

INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO “MARIANO SAMANIEGO”



CARRERA EN TÉCNICO EN ENFERMERÍA

Trabajo de Fin de Titulación para la obtención del título en Técnico en Enfermería.

TEMA:

Nivel de Autocuidado en pacientes con diabetes Mellitus Tipo 2

Trabajo de tesis presentado por:	Daniela del Rocio Jiménez Torres
Director/a:	Darwin Felipe Pardo Alejandro
Fecha:	06/05/2024

Cariamanga- Loja – Ecuador

CERTIFICACIÓN

En calidad de Tutor sobre el tema: **“Nivel de Autocuidado en pacientes con Diabetes Mellitus tipo2”**, de la Srta. **Daniela del Rocío Jiménez Torres**, egresada de la carrera de Tecnología en **“Técnico en enfermería”** del Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego, certifico que dicho trabajo de Graduación cumple con todos los requisitos y méritos suficientes para ser sometidos a la evaluación del Tribunal de Grado, para su correspondiente revisión, estudio y calificación.

Cariamanga, **06 de mayo del 2024**



Lic. Darwin Felipe Pardo Alejandro, Mgtr
DIRECTOR DE TESIS

DECLARATORIA DE AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Los criterios emitidos en el trabajo de proyecto de titulación “**Nivel de Autocuidado en pacientes con diabetes mellitus tipo2**”, como también los contenidos descritos en este trabajo son de responsabilidad del autor.

Yo, **Daniela del Rocío Jiménez Torres**, declaro bajo juramento que el trabajo aquí descrito es de mi autoría; que no ha sido presentado anteriormente para ningún grado o calificación profesional y que se ha consultado la bibliografía detallada; Así, como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones y propuestas son de responsabilidad del autor.



.....

Daniela del Rocio Jiménez Torres

AUTORIZACIÓN DE DERECHOS DE PROPIEDAD INTELECTUAL

Autorizo al Instituto Superior Tecnológico Mariano Samaniego, para que haga uso de este proyecto de tesis/investigación un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación, siguiendo estrictamente las normas de la Institución.

Cedo/demos los derechos del trabajo de fin de titulación para fines de difusión pública, creación de artículos académicos, respetando el principio de la Educación Superior de no apremiar el beneficio económico y se realice respetando mis derechos de autor.

Cariamanga, **06 de mayo** del 2024

AUTOR,

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'D.R. Jiménez Torres', written over a light blue grid background.

Daniela del Rocio Jiménez Torres

CI. 1105305732

DEDICATORIA

La presente investigación está dedicada a Dios, mis padres, mi director de tesis familiares y amigos A Dios, por regalarme la vida, la salud y la sabiduría para enfrentar y superar los desafíos a lo largo de este proyecto.

A mis padres, por su amor incondicional y su apoyo constante a lo largo de mi vida, su ejemplo de perseverancia y dedicación han sido mi guía en este desafiante camino.

A mi director de tesis, por su paciencia, sabiduría y guía durante todo el proceso de investigación, su conocimiento y su experiencia han sido fundamentales para la realización de este trabajo.

Y por su puesto a mis familiares y amigos, quienes con su compañía y palabras de aliento han hecho de esta experiencia algo inolvidable.

AGRADECIMIENTO

Agradezco sinceramente a mi director de tesis, **Darwin Felipe Pardo Alejandro**, por su orientación experta, paciencia y apoyo constante durante todo el proceso de investigación. Su sabiduría y dedicación fueron fundamentales para ser posible este trabajo.

Agradezco especialmente a mi familia por su amor inquebrantable, paciencia y comprensión a lo largo de este viaje académico. Sin su apoyo, este logro no hubiera sido posible. Por último, quiero expresar mi profunda gratitud a todas las personas cuyas obras y contribuciones fueron revisadas en este trabajo. Sus investigaciones sentaron las bases para este estudio y enriquecieron mi comprensión del tema.

RESUMEN

El nivel de autocuidado en pacientes con diabetes mellitus tipo 2 destaca la importancia de medidas auto gestionadas para controlar la enfermedad. Se enfoca en educar a los pacientes sobre hábitos saludables, como la dieta equilibrada, el ejercicio regular, el monitoreo de la glucosa y la adherencia al tratamiento. También se mencionan intervenciones psicológicas para promover el autocuidado y se resalta el papel crucial de la enfermería en proporcionar apoyo y educación continuada. Se identifican barreras comunes para el autocuidado, como la falta de recursos y conocimientos insuficientes, mientras se subraya la necesidad de un enfoque integral que involucre a pacientes, familiares y profesionales de la salud en el manejo efectivo de la diabetes tipo 2.

Palabras Claves: Autocuidado, calidad de vida, adaptación, prevención, diabetes mellitus.

ABSTRACT

The importance of self-management in controlling diabetes mellitus is underscored by the level of self-care among patients with type 2 diabetes mellitus. The focus is on educating patients about healthy habits, such as a balanced diet, regular physical activity, blood glucose adherence to regimens. Psychological interventions to promote self-care are also mentioned, and the critical role of nursing in providing ongoing support and education is emphasized. Common barriers to self-care, such as lack of resources and knowledge, are identified, emphasizing the need for a comprehensive approach involving patients, families, and healthcare professionals to effectively manage type 2 diabetes.

Keywords: self-care, quality of life, adaptation, prevention, diabetes mellitus.

INDICE DE CONTENIDOS

CERTIFICACIÓN	2
DECLARATORIA DE AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	3
AUTORIZACIÓN DE DERECHOS DE PROPIEDAD INTELECTUAL	4
DEDICATORIA	5
AGRADECIMIENTO	I
RESUMEN	II
ABSTRACT	III
INDICE DE CONTENIDOS.....	4
CAPÍTULO I.....	6
1. INTRODUCCIÓN	1
2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	3
3. OBJETIVOS.....	5
3.1 OBJETIVO GENERAL.....	5
3.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	5
4. JUSTIFICACIÓN	6
CAPÍTULO II.....	7
5. METODOLOGIA DE LA INVESTIGACIÓN	8
5.1. Métodos e Instrumentos.....	8
6. MARCO TEÓRICO O ESTADO DEL ARTE.....	9
6.1 DIABETES MELLITUS TIPO 2	9

6.1.1 SIGNOS Y SÍNTOMAS	9
6.1.2 FACTORES DE RIESGO	10
6.1.3 CAUSAS.....	11
6.1.4 DIAGNÓSTICO	12
6.1.5 Tratamiento e Importancia	13
6.1.6 Complicaciones	14
6.1.6.1 RETINOPATIA DIABETICA:.....	15
6.1.6.2 NEFROPATIA DIABETICA:	15
6.1.6.3 NEUROPATIA DIABETICA:	15
6.1.6.4 PIE DEL DIABETICO:.....	16
6.1.6.5 ATEROESCLEROSIS E HIPERTENSION:.....	16
6.2 AUTOCUIDADO	16
6.2.1 Importancia	17
6.2.2 Prácticas del autocuidado.....	18
CAPÍTULO III.....	21
7. CONCLUSIÓN.....	22
8. RECOMENDACIONES	23
9. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	25
Trabajos citados	25
ANEXOS	30

CAPÍTULO I

NIVEL DE AUTOCUIDADO EN PACIENTES CON DIABETES MELLITUS TIPO 2

1. INTRODUCCIÓN

La diabetes mellitus (DM) es una enfermedad crónica no infecciosa definida conceptualmente como un síndrome heterogéneo causado por interacciones genéticas y ambientales, caracterizado por hiperglucemia crónica, resultado de defectos en la secreción o acción de la insulina, que conduce a acidosis aguda complicaciones crónicas micro vasculares (retinopatía y neuropatía) y macrovasculares como; enfermedad coronaria, enfermedad cerebrovascular y vascular periférica (Betancourt, 2022).

