



Casa abierta al tiempo

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA
Unidad Xochimilco

DIVISIÓN CIENCIAS BIOLÓGICAS Y DE LA SALUD
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN HUMANA

ALUMNA

Cynthia Ivonne Ramírez Álvarez
2143026566

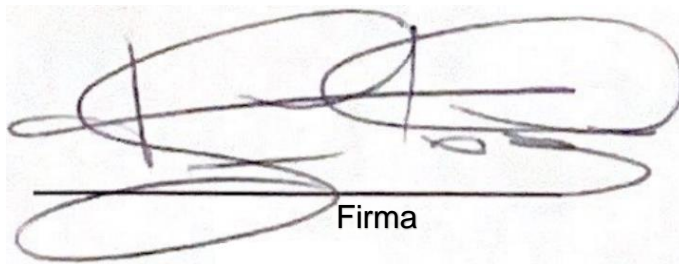
Asociación Mexicana de Diabetes de la Ciudad de México
4/02/2019 – 5/08/2019

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN:

**“Mitos y creencias sobre la diabetes en pacientes de la
jurisdicción de Xochimilco”**

ASESOR INTERNO

Dr. José de Jesús Tomas Loza e Hidalgo



Firma



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	3
OBJETIVO GENERAL.....	4
METODOLOGÍA	4
A. Características del estudio.....	4
ACTIVIDADES REALIZADAS.....	5
B. Selección de la muestra.....	5
C. Instrumento de recolección.....	5
D. Aplicación del instrumento.....	5
E. Análisis de la información.....	5
OBJETIVOS Y METAS ALCANZADAS	5
RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	6
Gráfica 1. Tx que realizan los encuestados.....	6
Tabla 1. Tx farmacológico recetado para controlar su diabetes.....	6
Gráfica 2. Tx no farmacológico para controlar su diabetes	7
Gráfica 3. Recomendaciones sobre la dieta	8
Tabla 2. Mitos y creencias de la diabetes	9
CONCLUSIONES.....	10
RECOMENDACIONES.....	12
BIBLIOGRAFÍA.....	13
ANEXO.....	14

INTRODUCCIÓN

En 2000, la estimación global de adultos con diabetes era de 151 millones. Para 2009 había crecido un 88% a 285 millones. Hoy se calcula que el 9.3% de los adultos de 20 a 79 años viven con diabetes, con una cifra asombrosa de 463 millones de personas. Hace una década, en 2010, la proyección mundial de diabetes en 2025 era de 438 millones. Con cinco años por delante, esa predicción ya ha sido superada por 25 millones. (1)

La creciente prevalencia de diabetes en todo el mundo está impulsada por una compleja interacción de factores socioeconómicos, demográficos, ambientales y genéticos. El aumento continuo se debe en gran medida a los factores de riesgo relacionados, que incluyen niveles crecientes de obesidad, dietas poco saludables y una inactividad física generalizada. (1)

En la última década, la prevalencia de diabetes ha aumentado más deprisa en los países de ingresos bajos y medianos que en los de ingresos altos. En los pacientes que viven con diabetes el riesgo de muerte es al menos dos veces mayor que en las personas sin diabetes. (2)

De acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012, el porcentaje de la población que vive con diabetes fue de 9.2%, 9.4 % en ENSANUT 2016 de medio camino y las cifras más recientes de ENSANUT 2018 nos reporta un 10.3 %, teniendo un incremento de 1.1 % del 2012 al 2018, siendo el sexo femenino quién presentó un incremento mayor en dichas encuestas. Campeche, Tamaulipas, Hidalgo, CDMX y Nuevo León son las 5 entidades federativas con los porcentajes más altos de población que vive con Diabetes. (3).

La Diabetes mellitus causa un número alto de defunciones, debido a su impactante evolución y tendencia en los últimos años, su intensa actividad de carácter hospitalario, (múltiples reingresos, largos periodos de días-estancia, daños colaterales al paciente) y muy altos costos tanto financieros como de impacto social y familiar (ceguera, amputaciones, muertes prematuras...). En efecto, la Diabetes mellitus es una enfermedad de alto costo para el sistema de salud en México, su atención supera los 7 mil millones de dólares al año; es decir, 15 por ciento del total del presupuesto asignado al sector salud; debido a sus múltiples complicaciones los pacientes reciben más medicación, estudios de laboratorio y de gabinete, y requieren hospitalizaciones más prolongadas en comparación con otros pacientes. (4)

Hace falta medir asertivamente la actividad y los resultados en el ámbito de la atención primaria en salud, donde por definición debe controlarse el padecimiento,



dado que hay más posibilidades de hacer frente a enfermedades no transmisibles como es el caso de la diabetes mellitus, y sus complicaciones, pues como ya se ha mencionado está relacionada con el incremento en los indicadores de mortalidad, morbilidad y costos, por mencionar algunos.

