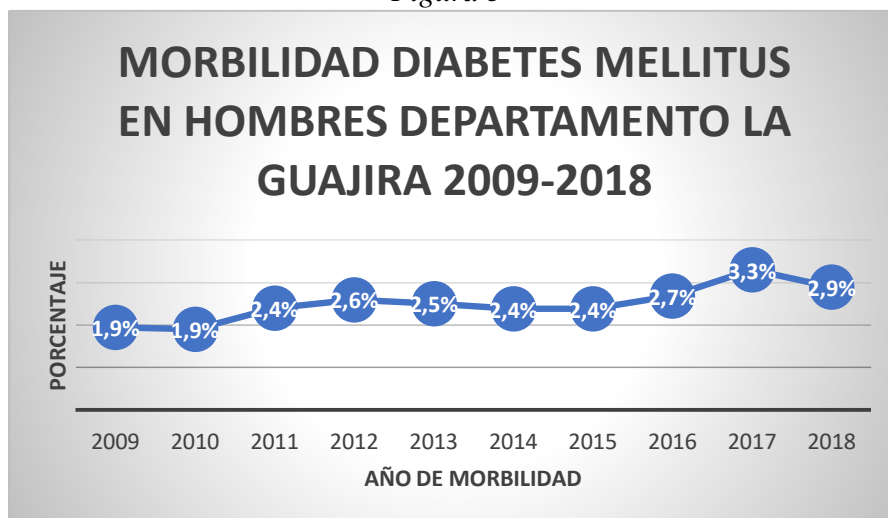
Contexto internacional, China fue el país con un mayor número de enfermos de diabetes en el 2019, llegando a superar los 116 millones de enfermos, como segundo país con mayores afectados de diabetes encontramos la India con más de 77 millones y Estados Unidos con un promedio de 31 millones y siendo estos países los más poblados del mundo. Se conoce que la diabetes afecta al 9.3% de la población mundial; Para un futuro se espera que para el año 2045, se prevé que el número de personas con esta enfermedad sobrepase los 700 millones con significantes aumentos en todas las regiones del planeta

Figura 4



Fuente: DANE (2009-2018)

Figura 5



Fuente: DANE (2009-2018)

3. Identificación de la problemática dentro de los objetivos de desarrollo sostenible

Infección Respiratoria Aguda

Los objetivos del desarrollo sostenible se crearon con el fin de lograr un equilibrio entre la prosperidad humana y la protección del planeta, garantizando un futuro sustentable, por tal motivo estos objetivos engloban a toda la humanidad independientemente de su condición, raza, género y demás.

Uno de los objetivos del desarrollo sostenible es la salud y el bienestar es decir garantizar una vida sana y promover el bienestar en todas las edades, teniendo en cuenta lo anterior se considera que las enfermedades no transmisibles también están englobadas dentro de este objetivo puesto que afectan a los seres humanos en este ámbito, particularmente la diabetes mellitus es una enfermedad no transmisible que se encuentra presente en un departamento de Colombia como es la Guajira y que afecta la salud de este grupo o comunidad.

Hay que mencionar además que según la ONU hasta el momento se ha logrado mejorar la salud de millones de personas lo cual ha permitido aumentar la esperanza de vida y disminuir diversas causas de muerte, sin embargo aún existen una gran variedad de enfermedades y problemas de salud a nivel mundial, al igual que en otros países en Colombia y especialmente en la Guajira es fundamental financiar los sistemas sanitarios puesto que muchas veces es motivo de críticas y denuncias, ya que se suele mencionar que es ineficiente en cuanto a los servicios prestados e incluso se habla de casos de corrupción, estos hechos también son motivo para que personas con enfermedades como la diabetes mellitus no tengan acceso temprano a tratamientos médicos o no sean diagnosticados a tiempo.

Además de esto según la OMS existen otros factores que afectan la salud, podemos mencionar la distribución desigual de los ingresos, bienes y servicios, es observable que las personas en condición de pobreza tienen menos acceso a la salud, por lo tanto la problemática de la diabetes mellitus al igual que otras enfermedades también se mermaría a través de los objetivos de desarrollo sostenible enfocados en reducir la pobreza y reducir las desigualdades, lo cual a su vez llega a ser posible si las personas tienen una educación de calidad que les permita un trabajo decente y crecimiento económico. Teniendo en cuenta lo anterior son varios los objetivos de desarrollo sostenible en los cuales se ubica esta problemática, lo cual también podemos observarlo a través de los determinantes sociales que menciona la OMS pues existen diversos factores que interactúan y afectan directamente la salud, ya que la diabetes mellitus es un problema médico también se encuentra indudablemente relacionado con estos factores.