El nivel de cuidado, que incluye el cuidado de la piel y el monitoreo de la salud, ha surgido como un área de interés en el manejo de la diabetes tipo 2 (Cabriales, 2022). Esta revisión bibliográfica se centra en explorar la eficacia y la seguridad de diversas intervenciones de autocuidado en pacientes con diabetes tipo 2, así como en identificar las mejores prácticas y recomendaciones para optimizar los resultados clínicos y la calidad de vida de estos pacientes. Además, se analizarán las tecnologías emergentes y las tendencias futuras en el campo del autocuidado para la diabetes tipo 2.

Organización Mundial de la Salud (OMS) afirma que cerca de 430 millones de personas en todo el mundo padecen esta enfermedad. Además, la diabetes pertenece a un grupo de enfermedades que provocan deterioro físico debido a múltiples complicaciones multiorgánicas, y su morbimortalidad sin duda ha aumentado en los últimos años. En términos de mortalidad, la Organización Mundial de la Salud determinó que 3,7 millones de personas murieron a causa de diabetes, estos datos presentan un verdadero problema de salud pública (OPS/OMS, 2023).

El tratamiento de los pacientes diabéticos depende en gran medida de la comprensión de la enfermedad y de las habilidades de cuidado diario. Como parte de sus funciones, las enfermeras son responsables de la atención primaria de salud, tomando medidas encaminadas a promover la salud del

paciente, la prevención de enfermedades, la recuperación y la convalecencia, para que los pacientes tengan acceso oportuno a todos los servicios a nivel individual, familiar y comunitario (Recimundo, 2019).

Por lo tanto, las prácticas de autocuidado con respecto a su estado de salud son importantes para las personas con enfermedades crónicas como la diabetes, y en este proceso, el profesional en enfermería juega un papel vital en la educación de los pacientes sobre estos comportamientos dietéticos, actividades físicas, control glucémico y hábitos higiénicos de sueño y descanso; cuyo objetivo es cambiar comportamientos, mejorar las condiciones de vida y prevenir complicaciones. El cambio de comportamiento puede resultar de la promoción de la educación de las enfermeras, ya que estas intervenciones no sólo se centran en proporcionar conocimientos sobre su estado de salud, sino que también abordan los aspectos psicológicos y sociales asociados con su condición (Zambrano y Lucas, 2022).

La enfermería se ha considerado desde sus inicios como un producto social vinculado al arte de cuidar y responde a la necesidad de ayudar a las personas cuando estas no tienen capacidad suficiente para proporcionarse a sí mismas o a las personas que dependen de ellas, la calidad y cantidad de cuidados para mantener la vida, identificando los problemas de salud y las necesidades reales y/o potenciales de la persona, la familia y la comunidad que demandan cuidados, creando autonomía o dependencia como resultado de las responsabilidades de la enfermera (Flores et al., 2020).

Uno de los trastornos más comunes en la patología general en la actualidad es la DMT2, que afecta la calidad de vida de la persona y de su familia, aumenta los costos de la atención médica en todos sus niveles, disminuye la esperanza de vida al nacer, provoca complicaciones agudas, crónicas, discapacidades y muerte prematura. Aunque su etiología se hereda, los patrones de alimentación, el sedentarismo y otros estilos de vida ambientales también contribuyen a que se desencadene, por lo que es esencial (Flores et al., 2020).

2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La diabetes mellitus tipo 2 (DM2) es una de las enfermedades crónicas no transmisibles más comunes y de gran importancia en salud pública, ya que afecta a toda la población, es una de las principales causas de morbilidad y mortalidad en todo el mundo; Se caracteriza por hiperglucemia debido a una mala secreción o acción de la insulina y se asocia con múltiples complicaciones a largo plazo que afectan principalmente a los vasos sanguíneos (Suarez, 2022).

Según la Organización Mundial de la Salud, la diabetes fue la séptima causa de muerte en 2016. Se puede estimar que parte de la población mundial aún padece diabetes, pero no se diagnostica ni se trata a tiempo. Según el INEC, la diabetes es, con diferencia, la segunda causa de muerte en Ecuador, con un total de 4.890 muertes en 2019, incluidas 1.812 en 2019 en la provincia de Guayas (Suarez, 2022).

Vale la pena señalar que según las estadísticas de la Federación Internacional de Diabetes (FID), hay entre 340 y 536 millones de personas con diabetes en todo el mundo, y se espera que esta cifra aumente de 521 a 821 millones, respectivamente. Por tanto, según estimados, la prevalencia mundial de la DM, que fue de 2,8 % en el año 2000, aumentará a 10,4 % en el 2040 (Sánchez y Delgado, 2022).

La diabetes mellitus tipo 2 se considera un problema de salud pública mundial debido al aumento de la mortalidad y las complicaciones de la enfermedad en órganos diana. Por otro lado, al tener gran influencia en la sociedad, su control es el autocuidado; también tiene un rol de enfermería, brindando educación a cada paciente (Zambrano et al., 2022).

El estudio examina las prácticas de autocuidado de personas con diabetes tipo 2 y diabetes mellitus (DM) como un tema de salud de gran importancia y preocupación para los profesionales sanitarios y la sociedad en general. Se estima que algunas personas con diabetes no conocen su enfermedad y no comprenden la necesidad de autocuidado y no cuentan con las herramientas necesarias

para ello (Solórzano et al., 2020). La enfermera tiene un papel decisivo y primordial para cada paciente, una de las funciones que desempeña es la de enfermera relacionada con el cuidado directo de la salud de personas sanas, la enfermería es grupal y su objetivo es la prevención de enfermedades y la reducción del número de hospitalizaciones (Boubnan, 2023).

Han debatido el papel de la enfermería en el autocuidado del paciente y se ha demostrado que es interesante ya que enseña y educa sobre los cuidados específicos de una enfermedad a través de la educación continua que la enfermera brinda al paciente. Además de animar a cada paciente a convertirse en participante y autor principal en el cuidado y defensa de su propia salud (García, 2019).

La diabetes mellitus (DM) es un grave problema de salud que preocupa a los profesionales sanitarios y al público en general. Se estima que algunos diabéticos no conocen su enfermedad, no se dan cuenta de la necesidad de autocuidado y no cuentan con los recursos necesarios (Solórzano et al., 2020).

El autocuidado es actualmente un tema importante, porque con su conocimiento y aplicación puede aumentar la motivación de los trabajadores de la salud. La práctica del autocuidado requiere en gran medida un cambio de actitud ante los nuevos desafíos de la vida moderna (Solórzano et al., 2020).

Dada la complejidad y la importancia del autocuidado en la gestión de la DM2, esta revisión bibliográfica se propone examinar y sintetizar los estudios más recientes y relevantes sobre el tema lo que nos lleva a hacernos la pregunta ¿Qué factores influyen en el nivel de autocuidado en pacientes con diabetes mellitus tipo 2 y cómo pueden ser intervenidos para mejorar los resultados de salud y calidad de vida?

3. OBJETIVOS

3.1. OBJETIVO GENERAL

Realizar una revisión bibliográfica existente con el objetivo general de examinar el nivel de autocuidado en pacientes con diabetes mellitus tipo 2, analizando factores determinantes, intervenciones actuales y su impacto en la gestión de la enfermedad, con la finalidad de generar conocimientos que contribuyan al autocuidado y mejoren la calidad de vida de los pacientes con diabetes mellitus tipo 2.

3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Analizar que estrategias de autocuidado son más efectivas para controlar los niveles de glucosa y prevenir complicaciones.
- Revisar estudios que hayan examinado la influencia del apoyo social y familiar en el autocuidado de los pacientes.
- Investigar cómo han cambiado y evolucionado las prácticas de autocuidado recomendadas para pacientes con diabetes tipo 2 en las últimas décadas.

4. JUSTIFICACIÓN

La diabetes mellitus (DM) tipo 2 se considera un problema de salud pública mundial debido al aumento de la mortalidad y las complicaciones de la enfermedad en órganos diana. Por otro lado, su control radica en el autocuidado, pues tiene una gran influencia en la sociedad; Asimismo, la enfermera tiene un papel que desempeñar en la educación de cada paciente. Es una condición médica compleja, cuyo tratamiento requiere la participación activa del paciente en conductas de autocuidado destinadas a controlar los niveles de azúcar en sangre, prevenir posibles complicaciones y mejorar la calidad de vida con la afección (Zambrano y Lucas, 2022).