A pesar de que la diabetes puede ser diagnosticada fácilmente y de que existen cada vez más tratamientos disponibles para ayudar a las personas con diabetes a mantener bajo control sus niveles de glucosa, las consecuencias del mal control y la mortalidad por diabetes continúan en aumento.

En México la diabetes es la primera causa de ceguera adquirida en edad productiva; también es la primera causa de amputaciones no traumáticas de miembros inferiores y de insuficiencia renal crónica.

Aunque ésta es una de las pocas enfermedades que afectan más al sexo femenino, en promedio los hombres con diabetes mueren a una edad más temprana que las mujeres (67 versus 70 años respectivamente), y sólo 20% de los hombres que han desarrollado este padecimiento viven más de 75 años, contra 26% en el caso las mujeres.

De cada 100 personas con diabetes:

- 14 presentan nefropatía (daño en riñón).
- 10 presentan neuropatía (daño en sistema nervioso).
- 10 presentan pie diabético (una de cada 3 termina en amputación)
- 5 presentan ceguera.

También tienen 3 veces más riesgo de cardiopatía o enfermedad cerebrovascular y de presentar trastorno depresivo y cambios de personalidad. (2)

OBJETIVO GENERAL

El objetivo de esta investigación fue identificar los mitos y creencias sobre diabetes en pacientes de la jurisdicción de Xochimilco que viven con Diabetes.

METODOLOGÍA

A. Características del estudio

La presente investigación fue de carácter transversal y descriptiva, como identificación de una metodología para realizarlo posteriormente, haciendo uso de: cuestionarios con preguntas abiertas y cerradas, análisis de contenido y elaboración de tablas porcentuales.

ACTIVIDADES REALIZADAS

B. Selección de la muestra

La muestra fue tomada mediante la selección de 50 pacientes de la jurisdicción de Xochimilco, hombres y mujeres entre 30 y 60 años que tienen un diagnóstico previo de diabetes.

C. Instrumento de recolección

A fin de cumplir con el objetivo previo, se elaboró un cuestionario conformado por 15 preguntas, 3 de afirmación o negación y 12 preguntas con enunciados tipo Likert de cuatro opciones para conocer los mitos y creencias acerca de la diabetes.

(Ver Anexo 1).

D. Aplicación del instrumento

Durante los meses de Agosto, Septiembre y Octubre del 2019 se aplicaron los cuestionarios a diferentes pacientes que accedían a participar en el proyecto. Todos los pacientes se encontraban dentro de las instalaciones de la Jurisdicción de Xochimilco.

E. Análisis de la información

Se transcribieron las respuestas de los cuestionarios realizados de todos los pacientes, se realizó una base de datos en el programa IBM SPSS versión 22, para obtener un mejor análisis de los datos según su similitud, otorgando de esta manera porcentajes a cada respuesta obtenida para proceder con su interpretación de acuerdo con el objetivo planteado en este proyecto, destacando los datos más relevantes.