4. Identificación dentro de los determinantes sociales de la salud del impacto de estos en la problemática de salud

El impacto que tiene la diabetes a las determinantes sociales de salud, tiene un reconocimiento a la problemática de las características de las llamadas enfermedades no transmisibles, en primer lugar el problema parte desde un enfoque informativo en el que se enfatiza a estas enfermedades como enfermedades no infecciosas causadas por un agente distinto al patógeno que pueden ser el resultado de factores genéticos o del propio estilo de vida sobre las causas que llevan a una persona a desarrollar enfermedades como la diabetes.

La diabetes afecta en un porcentaje más alto a las mujeres, observando de que en los años 2010 y 2014 el porcentaje esta entre el 60 y 60%, maneja un rango estable lo que expresa de que las estrategias para la reducción de la enfermedad no son efectivas para la reducción, pero la mantiene estable

Por otro lado, estas enfermedades no necesariamente les dan a personas mayores de edad sino también a cualquier rango de edad que debido a sus malos hábitos lograron desarrollarla. Entre los factores de riesgo que generan esta clase de enfermedades cabe resaltar: los malos hábitos alimenticios, inactividad física o sedentarismo, sobrepeso, tabaquismo, consumo nocivo de alcohol. Al fin de reducir el impacto de las enfermedades no transmisibles en los individuos y la sociedad, debemos de aplicar un enfoque integral que fuerce a todos los sectores, incluidos entre otros los relacionados con la salud, las finanzas, los asuntos exteriores, la educación, la agricultura y la planificación a colaborar para reducir los riesgos asociados con la diabetes, así como promover las intervenciones que permitan prevenirlas y controlarlas.

Historia natural de la diabetes

Periodo patogénico: En el periodo patogénico de la diabetes, se unen varios defectos que determinarán finalmente los cuadros hiperglucémicos. El primer desencadenante es la destrucción de la célula pancreática, o su mal funcionamiento, por factores genéticos o por infiltrados de células inmunitarias del organismo. La primera se denomina periférica. Esta se produce en el músculo esquelético, disminuyendo la captación y metabolismo a la glucosa. Es decir, el músculo se resiste a la acción de la insulina. La segunda, denominada resistencia central, ocurre en el hígado, aumentando la producción de glucosa. Esta ignora la señal de la insulina de suspender la producción.

Periodo prepatogénico: En el periodo pre patogénico de cualquier patología, es importante definir con claridad el agente, el huésped y el ambiente que favorecen la instauración de la enfermedad.

Agente: El agente, en el caso de la diabetes, son los factores de riesgo que predisponen al huésped a sufrir la enfermedad. A su vez, estos se encuentran definidos por el medio ambiente en el que se desarrolla el huésped.

Huésped: El huésped es el ser humano que reúne ciertos factores de riesgo que pueden predisponer la aparición de la enfermedad.

Ambiente: En cuanto al ambiente, este influye en el tipo de factores de riesgo a los que está expuesto el huésped. El urbanismo y la industrialización, así como el estrés diario, condicionan los hábitos sedentarios, la malnutrición (dietas ricas en carbohidratos, bajas en proteínas), el tabaquismo

5. Identificación de la población afectada por la problemática

La Guajira está conformada por un total de 1.066.063 habitantes de donde 548.684 son de sexo femenino y 528.279 son de sexo masculino por otro lado podemos mencionar que el 54% de la población vive en el área urbana y el 45% en el área rural con estos datos podemos observar que hay mayor población de sexo femenino en estas dos áreas rural y urbana.

Su capital es La ciudad de RIOACHA esta es una ciudad del norte de Colombia, donde el Rio Ranchería se une al mar caribe, su pueblo nativo son los WAYUU Y por las aves coloridas del santuario de flamencos al sur este de la ciudad, es una ciudad enriquecida por una amplia diversidad de ritos costumbres tradiciones y manifestaciones culturales nutridas por sus nuevos pobladores, esta ciudad cuenta con una población estimada de 307.999 habitantes distribuida en 15 corregimientos, 8 resguardos indígenas y su cabecera municipal que se ensancha alejándose de la costa.

Su economía en los predios del casco urbano es el comercio donde encontramos cadenas de centros comerciales donde sus habitantes pueden adquirir los productos de manera más accesible, su gastronomía como herencia de los Wayuu es el chivo en diversas presentaciones asado, guisado, ceniza y otros el friche (vísceras fritas en la sangre dl mismo animal), arroz de camarón sierra de chichiguare con arroz de frijol guajiro, arroz de chipichipi entre otros.