El autocuidado es la base del tratamiento de la enfermedad, porque de ello depende la aceleración de las complicaciones. Pero las personas desconocen su estado de salud debido a la mala adherencia al tratamiento, la falta de actividad física y una dieta inadecuada (Solórzano et al., 2020).

El objetivo de esta revisión bibliográfica es conocer si las personas tienen conocimientos básicos sobre qué es la diabetes, aspectos importantes de contextualización y qué ayuda utilizan para controlar su enfermedad. Además, se espera que los resultados ayuden tanto a los pacientes como al centro médico a mejorar sus prácticas de autocuidado si se compromete a hacerlo (Morán et al., 2022).

Además, la revisión bibliográfica podría explorar los factores que influyen en el autocuidado en pacientes con diabetes tipo 2, como los determinantes socioeconómicos, culturales y psicológicos, así como identificar las barreras y desafíos que enfrentan estos pacientes en su autocuidado diario. También sería importante analizar el impacto del autocuidado en la calidad de vida, la adherencia al tratamiento y la prevención de complicaciones asociadas con la diabetes tipo 2 (Morán et al., 2022).

CAPÍTULO II

5. METODOLOGIA DE LA INVESTIGACIÓN

La presente investigación se enfoca en una revisión bibliográfica, es decir, su amplitud será todo tipo de documento. Para responder a nuestro objetivo, se ha realizado una búsqueda en diferente base de datos entre las que destacamos Itsup, Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS, Revista médica de Rosario, Dialnet, Unicordoba, Unillanos, Reciamuc, Recimundo, Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar de las cuales hemos recopilado una serie de artículos el cual el límite temporal fue de 5 años.

5.1. Métodos e Instrumentos

Para cumplir con los objetivos y desarrollo de la presente investigación se aplicó los siguientes métodos:

Revisión Bibliográfica: Se realizó una revisión exhaustiva relacionada con el autocuidado en pacientes con diabetes tipo 2 para comprender el estado actual del conocimiento e identificar áreas de interés y posibles brechas en la investigación.

Se formularon recomendaciones basadas en los hallazgos de la investigación para mejorar el autocuidado en pacientes con diabetes tipo 2, tanto a nivel individual como a nivel de políticas de salud pública.

6. MARCO TEÓRICO O ESTADO DEL ARTE

6.1. DIABETES MELLITUS TIPO 2

La diabetes mellitus (DM2) es un problema de salud pública que afecta al mundo y su impacto es aún más grave en los países en desarrollo, donde las desigualdades en las oportunidades de salud son graves. La Organización Mundial de la Salud (OMS), a través de la Comisión de Determinantes Sociales de la Salud (CDSS), ha creado el Modelo de Determinantes Sociales de la Salud (MDSS) que revela desigualdades en salud en cómo se distribuye la salud entre los determinantes estructurales e intermedios que afectan la salud y bienestar de la población (Cabriales, 2022).

La diabetes puede presentarse con síntomas característicos como sed, poliuria, pérdida de peso y, en ocasiones, comer en exceso, pero estos síntomas sólo aparecen cuando los niveles de azúcar en sangre son muy altos y persistentes. Como resultado, los síntomas suelen estar ausentes o ser menos intensos, por lo que la hiperglucemia persistente puede provocar más complicaciones antes del diagnóstico (Gallegos, 2022).

Un buen control del azúcar en sangre, una nutrición adecuada y el ejercicio moderado tienen un gran efecto sobre los niveles de azúcar en sangre. Esto le permite evitar el uso de medicamentos y muchas complicaciones asociadas con esta enfermedad (Pelarda, 2020).

6.1.1. SIGNOS Y SÍNTOMAS

Los signos y síntomas se resumen en “las cuatro P de la Diabetes”

- **Poliuria:** es el término que se refiere a un aumento en la cantidad de orina eliminada a diario o a la frecuencia con que se orina durante el día. Aunque es un síntoma de diabetes, es importante tener en cuenta que también puede ser causado por otros factores.

- **Polidipsia:** El aumento anormal de la sed (llamado polidipsia) se asocia con síntomas más tempranos porque cuando se pierden grandes cantidades de líquido en la orina, arrastrado por la glucosa, el cuerpo siente más sed y está en riesgo casi constante de deshidratación.
- **Polifagia:** es un apetito excesivo que puede ser causado, entre otras cosas, por la pérdida de energía de la glucosa por orina. Aunque la persona tiene hipoglucemia y se alimenta, sus células no pueden absorber este nutriente porque son resistentes a la insulina. Como resultado, experimentan una gran hambre y ganas de comer.
- **Pérdida de peso:** en la diabetes no tratada, a menudo ocurre un leve descenso de peso sin causa aparente debido a la pérdida de glucosa por orina, que también reduce las calorías aportadas.

Como se puede ver, cada uno de los componentes detallados tiene un impacto en menor o mayor medida en los demás, lo que crea un ciclo que debería hacerte pensar de inmediato que algo no está funcionando bien en tu cuerpo (Magazine, 2022).

6.1.2. FACTORES DE RIESGO

Aquí hay algunos factores que pueden aumentar su riesgo de diabetes tipo 2:

- **Edad:** La DM2 es más común en las personas mayores, con sobrepeso u obesidad.
- **Sexo:** La diabetes mellitus es más común entre las mujeres adultas que entre los hombres.
- **Raza/etnia:** Los caucásicos tienen un riesgo menor de DM2 que los afroamericanos, los hispanos y los nativos americanos, que tienen tasas altas de diabetes y la desarrollan más rápidamente.
- **Antecedente de DM2 en un familiar de primer grado:** Las personas que tienen un padre o madre con DM2 tienen un mayor riesgo de desarrollar la enfermedad.
- **Antecedente de DM gestacional:** Las mujeres con antecedentes de diabetes gestacional tienen mayor riesgo de desarrollar DM después del embarazo

- **Síndrome del ovario poliquístico:** Este síndrome se ha relacionado con alteraciones en la regulación de la glucosa. Las mujeres con SOP tienen mayor riesgo de desarrollar resistencia a la insulina.
- **Obesidad, sobrepeso y obesidad abdominal:** Más del 80% de los casos de DM2 pueden atribuirse a la obesidad.
- **Sedentarismo:** El estilo de vida sedentario reduce el gasto de energía y promueve el aumento de peso, lo que aumenta el riesgo de diabetes tipo 2.
- **Tabaquismo:** El consumo de tabaco se asocia con un mayor riesgo de adicción; cuanto mayor sea la dosis, mayor será el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2.
- **Hipertensión arterial (HTA):** Tanto los pacientes pre hipertensos como los hipertensos presentan un mayor riesgo de desarrollar DM2.
- **Hábitos alimenticios:** Este es un factor de riesgo modificable, ya que los malos hábitos alimentarios pueden provocar obesidad y aumentar la probabilidad de desarrollar diabetes tipo 2.

6.1.3. CAUSAS

Los dos principales factores que contribuyen a la diabetes tipo 2 son:

- Las células musculares, grasas y hepáticas pueden volverse resistentes a la insulina. Como resultado, las células no pueden absorber suficiente azúcar.
- El páncreas no produce suficiente insulina para mantener el nivel de azúcar en la sangre en un rango saludable.

6.1.4. DIAGNÓSTICO

Las manifestaciones clínicas de la DM pueden ocurrir en cualquier lugar. Que reúne poliuria, polidipsia, polifagia y pérdida de peso; pero también hay que reconocerlo en muchos casos, estas manifestaciones no ocurren simultáneamente en un paciente, y pueden predominar los cuadros vagos e inespecíficos.