OBJETIVOS Y METAS ALCANZADAS

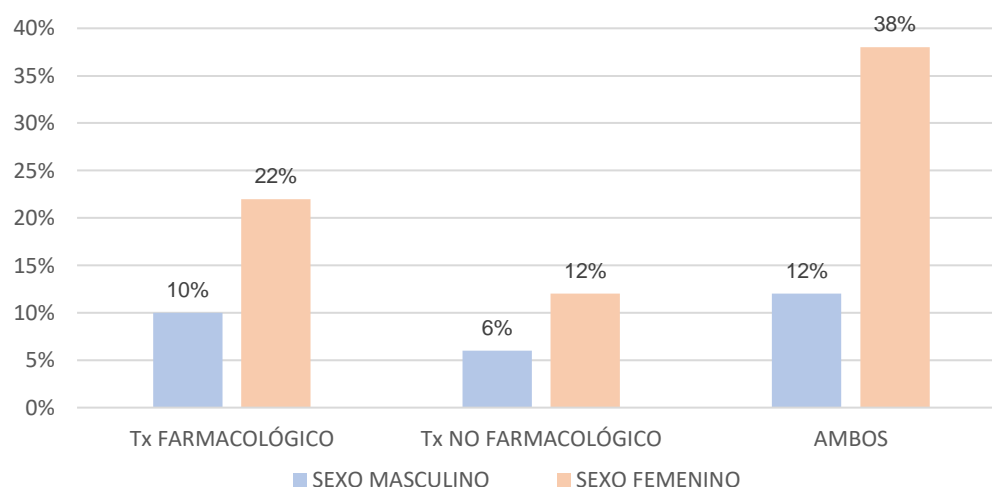
Se logró obtener respuesta al objetivo en su totalidad, sin embargo, el tiempo de levantamiento de los cuestionarios se prolongó, esto se debió a que la cantidad de pacientes con diabetes que acudían a la Jurisdicción por chequeo o medicamento eran muy escasos y otros rechazaban el apoyo al proyecto.

Se obtuvo información extra, cuando los encuestados hablaban del tipo de dieta que llevaban, con ello se pudo conocer como es su alimentación y si acuden a un especialista para ello.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Se aplicaron 50 cuestionarios a los pacientes de la Jurisdicción de Xochimilco; de los cuales el 28% de los participantes fueron del sexo masculino y el 72% del sexo femenino, con una media de edad de 57.8 años.

Gráfica 1. Tx que realizan los encuestados



Fuente: Elaboración propia

Del total de los pacientes encuestados el 32% mencionaron llevar un tratamiento farmacológico, el 18% lleva un tratamiento no farmacológico, el cual fue recomendado por un familiar o un vecino al cual le ha traído buenos resultados y con estos mencionan “no sentirse mal” y por ende su diabetes esta “controlada” sin necesidad de tomar algún medicamento prescrito por su médico tratante y el 50% reporta llevar ambos tratamientos para su Diabetes, ya que afirman así tener una mejor probabilidad de tener sus niveles de azúcar en sangre controlados o incluso “curarla”.

Tabla 1. Tx farmacológico recetado para controlar su diabetes

	SEXO		FRECUENCIA	PORCENTAJE
	MASCULINO	FEMENINO		
METFORMINA	2	15	17	41
METFORMINA CON PRAVASTATINA	2	2	4	10



Casa abierta al tiempo

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA
Unidad Xochimilco

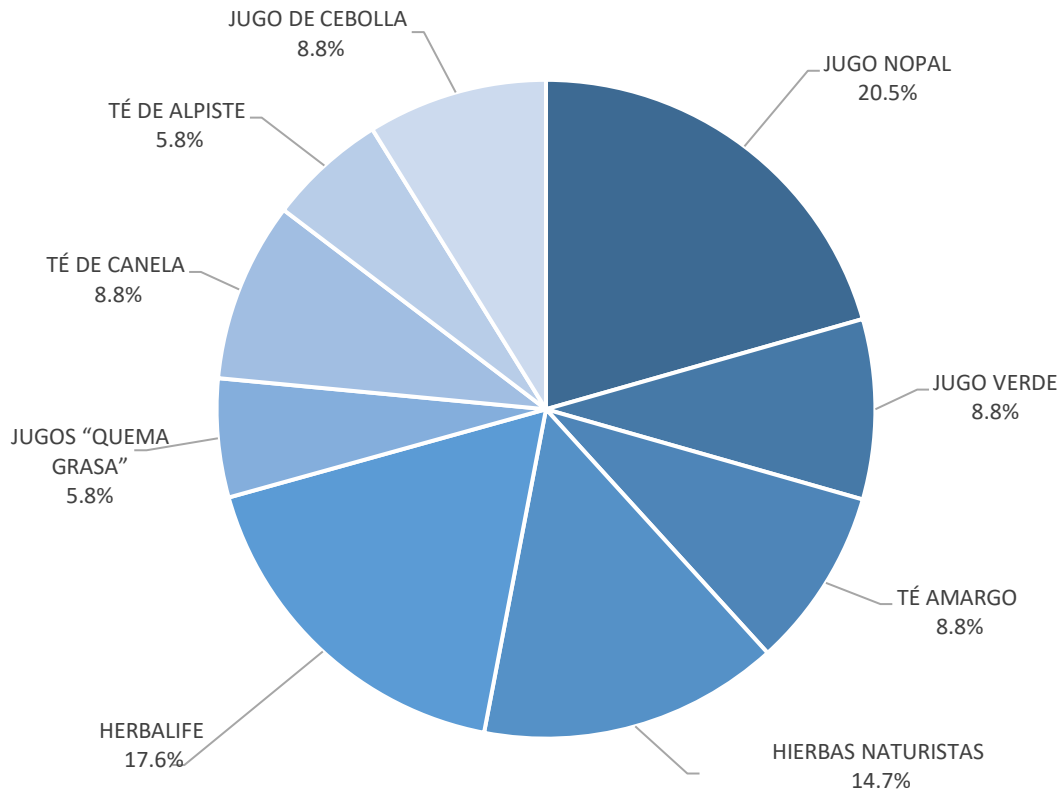
METFORMINA CON GLIBENCLAMIDA	3	5	8	20
METFORMINA E INSULINA	0	5	5	12
INSULINA	4	3	7	17
TOTAL	11	30	41	100