Para poder lograr los objetivos deseados se partió de la caracterización poblacional, la definición e implementación de actividades que mantengan la salud de la población.

En la actualidad a nivel mundial determinadas personas en diferentes órdenes de edad padecen de problemas relacionados con la diabetes mellitus tipo II, esta es una enfermedad crónica no transmisible la cual se presente en todo el mundo en nuestro caso haremos énfasis a la

población de la Guajira hombres y mujeres de 27 a 59 años que pertenecen a la adultez los cuales padecen esta enfermedad.

La diabetes ocupa el primer lugar con una tasa de 11.60 muertes por cada 100 mil mujeres, cabe mencionar que el 95% de la población es la Etnia Wayuu posee recursos mineros como el yeso y es estaño y las actividades típicas es la pesca, el ganado y el pastoreo. En cuanto a las edades abordaremos adultos de 27 a 59 años donde podemos ofrecer educación a las familias ayudando en el proceso del control de la enfermedad y mejorar la calidad de vida de su familia.

**6. Identificar y Detallar las Responsabilidades Generales y Alcances de los Actores
Involucrados que Participaran en la Propuesta.**

teniendo en cuenta frentes de intervención. y enfocado a la herramienta plan de desarrollo departamental para la Guajira Riohacha nombrado un (nuevo tiempo), debemos articular las acciones necesarias para complementar o abarcar en el nivel local de Riohacha, todas las acciones indicadas, para dar educación en el tratamiento de la diabetes mellitus tipo II; determinando las articulaciones, responsabilidades y alcance de la gestión a desarrollar:

Actores	Articulación Entes de Riohacha	Responsabilidad y alcance
Estudiantes de Regencia de Farmacia Uñad	ALCALDIA DE RIOACHA con su representante JOSE RAMIRO BERMUDEZ COTES	Interactuar brindando espacios para capacitaciones y apoyo a nivel económico en actividades enfocadas a la educación en cuanto a promoción, prevención y tratamiento de la enfermedad. Además de la adquirir los recursos de apoyo a la comunidad para construcción de huertas caseras.
	GUAJIRA TELEVISION	Brindando espacios para la educación sobre Hábitos y estilos de vida saludable a la comunidad por medio de Videos educativos.

	Radio Uniguajira Estéreo 89.3 Fm Emisora institucional de la Universidad de la Guajira	Facilitar espacios para cuñas radiales donde se brinda información y educación para el tratamiento de la Diabetes Mellitus tipo II
	Instituciones prestadoras de Salud.	Coordinar con la institución prestadora de salud IPS- Previmedialud el proceso de intervención en salud de la población objeto
		Apoyando con el personal capacitado para brindar Educación a las personas que poseen la diabetes mellitus tipo II para lleva un buen tratamiento en cuanto a Hábitos y estilos de vida saludable.
	Comunidad en general	Prestando disposición para recibir las orientaciones dadas para el tratamiento de la enfermedad evitando que esta se convierta en futuras complicaciones que harán que el estilo de vida de la persona sea más deficiente.

7. Propuesta a Intervenir

Uno de los propósitos de la medicina moderna es y seguirá siendo la prevención de las enfermedades mediante la promoción de la salud.

Dentro de los objetivos generales del tratamiento de la diabetes está evitar descompensaciones agudas, prevenir o retrasar la aparición de las complicaciones tardías de enfermedad, disminuir la mortalidad y mantener una buena calidad de vida.

La Diabetes Mellitus tipo II, es una de las enfermedades crónicas más costosas y amenazante de nuestros tiempos. Es un problema de Salud Pública que disminuye la expectativa de vida e incrementa la morbilidad, principalmente a complicaciones de tipo vascular. La Diabetes Mellitus reúne diversas condiciones para ser considerada una enfermedad que puede y debe ser prevenida, entre algunas de las condiciones tenemos que es un problema de Salud Pública y considerando que a través de ella se condicionan diversas enfermedades, existe cada vez más conocimiento de su historia natural y su fisiopatología. Se sabe que hay un largo período preclínico asintomático donde es posible intervenir y a pesar de esto, al momento del diagnóstico casi la mitad de los individuos tiene una o más complicaciones, su prevención y control es una prioridad, es posible establecer medidas seguras, fáciles y efectivas como son las farmacológicas y no farmacológicas para retrasar la aparición de la enfermedad y por último, existen factores de riesgo claramente identificables y pruebas muy sencillas de tamizaje que permiten la identificación temprana de personas de alto riesgo para desarrollar la enfermedad, las medidas para encontrar individuos con alto riesgo de tener la enfermedad no deben ser riesgosas y deben ser costos-efectivas.