Normal

- Glucosa en ayunas (GA): <100 MG/dL
- Prueba de tolerancia oral (PTO): <140 mg/dL
- HbA1c: <5.7%

Prediabetes

- Glucosa en ayunas (GA): 100-125 mg/dL
- Prueba de tolerancia oral (PTO): 140-199 mg/dL
- HbA1c: 5.7-6.4%

Diabetes mellitus

- Glucosa en ayunas (GA): ≥ 126 mg/dL
- Prueba de tolerancia oral (PTO): ≥ 200 mg/dL
- HbA1c: $\geq 6.5\%$
- Prueba de glucosa al azar: ≥ 200 mg/dL + Sintomatología (Poliuria, polidipsia, polifagia, pérdida de peso, nicturia, estado hiperosmolar)

Aunque se dispone de otros métodos de diagnóstico, se recomienda utilizar únicamente la HbA1c para la monitorización de la paciente y las curvas de tolerancia a la glucosa para el diagnóstico de la diabetes gestacional (Medina et al., 2022).

6.1.5. TRATAMIENTO E IMPORTANCIA

El tratamiento inicial de la DM2 en adultos siempre debe incluir modificaciones intensivas no farmacológicas del estilo de vida (dieta, ejercicio, salud mental), ya que pueden retrasar o prevenir la progresión a la DM2 y reducir la mortalidad por todas las causas (Bhandar, 2022).

En cuanto al tratamiento farmacológico, se recomienda que los pacientes con estas características inicien tratamiento con metformina Metformina, Insulina, Sulfonilureas entre otros medicamentos

- Si le han diagnosticado diabetes tipo 2
- Si tiene prediabetes, en personas menores de 60 años con niveles de glucosa en sangre en ayunas (GPA) entre 100 y 125 mg/dl, no hay evidencia de beneficio Útil para personas de este tipo edad.
- Personas con IMC > 35 kg/m², independientemente de la GPA.
- Antecedentes de diabetes gestacional.

Y los tratamientos más comunes suelen ser aquellos como los siguientes:

- Alimentación saludable.
- Ejercicio regular.
- Pérdida de peso.
- Posiblemente, medicamentos para la diabetes o tratamiento con insulina.
- Control de la glucosa en la sangre.}

Estas medidas aumentan sus posibilidades de mantener el nivel de azúcar en sangre en un rango saludable y pueden ayudar a retrasar o prevenir complicaciones.

6.1.6. COMPLICACIONES

La diabetes mellitus (DM) es una patología caracterizada por una elevada concentración de glucosa en la sangre, condición conocida como hiperglucemia, causada por una secreción insuficiente de insulina, resistencia a su acción o ambas. La diabetes tipo 2 se caracteriza por resistencia a la acción de la insulina o una falta parcial de secreción de insulina; puede desarrollarse en el cuerpo sin causar síntomas. Su desarrollo asintomático aumenta la probabilidad de no poder diagnosticar rápidamente, lo que deriva en un mal control de la enfermedad. La falta de control y otros factores predisponentes pueden hacer que la cetoacidosis diabética, la hiperosmolaridad, los estados hiperglucémicos y la hipoglucemia sean una emergencia importante o una complicación aguda de la diabetes tipo 2 (Torres et al., 2020).

Lo que preocupa más a las personas con diabetes y sus familias es la posibilidad de complicaciones crónicas. El aumento persistente de azúcar en sangre hace que los vasos sanguíneos se vayan taponando, de manera que cada vez es más difícil que la sangre circule hacia un órgano determinado, principalmente en los ojos y el riñón.

Debido a que la enfermedad ha estado presente durante muchos años, se les llama complicaciones crónicas. Es difícil determinar cuántos años después surgen las complicaciones, depende de cada persona y de su control metabólico. Muchos estudios han demostrado que el mal control glucémico, la larga duración de la enfermedad, la mayor edad y una historia familiar de complicaciones de la diabetes aumentan el riesgo de sufrir estos problemas (Solórzano et al., 2020).

Por lo tanto, es crucial intentar mantener un control glucémico efectivo y evitar otros problemas que aumentarán la probabilidad de desarrollar problemas en el futuro.

Las enfermedades cardiovasculares, como los ataques cardíacos, los accidentes cerebrovasculares y la insuficiencia circulatoria en los miembros inferiores, se conocen como complicaciones macrovasculares (Recimundo, 2019).

6.1.6.1. RETINOPATIA DIABETICA: Los microaneurismas (puntos rojos pequeños de 20 a 200 um) son el primer signo y pueden avanzar hasta producir hemorragias en manchas retinianas (redondas con bordes borrosos) y exudados duros (de tamaño variable netamente definidos y amarillos) (Blanco et al., 2021).

6.1.6.2. NEFROPATIA DIABETICA: Consiste en un deterioro significativo en las funciones del riñón que progresa gradualmente hasta llegar a su etapa terminal, siendo una causa importante de muerte. Poco después del diagnóstico, la filtración glomerular generalmente aumenta, lo que resulta en una mayor amplitud renal y un aumento en el volumen y la superficie capilar. El tratamiento intensivo reverte la hiperglucemia, lo que sugiere que la hiperfiltración depende de la hiperglucemia (Blanco et al., 2021).

6.1.6.3. NEUROPATIA DIABETICA: Se caracteriza por alteraciones anatomopatológicas en la corteza, la médula espinal, los troncos periféricos, etc. El sistema nervioso de los pacientes, las cuales son múltiples y pueden causar incapacidad o complicaciones graves que pueden contribuir a úlceras y amputaciones, además de dolor severo. La neuropatía diabética se clasifica en varios tipos: hiperglucemia, que comienza con un aumento inicial y se mantiene bajo control mediante la normalización de los niveles de glucemia. Tiene síntomas sensoriales molestos. La neuropatía diabética más común es simétrica y bilateral, puede ser sensorial o autonómica y puede ser aguda y dolorosa (Blanco et al., 2021).

6.1.6.4. PIE DEL DIABETICO: Comprende las úlceras plantares que surgen después de traumatismos aparentemente insignificantes y que se curan lentamente. La gangrena puede ser una complicación que puede resultar en la amputación de parte de la extremidad en casos graves (Blanco et al., 2021).

6.1.6.5. ATEROESCLEROSIS E HIPERTENSION: La aterosclerosis de las arterias del corazón, las extremidades inferiores y el cerebro es la principal causa de muerte en los diabéticos. El aterosclerótico es más grave y comienza más temprano que en los no diabéticos. Las complicaciones microvasculares y neuropáticas son más comunes en las personas con hiperglucemia notable, pero esto no es cierto para las complicaciones esteroscleróticas (Blanco et al., 2021).

6.2. AUTOCUIDADO

Dorothea E. Orem define el autocuidado como actividades que permiten a un individuo mantener la salud y el bienestar, responder a las necesidades de soporte vital de forma continua, curarse de enfermedades o lesiones y hacer frente a las complicaciones.

El autocuidado es un concepto propuesto por Dorothea Elizabeth Orem en 1969 como una actividad de aprendizaje personal orientada a objetivos. Es un comportamiento que existe en situaciones específicas de la vida cuando las personas adaptan los factores que afectan su desarrollo y funcionamiento a sí mismos, a los demás o al medio ambiente en beneficio de su vida, salud o bienestar (Vargas et al., 2019).

Dorothea Elizabeth Orem desarrolló la teoría del déficit de autocuidado como un modelo general que consta de tres teorías interrelacionadas: teoría del autocuidado, teoría del déficit de autocuidado y teoría de los sistemas de enfermería como sistema de práctica, educación y gestión de la enfermería.

Esta teoría establece los requisitos para el autocuidado, que además de ser parte esencial del modelo, también forma parte de la valoración del paciente. El concepto de requerimientos se utiliza y

define como las acciones que debe realizar un individuo para cuidar de sí mismo, por eso Orem recomienda tres tipos de requisitos:

- a) Requisitos generales para el autocuidado.
- b) La necesidad de autocuidado durante el desarrollo
- c) Requerir autocuidado en caso de desviaciones en su estado de salud.