Fuente: Elaboración propia

De los pacientes encuestados que afirmaron llevar un tx farmacológico, el 41% toma metformina, siendo el sexo femenino quien utiliza más este fármaco (15 mujeres de las 36 encuestadas), metformina combinada con insulina solo se presentó en el sexo femenino con un 12%, insulina se presentó en 4 de 14 hombres encuestados y en 3 de 36 mujeres encuestadas, dando en general un 17% del total de los encuestados que se suministra insulina como tratamiento para la diabetes.

De acuerdo con los datos analizados, el 68% de los encuestados afirmaron consumir algún tratamiento no farmacológico para el control de la diabetes, los cuales se enlistan en la gráfica 2.

Gráfica 2. Tx no farmacológico para controlar su diabetes



Fuente: Elaboración propia

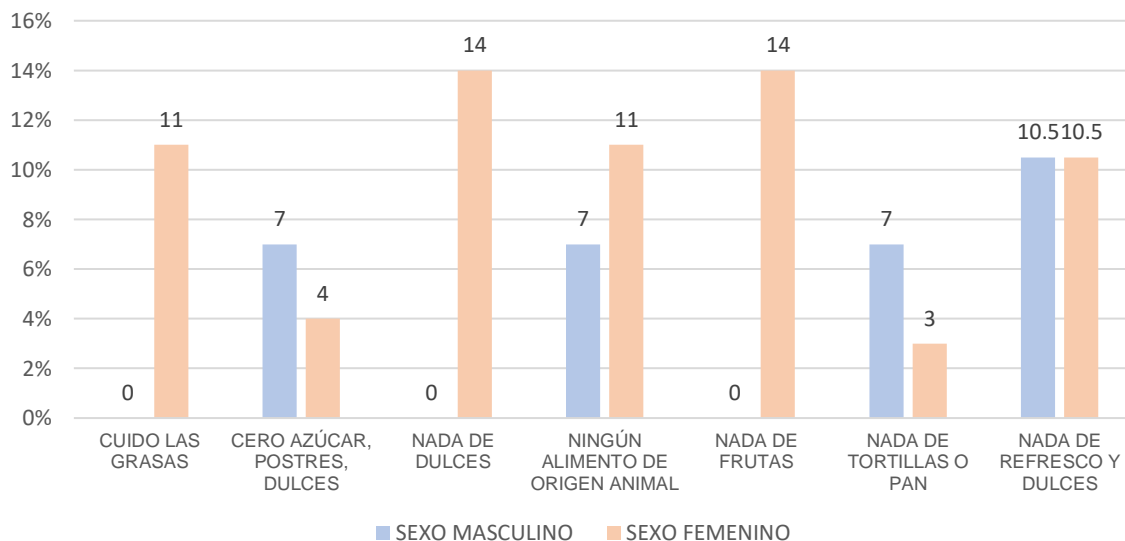
El tratamiento no farmacológico más destacado en la población estudiada fue el jugo de nopal, con un 20.5 % del total de los demás remedios. Herbalife también tuvo un porcentaje alto con 14.7% al ser consumido como tratamiento para la diabetes, 6 personas de los encuestados afirmaron consumir este remedio, solo un hombre respondió llevar como tratamiento “Herbalife”.