Estrategias para el Tratamiento de la Enfermedad.

1. Mejorar Adherencia al Tratamiento

Es muy importante seguir las pautas que indica el profesional (médico o especialista) de la salud para tratar la enfermedad y así conseguir llevar una vida lo más normal posible y tener una mejor calidad de vida.

La adherencia es un tema importante del que todos deberíamos conocer no solo significa tomar la medicación si no tomarla de forma correcta y adoptando unos hábitos de vida saludables que hagan posible que nos beneficiemos de los tratamientos en un 100% debemos tener conocimiento de:

- Toma correcta de la medicación
- Asistencia a las revisiones médicas que cada paciente necesite.
- Hábitos de vida saludables (deporte, dieta sana) entre otros.

Sin duda alguna principalmente cada paciente debe conocer por qué razón le formulan este tratamiento, a qué hora debe tomarlo y en qué forma, que debe evitar mientras consume este medicamento y de que hábitos saludables debe estar acompañado.

Como todo en la vida, la familia y quienes nos acompañan tienen un papel fundamental en la adherencia, puede ser desde tranquilizarnos ante los miedos hasta ayudar a los que les cuesta un poco tomar la medicación.

Cuando las personas son portadoras de esta enfermedad uno de los causales de su avance depende de la mala administración de medicamentos.

Actividades.

Se realizará de manera articulada con la secretaria de salud, el encargado de salud pública y las IPS programas de capacitación importancia adherencia al tratamiento de la enfermedad, además de llevar con el encargado del programa de crónicos un seguimiento a los pacientes diabéticos para mirar su evolución

Metodología.

Se dispondrá de un lugar adecuado con personal capacitado en el tema y se tendrán ayudas didácticas como diapositivas, folletos que de manera educativa e ilustrada nos indiquen la importancia de la adherencia al tratamiento además de incluir actividad física y alimentación balanceada para llevar una mejor calidad de vida y evitar complicaciones.

2. Incentivar a la Zona Rural de Riohacha a la Creación de Huertas Caseras.

Si bien es cierto uno de los hábitos y estilos de vida saludable que permiten la prevención y manteniendo de la salud es una alimentación balanceada debemos tener en cuenta que muchas de las personas no tienen acceso a estas ya sea por motivos económicos, por limitación de clima entre otras.

Optamos por la creación de huertas caseras debido a que estas son pequeños espacios en el hogar que albergan tierra donde se pueden cultivar leguminosas y hortalizas, en estos casos a nivel económico nos facilita debido a se necesitan pocas herramientas y materiales para llevarlas a cabo entre sus beneficios están que contribuyen con el cuidado del medio ambiente y a la alimentación saludable.

Actividades

Previo estudio de la climatología y las clases de producción de la región de Riohacha con el apoyo de la alcaldía municipal de Riohacha ubicar un lugar específico para brindar asesoría y gestionar la adquisición de los materiales necesarios para la elaboración de las huertas caseras.

Realizar cuñas radiales para invitación a participar de los programas de educación para la creación de huertas caseras e informar la importancia de los hábitos y estilos de vida saludable para la evitar la Morbo-mortalidad y el tratamiento de la enfermedad.

Metodología

Con el personal capacitado escoger una vivienda que sirva como modelo en la creación de huertas caseras.

3. Evitar Futuras Complicaciones.

La Diabetes es una enfermedad crónica es decir que se padece a lo largo de mucho tiempo y que se puede tratar para que no se convierta en complicación.

Dentro de las principales complicaciones encontramos:

- Perdida de la visión o ceguera
- Daño o insuficiencia Renal
- Dolor y daño a los Nervios
- Enfermedad cardiaca de los vasos sanguíneos
- Alta presión sanguínea

- Problemas dentales
- Problemas en las manos
- Problemas en pie

Actividades

En articulación con las Instituciones prestadoras de Salud llevar un control sobre la población objeto para identificar posibles cambios dentro del tratamiento de la enfermedad.

En este sentido programar controles regulares a los pacientes con el personal de salud para hacer un chequeo sobre el tratamiento de la enfermedad, además de brindar una asesoría sobre Hábitos y estilos de vida saludable incentivando a los pacientes a tener una alimentación balanceada, realizar ejercicio evitando complicaciones de esta enfermedad.