El requisito de autocuidado para los trastornos de salud es una razón o propósito para que las personas con discapacidades o enfermedades crónicas adopten conductas de autocuidado. Factores condicionantes básicos son factores internos o externos que afectan la capacidad de un individuo para cuidar de sí mismo. También afectan el tipo y cantidad de cuidado personal necesario, se denominan factores condicionantes básicos (Vargas et al., 2019).

En 1993, Dorothea E. Orem agrupa diez variables bajo este concepto: edad, género, nivel de desarrollo, estado de salud, orientación social y cultural, factores del sistema de salud, factores del sistema familiar, estilo de vida, entorno, disponibilidad y adecuación de recursos, pueden ser elegidos de acuerdo al propósito específico de cada estudio, pues según sus hipótesis deben estar relacionados con el fenómeno de interés que se investiga (Vargas et al., 2019).

6.2.1. Importancia

Las personas con diabetes tipo 2 deben comprender varios temas relacionados con el manejo de la enfermedad, como el control del azúcar en sangre, la dieta, el ejercicio, el uso de medicamentos y el manejo de las complicaciones. La educación para el autocuidado debe ser un proceso continuo e individualizado adaptado a las necesidades y capacidades de cada paciente.

La educación sobre el autocuidado también puede mejorar el cumplimiento de las recomendaciones de tratamiento. El cumplimiento es un factor clave en el manejo de la diabetes tipo 2, y la educación sobre el autocuidado puede ayudar a los pacientes a comprender la importancia de seguir las recomendaciones de tratamiento y desarrollar las habilidades para hacerlo (Blanco et al., 2021).

Desde una perspectiva de impacto clínico, se ha demostrado que la educación para el autocuidado es eficaz para mejorar el control de la glucemia, reducir el riesgo de complicaciones y mejorar la calidad de vida de las personas que padecen diabetes tipo 2. Reducir los costos de atención médica a largo plazo (Ocronos, 2023).

6.2.2. Prácticas del autocuidado

El autocuidado se define como la capacidad de una persona para cuidarse y respetarse a sí misma. Este concepto incluye tanto el cuidado físico como el emocional. Como tal, abarca un conjunto de actividades que promueven y benefician la salud y el bienestar del individuo.

Alimentación

La diabetes es una enfermedad crónica que ocurre cuando los niveles de azúcar en la sangre aumentan demasiado.

El azúcar en la sangre es la principal fuente de energía que se obtiene de los alimentos. La insulina como bien sabemos es una hormona producida por el páncreas que ayuda a que la glucosa de los alimentos ingrese a las células para obtener energía. Es posible que el cuerpo no produzca suficiente insulina o no la utilice adecuadamente y la glucosa permanezca en la sangre y no pueda llegar a las células (Estado, 2019).

La diabetes es una enfermedad que no se puede curar, pero las personas con diabetes pueden tomar medidas para controlarla y mantenerse saludables evitando complicaciones. Una dieta saludable ayuda a mantener los niveles de azúcar en sangre en un nivel adecuado. Es una parte esencial del tratamiento de la diabetes, ya que las complicaciones de la diabetes se pueden prevenir controlando el azúcar en la sangre (glucosa) (Recimundo, 2019).

Los nutricionistas pueden ayudar a las personas con diabetes a cuidar su dieta y desarrollar planes de alimentación especiales para ellas. Para crear este plan nutricional, considere el peso, los medicamentos, el estilo de vida y cualquier otro problema de salud del paciente.

Ejercicio

El ejercicio físico es uno de los métodos para tratar la diabetes. El objetivo del programa debe ser controlar la glucemia, mantener un peso corporal ideal, mejorar la calidad de vida y prevenir posibles complicaciones. En estos casos, el ejercicio puede aumentar la sensibilidad a la insulina, aunque esto no se traduce automáticamente en un control óptimo de la diabetes (Carrasco et al., 2019).

Para lograr este objetivo a largo plazo, los pacientes deben realizar actividad física diaria teniendo en cuenta los siguientes factores: hora del día, duración e intensidad del ejercicio, niveles de glucosa en sangre antes del ejercicio, el tipo y dosis de insulina utilizada. Un programa de ejercicio regular es esencial para controlar los niveles de azúcar en sangre. Además, el ejercicio ha demostrado ser eficaz para prevenir este tipo de diabetes, especialmente en quienes tienen mayor riesgo de desarrollar: quienes tienen sobrepeso, presión arterial alta y antecedentes familiares de diabetes. También es importante seguir una dieta adecuada (Carrasco et al., 2019).

Cuidado de los pies

Cuidar sus pies es muy importante si tiene diabetes porque los nervios y los vasos sanguíneos pueden dañarse, lo que eventualmente puede provocar entumecimiento y falta de sensibilidad, y es difícil que sus pies sanen cuando están lesionados, lo cual ocurre esto se llama úlcera del pie diabético.

En muchos casos, las úlceras del pie diabético se desarrollan a partir de ampollas o pequeños cortes que pasan desapercibidos para las personas con diabetes debido a la falta de sensibilidad en el pie. Cuando se infecta, se desarrolla una úlcera, en la mayoría de los casos requiere tratamiento hospitalario (Boubnan, 2023).

Medicamentos

Existen varios medicamentos diferentes para la diabetes tipo 2 y cada uno funciona de manera diferente. Muchas de ellas son pastillas, también existen medicamentos que se inyectan en la piel, como la insulina.

Con el tiempo, es posible que necesite varios medicamentos para controlar el nivel de azúcar en la sangre. Puede agregar otros medicamentos para la diabetes o cambiar a medicamentos combinados. Los medicamentos combinados contienen varios medicamentos para la diabetes en una tableta. Algunas personas con diabetes tipo 2 requieren medicamentos e inyecciones (Zambrano y Lucas, 2022).

CAPÍTULO III

7. CONCLUSIÓN

Mediante la revisión bibliográfica en el nivel de autocuidado en pacientes con Diabetes mellitus tipo 2 se pudo determinar que es un factor crucial que influye en su calidad de vida y en el manejo efectivo de la enfermedad. La evidencia sugiere que aquellos pacientes que adoptan prácticas de autocuidado adecuadas, como llevar una dieta equilibrada, hacer ejercicio regularmente, controlar sus niveles de glucosa en sangre y seguir el plan de tratamiento prescrito por su médico, tienden a experimentar mejores resultados de salud y menor incidencia de complicaciones a largo plazo. Sin embargo, muchos pacientes enfrentan desafíos para mantener un nivel óptimo de autocuidado, ya sea debido a factores socioeconómicos, falta de apoyo familiar o dificultades emocionales.

Por lo tanto, es fundamental que los profesionales de la salud brinden educación continua, apoyo emocional y recursos adecuados para ayudar a los pacientes a desarrollar y mantener hábitos de autocuidado eficaces que puedan mejorar significativamente su salud y sus resultados a largo plazo.

8. RECOMENDACIONES

Basándome en la revisión bibliográfica, según la información encontrada estoy en posición de recomendar estrategias específicas de autocuidado para personas diagnosticadas con diabetes mellitus tipo 2, hemos podido contactar las siguientes:

- **Control de la glucosa en sangre:** Monitorea regularmente tus niveles de glucosa en sangre según las indicaciones de tu médico. Mantén un registro de tus lecturas para detectar tendencias.
- **Alimentación saludable:** Sigue una dieta equilibrada rica en verduras, frutas, granos enteros y proteínas magras. Limita el consumo de azúcares añadidos, grasas saturadas y alimentos procesados.
- **Ejercicio:** La actividad física regular es una parte importante del manejo de diabetes.
 - Puede hacer la actividad que más te guste, pero es importante que seas constante.
 - Caminar, nadar o montar en bicicleta, por ejemplo, pueden ser buenas opciones.
 - Después de hacer deporte, use calzado adecuado y revise sus pies.
- **Medicación:** Toma tus medicamentos según lo prescrito por tu médico. No te saltes las dosis y mantén un suministro adecuado de medicamentos.
- **Control del peso:** Mantén un peso saludable o trabaja para alcanzarlo si es necesario. El sobrepeso puede empeorar la resistencia a la insulina y aumentar el riesgo de complicaciones.
- **Control del estrés:** Encuentra formas de reducir el estrés en tu vida, ya sea a través de la meditación, el yoga, la respiración profunda o actividades que disfrutes.
- **Cuidado de los pies:** Inspecciona tus pies diariamente en busca de cortes, ampollas, callosidades u otras lesiones. Mantén tus pies limpios y secos, y usa zapatos cómodos y adecuados.