Los menos reportados fueron los jugos “quema grasa” y el té de alpiste con un 5.8% del total. Según Salazar Fonseca E. y cols (2018) el té de hierbas (sin especificar que hierbas), fue le tratamiento no farmacológico más consumido en otra población de la CDMX, dejando el jugo de nopal en 9° lugar, incluso el té de alpiste ocupa un lugar más arriba de éste (7°). En este estudio la población refirió no consumir Herbalife.

El 62% del total de los encuestados reporta llevar una dieta para su enfermedad, siendo 9 hombres y 22 mujeres quienes afirmaron esto de los 50 encuestados.

De aquellos que afirmaron llevar una dieta, 28 de ellos añadieron el tipo de dieta que realizaban, sin embargo, ninguno reportó llevar una dieta planificada por algún nutriólogo o nutrióloga, eran recomendaciones o restricciones que el médico les dio al momento de recibir su diagnóstico de diabetes o que algún familiar o persona cercana le comentó. Algunas de las recomendaciones sobre la dieta que seguían se muestran en la gráfica 3.

Gráfica 3. Recomendaciones sobre la dieta



Fuente: Elaboración propia

Se observa que la dieta más comentada con el 21% fue el no tomar refresco y no comer dulces, debido a que el azúcar es la responsable de haberle causado la enfermedad, seguido de no consumir alimentos de origen animal con un 18%, sin saber que relación tenía el no consumir estos alimentos con su diabetes, cabe destacar que ninguna dieta mencionada fue aconsejada por algún nutriólogo o nutrióloga tratante.

Los datos de las preguntas relacionadas a los mitos y creencias que tienen los encuestados sobre diabetes se muestran en la tabla 2.

Tabla 2. Mitos y creencias de la diabetes

MITO/CREENCIA	ACUERDO	DESACUERDO
LA DIABETES TIENE CURA	42%	58%
LA DIABETES SE DA POR UN SUSTO/DISGUTO	90%	10%
LA DIABETES SE CONTAGIA	20%	80%
EXISTEN DOS TIPO DE DIABETES "LA BUENA Y LA MALA"	92%	8%
SI VIVES CON DIABETES NO PUEDES COMER DULCES	96%	4%
EL NOPAL CURA LA DIABETES	82%	18%
SI VIVES CON DIABETES DEBES COMER COMIDA ESPECIAL	84%	16%
LA DIABETES ES UN CASTIGO DE DIOS	0%	100%
LA INSULINA ES LA ETAPA FINAL DE LA DIABETES	60%	40%
LA INSULINA CAUSA CEGUERA	52%	48%
LA INSULINA DAÑA LOS RIÑONES	60%	40%
ME PUEDO APLICAR INSULINA SOLO CUANDO ME SIENTO MAL	50%	50%

Fuente: Elaboración propia

El mito con mayor porcentaje entre los encuestados fue “Si vives con Diabetes no puedes comer dulces” con un 96%, seguido de “Existen dos tipos de diabetes, la buena y la mala” con un 92%, el mito que fue negado totalmente es el que corresponde a la religión, el 100% de los encuestados respondieron que la diabetes no se debe a un castigo de Dios. De acuerdo con Salazar Fonseca E. y cols (2018) en su estudio, este mito tampoco obtuvo un porcentaje alto, solo un 4.6 %, sin embargo, en los mitos “La diabetes se da por un susto/disgusto”, “El nopal cura la diabetes”, “La insulina es la etapa final de la diabetes” y “La insulina daña los riñones” es notable la diferencia entre los porcentajes de ambos estudios, ya que la población de la jurisdicción de Xochimilco tiene un mayor porcentaje en la variable “Acuerdo” mientras que en el estudio a comparar su población está en “Desacuerdo” con estos mitos.

CONCLUSIONES

En primer lugar se puede concluir que la metformina sigue siendo el medicamento de primera línea que se receta como tratamiento para la diabetes, la mayoría de los encuestados utilizan este fármaco, sin embargo, la mayoría de ellos lo combina con un tratamiento no farmacológico, como lo son los tés, jugos e incluso lo que hoy en día se ha hecho muy popular, “Herbalife”, cabe destacar que también se encontró población que solo se trata con “Herbalife” y no tiene un tratamiento farmacológico y menos realiza una dieta para la Diabetes.

Las dietas que fueron nombradas por los encuestados en su mayoría lo que restringen es azúcar, dulces, refresco y harinas, sabemos que un paciente que vive con Diabetes debe restringir el consumo de estos alimentos, sin embargo, fue de interés que comentaran restringir los alimentos de origen animal debido a que estos no nos aportan carbohidratos en la dieta y no deberían ser restringidos en su totalidad ya que son importantes en una dieta equilibrada y variada.