Metodología

En articulación con las instituciones prestadoras de salud programar consultas de control donde se brinde atención médica, laboratorios y formulación de medicamentos.

8. Resultados Esperados

En principio se pretende mejorar la conciencia de la población frente al mejoramiento de hábitos y estilos vida saludables para evitar así las complicaciones de la enfermedad crónica Diabetes Mellitus tipo II enfatizando en primera instancia la diabetes en población Adulta hombres y mujeres de 27 a 59 años debido ser los principales portadores de esta además se pretende mejorar los hábitos en la forma de alimentación para así evitar las complicaciones.

Por otro lado, se desea hacer partícipe a la comunidad de la salud de Riohacha departamento de la Guajira con la población que hace parte del sistema de general de seguridad social en salud para re diseñar y mejorar de manera significativa los planes de manejo integral de cada centro hospitalario para que con ayuda de prácticas adecuadas se disminuya significativamente y de manera progresiva la tasa de mortalidad por parte de pacientes con diabetes y adicional a esto se pueda evitar posibles casos con la detección de síntomas tempranos y detección temprana para implementar un manejo adecuado evitando complicaciones de la enfermedad.

Adicional a esto con la implementación de esta propuesta queremos hacer que la población tome conciencia frente a su estado de salud actual y como este en la forma de vida que lleva el individuo actual genera una repercusión a pequeño mediano y largo plazo puesto que, si no se vincula actividades que ayuden a regular los índices de obesidad, niveles elevados de glucosa, colesterol y triglicéridos, es probable que más adelante puedan ser propensos a padecer diabetes a temprana edad que si no es detectada a tiempo puede causar la muerte, por

tanto al generar conciencia se genera la capacidad de cambiar el curso de la salud, evitando el aumento de la población que padece diabetes y disminuyendo las muertes por la misma.

Con la creación de huertas caseras además de obtener alimentos para balancear nuestra alimentación también adquirimos un ambiente que nos saca del stress diario tomando un rumbo diferente donde hacemos un tipo de actividad diferente que nos brinda también un nuevo ambiente de tipo emocional ya que nos distraemos de alguna manera en la siembra en tratar de mantener nuestro producto y obtener una buena producción

Además, buscamos empoderar a la población de su salud impactando positivamente en cuidado y tratamiento de la enfermedad motivando a las diferentes actividades en busca de su bienestar llevando teniendo calidad de vida.

Conclusiones

Que la Diabetes Mellitus Tipo II es una enfermedad progresiva que requiere de un buen tratamiento para evitar posibles complicaciones.

Los hábitos y estilos de vida saludables propician emociones positivas permitiendo mejorar nuestro bienestar personal.

Es muy importante seguir las pautas que indica Medico o Especialista de la salud para tratar la enfermedad y así conseguir llevar una vida lo más normal posible y tener una mejor calidad de vida.

Que es fundamental empoderar a la población sobre el cuidado de su Salud llevando un buen tratamiento de la enfermedad evitamos mayor número de mortalidad.

Referencias Bibliográficas

Leonid Poretsky. (2010). Principles of Diabetes Mellitus. Editorial Springer. 2nd Edition.

Recuperado de books.google.pt <https://www.lifeder.com/diabetes-mellitus/>

Ministerio de Salud y Protección Social. (2019) Análisis de situación de salud. Recuperado de

<https://www.minsalud.gov.co/plandecenal/Paginas/ASIS.aspx>

Ministerio de Salud y Protección Social. (2016). Actores del Sistema General de Seguridad

Social en Salud. Recuperado de

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/CA/infografia-actores-sgss.pdf>

Ministerio de Salud y Protección Social. (2019). Resolución 2626, por el cual se adopta el

Modelo de atención integral territorial – MAITE. Recuperado de

https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%20No.%202626%20de%202019.pdf

Organización Mundial de la Salud. Determinantes sociales en salud. Recuperado de

https://www.who.int/social_determinants/es/

Organización Panamericana de la Salud. (2019). Cuáles son las 10 principales amenazas a la salud en 2019. Recuperado de:

https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=14916:ten-threats-to-global-health-in-2019&Itemid=135&lang=es

Santa María Juárez, L. (2018). Intervenciones en salud pública: bases conceptuales para la determinación de objetivos y evaluación. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Publica*. Recuperado de <http://www.scielo.org.pe/pdf/rins/v35n2/a22v35n2.pdf>

Tabaquismo «Diccionario de la lengua española» 2020 - Edición del Tricentenario. Recuperado de: <https://es.wikipedia.org/wiki/Tabaquismo>