- **Seguimiento médico regular:** Programe visitas con su médico para controlar su diabetes e identificar cualquier problema de salud relacionado.
- **Educación continua:** Aprende todo lo que puedas sobre la diabetes tipo 2 y cómo manejarla. La educación continua puede ayudarte a tomar decisiones informadas sobre tu salud.
- **Red de apoyo:** Busca el apoyo de familiares, amigos o grupos de apoyo de personas con diabetes. Compartir experiencias y consejos puede ser reconfortante y motivador.

9. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Trabajos citados

al., J. H.-C. (2022).

al., R. F. (2020). Complicaciones agudas de la diabetes tipo 2. *Recimundo*. Obtenido de

<https://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/782/1296>

AmericanCancerSociety. (28 de Febrero de 2020). *¿Qué es el mieloma múltiple?* Obtenido de American

Cancer Society: <https://www.cancer.org/es/cancer/tipos/mieloma-multiple/acerca/que-es-mieloma-multiple.html>

Amina Asbai Mohamedi Soliman Al, Hamouti Boubnan. (19 de Abril de 2023). LA IMPORTANCIA DE LA

EDUCACIÓN EN EL AUTOCUIDADO DE PACIENTES CON DIABETES MELLITUS TIPO 2. LA

IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN EN EL AUTOCUIDADO DE PACIENTES CON DIABETES MELLITUS

TIPO 2. Obtenido de <https://revistamedica.com/autocuidado-pacientes-diabetes-mellitus-tipo-2/>

Bhandar, A. S. (2022). *National library of medicine*.

Cabriales, M. H. (2022). Riesgo de diabetes mellitus tipo 2 y sus determinantes. *UM*, 12.

CANCER, I. N. (s.f.). *Cymbalta*. Obtenido de INSTITUTO NACIONAL DEL CANCER:

<https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/cymbalta>

CANCER, I. N. (s.f.). *Effexor*. Obtenido de INSTITUTO NACIONAL DEL CANCER:

<https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/effexor>

CANCER, I. N. (s.f.). *Lexapro*. Obtenido de INSTITUTO NACIONAL DEL CANCER:

<https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/lexapro>

Obtenido de [https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/4676/MED-](https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/4676/MED-Morales%20Carbone.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

[Morales%20Carbone.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/4676/MED-Morales%20Carbone.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Cecilia Paulín García, R. M.-T. (2019). EL PAPEL DEL PERSONAL DE ENFERMERÍA EN LA EDUCACIÓN. *BVS*, 15.

CPICM. (2019). Modelos metaparadigmáticos de Dorothea Elizabeth Orem. *CPICM*.

Escuela Profesional de Enfermería. Obtenido de

<https://repositorio.unab.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12935/85/TESIS.%20CUEVA%20FLORIAN%20FLORLINDA.pdf?sequence=1>

Dirven , B. B., Pérez, R., Cáceres, R. J., Tito, A. T., Gómez , R. K., & Ticona, A. (2018). *El desarrollo rural establecido en las áreas Vulnerables*. Lima: Colección Racso.

Dr.Dávalos. (21 de Septiembre de 2023). *¿Qué son los síndromes paraneoplásicos?* . Obtenido de

TOPDOCTORS: <https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/sindromes-paraneoplasicos>

Dr.JoséÁngel. (21 de Septiembre de 2023). *¿Qué son los trastornos psicossomáticos?* Obtenido de

TOPDOCTORS: <https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/trastorno-psicosomatico>

Dra.Parramon. (4 de Julio de 2022). *¿Por qué las mujeres tienen más trastornos depresivos que los*

hombres? Obtenido de SOM: <https://depresion.som360.org/es/monografico/mujer-salud-mental/articulo/mujeres-tienen-mas-trastornos-depresivos-hombres>

Eberth Javier Zambrano Valencia et al. (2022).

ELSEVIER. (s.f.). *escitalopram*. Obtenido de ELSEVIER: [https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-escitalopram-](https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-escitalopram-13078584#:~:text=Escitalopram%20es%20un%20nuevo%20inhibidor,las%20reca%C3%ADdas%20de%20episodios%20depresivos.)

[13078584#:~:text=Escitalopram%20es%20un%20nuevo%20inhibidor,las%20reca%C3%ADdas%20de%20episodios%20depresivos.](https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-escitalopram-13078584#:~:text=Escitalopram%20es%20un%20nuevo%20inhibidor,las%20reca%C3%ADdas%20de%20episodios%20depresivos.)

[13078584#:~:text=Escitalopram%20es%20un%20nuevo%20inhibidor,las%20reca%C3%ADdas%20de%20episodios%20depresivos.](https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-escitalopram-13078584#:~:text=Escitalopram%20es%20un%20nuevo%20inhibidor,las%20reca%C3%ADdas%20de%20episodios%20depresivos.)

FARMALASTIC. (s.f.). *¿Sufres tensión muscular por l estrés? Te enseñamos a rebajarla y a mejorar la*

salud . Obtenido de FARMALASTIC: <https://farmalastic.cinfa.com/blog/tension-muscular-por-estres-sintomas>

FAV Solórzano et al. (2020).

FAV Solórzano et al. (2022).

Franklin Vite Solórzano et al. (2020). Práctica de autocuidado en paciente con diabetes mellitus tipo 2.

Itsup.

Julia, M. (20 de enero de 2023). *¿Sobrecarga de trabajo? Estrategias para ayudar a equipos e individuos a recuperar el equilibrio.* Obtenido de asana: <https://asana.com/es/resources/overworked-signs>

Magazine. (2022). ¿Cuáles son las 4P de la Diabetes Mellitus? *Magazine.*

Martha Medellín, M. R. *Funcionamiento familiar y su relación con las redes de apoyo social en una*

muestra de Morelia, México. Obtenido de Scielo:

https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-

33252012000200008#:~:text=Falta%20de%20apoyo%3A%20Se%20refiere,y%20la%20violencia

%20que%20existen.

Ocronos. (2023). LA IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN EN EL AUTOCUIDADO DE PACIENTES CON DIABETES MELLITUS TIPO 2. *Ocronos.*

Pablo, M. G. (19 de abril de 2022). *El estrés laboral: qué es, causas y síntomas.* Obtenido de nascia:

<https://www.nascia.com/estres-laboral-causas->

simtomas/#:~:text=Hablamos%20de%20estr%C3%A9s%20laboral%20cuando,agotamiento%20ta

nto%20f%C3%ADsico%20como%20mental.

Pedro García, A. J. (2020). *ESTRÉS LABORAL EN ENFERMERAS DE UN HOSPITAL PÚBLICO DE LA ZONA*

FRONTERIZA DE MÉXICO, EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA COVID-19. Mexico: ESTRÉS LABORAL EN

ENFERMERAS DE UN HOSPITAL PÚBLICO DE LA ZONA FRONTERIZA DE MÉXICO, EN EL CONTEXTO

DE LA PANDEMIA COVID-19. Obtenido de

<https://revistas.unc.edu.ar/index.php/RSD/article/view/31332/32042>

Pelarda, Á. V. (2020). Revisión bibliográfica sobre la diabetes mellitus tipo 2. *Portalesmedicos.*

Suma Psicológica. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/1342/134213131007.pdf>

recimundo. (2019). Factores de riesgo que inciden en la presencia de diabetes. *Factores de riesgo que inciden en la presencia de diabetes*.

Rodríguez, C. (s.f.). *Fluoxetina: Antidepresivos*. Obtenido de Access Medicina:

<https://accessmedicina.mhmedical.com/content.aspx?bookid=1552§ionid=90370662>

Sánchez-Delgado J, S.-L. (2022). Epidemiología de la diabetes mellitus tipo 2 y sus complicaciones. *Finlay*, 8.

SCHEIB, I. D. (2023). *Procedimientos de diagnóstico psicossomático*. Obtenido de INSTITUTO DR. SCHEIB:

<https://www.medicinapsicosomatica.es/procedimientos-diagnostico-psicosomatico/>

Suarez, E. y. (2022). *acvenisproh*.

Suarez, E. y. (2022). Factores de riesgo de diabetes mellitus tipo 2 en la población de milagro perteneciente a la Parroquia de Chobo. *acvenisproh*.

Thais Loyola, Á. d. (02 de Agosto de 2021). *El impacto de la pandemia en el rol de la enfermería: una revisión narrativa de la literatura*. Obtenido de Scielo:

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412021000300016

Torres&Useche. (17 de noviembre de 2022). *El trabajo por turnos y su impacto en la salud del trabajador*. Obtenido de quironprevencion:

<https://www.quironprevencion.com/blogs/es/prevenidos/trabajo-turnos-impacto-salud-trabajador#:~:text=Como%20consecuencia%20de%20lo%20anterior,trastornos%20de%20ansiedad%20y%20depresi%C3%B3n.>

Vílchez Barboza, V., & Paravic Klijn, T. y. (31 de julio de 2013). *Contribución de Enfermería al abordaje de los trastornos psicossomáticos de la mujer trabajadora*. Obtenido de Scielo:

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412013000300015

Zambrano y Lucas. (2022). El rol de la enfermería en el autocuidado de pacientes con Diabetes Mellitus tipo 2. *ITSUP*, 13.

ANEXO

Anexo A

En la siguiente tabla 1 se presenta un resumen de los principales autores, incluyendo la información específica sobre la fecha de publicación, la definición del estudio y la referencia bibliográfica correspondiente. Esta tabla permite visualizar de manera clara y organizada los datos esenciales de cada contribución, facilitando así su comparación y análisis crítico.

Tabla 1. Artículos científicos

AUTOR	FECHA	DEFINICION	BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none">Eberth Javier Zambrano Valencia.Génesis Alexandra Lucas Holguín.	Enero-Junio 2022	La diabetes mellitus (DM) tipo 2 es considerada un problema de salud pública a nivel mundial por su incremento de mortalidad, además, de las complicaciones en órganos diana que la enfermedad produce.	<ul style="list-style-type: none">https://revistas.itsup.edu.ec/index.php/Higia/article/view/691/1325

<ul style="list-style-type: none"> • Sirley Alcocer Díaz • Ana Gabriela Marcillo Castro • Landy Nayeli Macías Miranda • Adriana Fiorella Medranda Pin 	07/07/2023	<p>Durante mucho tiempo la obesidad y el sobrepeso no fueron considerados una enfermedad o condición de riesgo.</p> <p>Actualmente, la Organización Mundial de la Salud (OMS) la define como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • https://editorialalema.org/index.php/pentaciencias/article/view/742/1039
<ul style="list-style-type: none"> • Mariel Heredia • Esther Carlota Gallegos Cabriales 	01-01-2022	<p>Examinar los factores de riesgo de DM2 desde la perspectiva del DSS brinda la oportunidad de proponer estrategias de atención médica que incorporen factores contextuales junto con factores de estilo de vida para mejorar las intervenciones de los proveedores destinadas a reducir la morbilidad y la mortalidad asociadas con la DM2.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • https://revistas.um.es/global/article/view/482971

<ul style="list-style-type: none"> • Jacinto Eugenio Pérez Ramírez • Juan Sebastián Urgilés Beltrán • Gustavo Adolfo Espinoza Palomeque 	2022-07-01	<p>En el Ecuador y en todo el mundo, la diabetes es una de las enfermedades más comunes. Pertenece al grupo de enfermedades crónicas no transmisibles como la hipertensión arterial (HTA), la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), las enfermedades cardiovasculares, la artritis, la artrosis, el cáncer, la dislipidemia y la obesidad, es considerada un problema de salud pública y contribuye a importantes estadísticas de mortalidad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • https://tesla.puertomadereditorial.com.ar/index.php/tesla/article/view/48?articlesBySimilarityPage=5
<ul style="list-style-type: none"> • Dennys Henry Rodríguez Parrales • Nicole Estephania Pin García • Jessica Gissella Quijije Peñafiel 	2023-01-24	<p>La diabetes mellitus tipo 2 es una enfermedad que diversos autores la describen como una alteración que ocurre en el metabolismo de los carbohidratos, el mismo que se encuentra vinculado a la falta de secreción o acción de la insulina, de igual manera, se encuentra ligada a la enfermedad periodontal y se</p>	<ul style="list-style-type: none"> • https://editorialalema.org/index.php/pentaciencias/article/view/450

		hallan entre las enfermedades más usuales del ser humano.	
<ul style="list-style-type: none"> • Natali Valentina Payares • Mónica Chávez Vivas • Antonio José Tascón 	2022-12-30	El objetivo de este estudio fue establecer los factores sociodemográficos y clínicos asociados a Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2) en pacientes que son atendidos en el Programa Cardiovascular en un hospital de la ciudad de Cali.	<ul style="list-style-type: none"> • https://revistamedicaderosario.org/index.php/rm/article/view/191
<ul style="list-style-type: none"> • Franklin Vite Solórzano • Jaime Humberto Flores García • Angy Vanessa Salazar Morillo • Jefferson Alexander Sornoza Párraga 	01-05-2020	La investigación aborda la práctica de autocuidado en pacientes con diabetes mellitus tipo 2, la diabetes mellitus (DM) como un problema de salud con gran impacto que preocupa a profesionales sanitarios y a la sociedad en su conjunto. Se estima que una proporción de diabéticos no conoce su enfermedad y no ha concienciado la necesidad del autocuidado, además de no disponer de herramientas necesarias para ello.	<ul style="list-style-type: none"> • https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8474696.pdf

<ul style="list-style-type: none"> • Kendy Paola Madero Zambrano • Claudia Alejandra Orgullos Bautista 	2022-08-31	<ul style="list-style-type: none"> • La diabetes mellitus puede causar múltiples complicaciones, sino se realiza un correcto autocuidado. • Las prácticas de autocuidado son esenciales para el mantenimiento de la salud y la prevención. • En la población diabética de Cartagena las prácticas de autocuidado son buenas en dieta e higiene, pero bajas en actividad física. • Las malas prácticas de autocuidado asociado con el sexo, el estrato socioeconómico, nivel de estudio y años de diagnóstico son los que mayor riesgo presentan en su condición de salud. 	<ul style="list-style-type: none"> • https://revistas.udes.edu.co/cuidarte/article/view/2534
<ul style="list-style-type: none"> • Eberth Javier Zambrano Valencia. • Génesis Alexandra Lucas Holguín 	26-05-2022	<p>La OMS y la Organización Panamericana de la Salud (OPS) estiman que alrededor de 62 millones de personas en las Américas tienen diabetes tipo 2 y otras no saben que la tienen. Según el Instituto de Estadísticas y Censos de Población (INEC), la diabetes es la segunda causa de muerte, al registrar alrededor de 4.935 muertes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • https://revistas.itsup.edu.ec/index.php/Higia/article/view/691/1326
<ul style="list-style-type: none"> • Raúl Ureta Jurado • Magaly Osnayo Q • Kely Yaquelin Poma Z • Clelia Gómez A 	2023-07-21	<p>El autocuidado se desarrolla a medida que maduramos y está influenciado por creencias</p>	<ul style="list-style-type: none"> • https://revistas.unh.edu.pe/index.php/rcsxxi/article/view/281

		<p>culturales, hábitos, costumbres familiares y sociales. La práctica del autocuidado juega un papel importante en el control de la diabetes, tanto en la prevención como durante el curso de la enfermedad.</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • Raquel Sorayda Robalino Gualoto • Nora Margarita Palzzi Trebols • Leonardo Favio Aldaz Vargas • Gladys Judith Cabay Cabay • Patricio Fernando Chicaiza Samaniego 	<p>14 de diciembre de 2021</p>	<p>El control del azúcar en sangre depende en parte del conocimiento del autocuidado ante una enfermedad. El estudio tuvo como objetivo implementar un programa de autocuidado para pacientes pertenecientes al Club de Diabetes del Hospital General Universitario de la Provincia de Riobamba. El universo estuvo compuesto por 107 pacientes, de los cuales 75 formaron parte de la muestra. El programa educativo tiene una duración de cuatro meses y evalúa niveles de conocimientos, control de azúcar en sangre, enfermedades y características de los pacientes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • https://talentos.ueb.edu.ec/index.php/talentos/articloe/view/256/381

<ul style="list-style-type: none"> • Stella Ortega Oviedo • Neila Berrocal Narváez • Katusca Argel Torres • Kati Vanesa Pacheco Torres 	02/ Octubre/2019	<p>Existen factores de riesgo no modificables, como la genética, la edad y los antecedentes familiares, que aumentan el riesgo de diabetes tipo 2 y no se pueden cambiar. Sin embargo, ciertos comportamientos también pueden aumentar el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2, como una dieta poco saludable y la falta de actividad física, que contribuyen a la obesidad y a tasas más altas de diabetes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • https://revistas.unicordoba.edu.co/index.php/avancesalud/article/view/1848/2396#info
<ul style="list-style-type: none"> • Diana Esther Rodríguez Villa • Juan Camilo Molina Fontalvo • Rafael Herrera Molina • Jesús David Zurbarán Escalante • Michelle Johana Maury Ospino 	2023-07-05	<p>Practicar el autocuidado es un elemento esencial en el macromanejo de las personas con diabetes tipo 2, en el que las personas adquieren habilidades para adquirir conocimientos, actitudes y prácticas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • https://revistas.unillanos.edu.co/index.php/bsif/article/view/885
<ul style="list-style-type: none"> • Germania Vargas Aguilar • Stepenska Álvarez Victoria 	2023-02-05	<p>El autocuidado es la capacidad de una persona de aplicar los cuidados necesarios para afrontar o</p>	<ul style="list-style-type: none"> • https://reciamuc.com/index.php/RECIAMUC/article/view/1039

<ul style="list-style-type: none"> • Dinora Rebolledo Malpica • Rina Quijije Diaz 		<p>prevenir una enfermedad, pero en el caso de la comunidad Lupita Nolivos, es la que brinda mejor atención médica a las personas mayores que sufren. Es importante que las enfermeras sean conscientes tanto de los impactos como de las intervenciones que protegen la integridad de esta población, así como del grado en que pueden cuidar de sí mismas.</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • Geovanna Natali Sellan Reinoso • Holguer Estuardo Romero Urréa • Jessica Ivonne Navas Roman • Paul Antonio Mullo Espinoza 	2022-03-03	<p>Muchos estudios han examinado el autocontrol de la diabetes, pero hay poca literatura que describa herramientas de recopilación de datos revisadas por pares.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • https://acvenisproh.com/revistas/index.php/masvita/article/view/143
<ul style="list-style-type: none"> • María del Pilar Casados Fernández 	5/Dic/2019	<p>El artículo presenta la epidemiología, causas, diagnóstico y temas relacionados, con especial énfasis en el autocuidado, ya que tanto la diabetes como el pie diabético resultan en un desconocimiento sobre el</p>	<ul style="list-style-type: none"> • https://cursosfnn.com/blogcursosfnn/revistas/revista-asdec-no-13/relacion-entre-conocimientos-sobre-autocuidado-y-control-de-diabetes-y-pie-diabetico/

		<p>autocuidado. Por lo tanto, se debe evaluar el autocontrol que realiza cada paciente ya que reduce los síntomas y la progresión de la enfermedad.</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • Erika Lorena Vega-Silva • Jaqueline Barrón-Ortiz • Virginia Verónica Aguilar-Mercado • Rosa Elena Salas-Partida • Karla Moreno-Tamayo 	<p>Julio-Agosto 2023</p>	<p>La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la calidad de vida como “la percepción que tiene una persona de su propia existencia dentro de un sistema de valores y un contexto cultural, teniendo en cuenta sus objetivos, expectativas, sus problemas y estándares”. La calidad de vida toma en cuenta aspectos objetivos y percepciones subjetivas de factores de desarrollo físico, emocional, social, familiar, material y vocacional.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10484553/
<ul style="list-style-type: none"> • Concepción Vidal Artal • Irene María Gutiérrez Vidal 	<p>30 junio 2022</p>	<ul style="list-style-type: none"> • La diabetes es una enfermedad de mal pronóstico, con complicaciones micro vasculares y macrovasculares graves como neuropatía, retinopatía, amputaciones y pie diabético entre 10 y 20 años después del inicio de la enfermedad o antes si se añaden factores adicionales. Riesgos 	<ul style="list-style-type: none"> • https://revistasanitariadeinvestigacion.com/plan-de-cuidados-de-enfermeria-en-un-paciente-con-diabetes-mellitus-tipo-i/

		<p>como el tabaquismo, la obesidad, la falta de actividad física o el mal cumplimiento del tratamiento.</p> <ul style="list-style-type: none"> • La OMS predice que para 2030, la diabetes se convertirá en la séptima causa de muerte en todo el mundo, especialmente en los países de ingresos bajos y medianos. 	
<ul style="list-style-type: none"> • Marilyn Ivette Rovalino Castro • Myriam Veronica Betancourt Constante 	2022-12-06	<p>En la actualidad, los estudios epidemiológicos de la diabetes tipo 2 han demostrado un marcado aumento en su prevalencia, estimando cerca de 23,5 millones de personas entre 55 y 68 años correspondientes al 7% de la población adulta mundial. En Ecuador, se conoce que la población de 10 a 59 años presenta una prevalencia de diabetes mellitus tipo 2 (DM2) de 2,7% en hombres y 2,8% en mujeres. Objetivo: Recopilar información bibliográfica sobre el diagnóstico y tratamiento de diabetes mellitus tipo 2 en pacientes con síndrome metabólico.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • https://recimundo.com/index.php/es/article/view/1884

<ul style="list-style-type: none"> • Barbara Miladys Placencia López • Arturo Hernández Escobar • Augusto Rafael Fienco Bacusoy • Allison Vanessa Reyes Chele 	<p>Mayo 13, 2021</p>	<p>El presente estudio se desarrolló en la comunidad de Joa perteneciente al cantón Jipijapa-Manabí-Ecuador, tuvo como propósito determinar la vulnerabilidad de padecer diabetes tipo 2 en la población adulta en las edades comprendidas entre 20 y 60 años de edad. Se realizó un estudio descriptivo, transversal, y de análisis a personas con riesgo de padecer diabetes en usuarios de 20 años en adelante, se realizó una encuesta para la recogida de información, se midió, además, el índice de masa corporal (IMC) y la glucemia.</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • Del Val Florentino Zaballos, 	<p>Agosto 2020</p>	<p>Debido a su alta prevalencia y frecuencia, la diabetes tipo 2 es un grave problema de salud pública. En los últimos años, las estadísticas de esta enfermedad han tendido a aumentar de manera alarmante. Por lo tanto, la diabetes es una de las principales causas de ceguera, amputaciones, enfermedades renales</p>	<ul style="list-style-type: none"> • https://www.npunto.es/revista/29/actualizacion-en-diabetes-tipo-2-nuevas-opciones-y-recomendaciones

		<p>crónicas y enfermedades cardiovasculares. En su Atlas de Diabetes de 2015, la Federación Internacional de Diabetes (FID) estima que la incidencia global es del 8,8% (7,2-11,4) y prevé que para 2040 alcanzará el 10,4% (8,5-10,5).</p>	
--	--	---	--