Nuestro país es rico en historia, costumbres y tradiciones, además de tener diversos mitos y creencias en diferentes temas, actualmente el curanderismo, la herbolaria o los remedios mágicos o milagrosos tienen un gran auge al ser utilizados como tratamientos o incluso curas sobre una determinada enfermedad o un padecimiento, la diabetes no es la excepción y se han creado distintos tratamientos no farmacológicos, mitos y creencias a su alrededor respecto a su control e incluso una posible cura.

Además, la incertidumbre o desesperación que adquiere un paciente al momento de su diagnóstico es fundamental para que acudan a estos tratamientos o curas no avaladas científicamente y que son en su mayoría recomendadas por la misma familia o su entorno, al ser ya consumidas por alguien y este es quien la promueve, esto se pasa de boca en boca e incluso de generación tras generación. Cabe destacar que esto no es exclusivo de México, es una práctica que se repite en todo el mundo. Todo esto ocasionando que haya un control inadecuado sobre la enfermedad y poco apego a su tratamiento farmacológico.

Es importante mencionar que algunos de los tratamientos no farmacológicos si tienen un efecto positivo, pero de ninguna manera se puede considerar que curen, alivien o controlen la diabetes. El nopal se consume en México desde la época prehispánica y existen muchos mitos sobre su poder curativo en diabetes.

Igual que otras verduras o hierbas, como acelgas, alfalfa, apio, espinacas, hojas de chaya, hojas de chicozapote o pepino, el nopal contiene fibra y agua en grandes

cantidades. La fibra hace más lenta la absorción de glucosa y ofrece una sensación de saciedad que te lleva a comer menos.

Los 3 mitos/creencias con mayor porcentaje entre los encuestados en este estudio y que es importante aclarar son:

- Las personas que viven con diabetes no pueden comer dulces
Realidad: Los dulces están compuestos de azúcares simples, los cuales aumentan la cantidad de glucosa en sangre más que otros alimentos. Sin embargo, no están prohibidos para las personas con diabetes; pueden consumirlos siempre y cuando los planeen dentro de su dieta. Es mejor guardar los dulces para ocasiones especiales, puede consumir cantidades pequeñas de azúcar en lugar de otros azúcares que se consumen usualmente en una comida. Si se administra insulina, su médico o nutriólogo le puede indicar que tome dosis más altas cuando coma dulces.
- Existen dos tipos de diabetes, “la buena y la mala”
Realidad: Existen distintos tipos de diabetes, diabetes tipo 1 y tipo 2 son las más comunes o escuchadas, sin embargo, es sabido que llamen como “la mala” a la diabetes tipo 1 debido que esta da en edades tempranas, niños y en adolescentes, pero esto es erróneo y no significa que por darle a ese grupo de edad es peor que la otra, simplemente las causas que la originan son distintas, ningún tipo de diabetes es buena ya que todas desencadenan complicaciones sino son tratadas adecuadamente.
- La Diabetes se da por un susto o disgusto
Realidad: La diabetes es una enfermedad causada por fallas en el metabolismo o en la forma en que el cuerpo utiliza y aprovecha los alimentos. Los factores de riesgo son la probabilidad que tiene un individuo de desarrollarla. Quizá al principio no se presente algún síntoma, pero ya existe una falla o descompensación en el organismo. Cuando se enfrenta a un estado de alarma, estrés o cuando se tiene una emoción muy fuerte (enojo, susto, impresión) el cuerpo produce hormonas como la adrenalina que actúan en contra de la insulina y eso hace que los niveles de glucosa se disparen. Entonces no fue este susto, disgusto o estrés, lo que pasó es que los niveles ya empezaban a subir y esa gran emoción detonó la enfermedad.

Con esto se puede decir que el entorno de cada población determina la información que adquiere cada paciente, sin dejar de lado el alcance que este tiene para adquirir dicha información y dónde.

Al momento del levantamiento de cuestionario se logró tener un acercamiento con los pacientes y conocer su experiencia al momento de recibir su diagnóstico, cabe destacar que la información, recomendaciones y restricciones que reciben de primera mano es la de su médico tratante o la enferma (o), en algunas ocasiones



no les brindaban información o no aclaraban sus dudas, por ello es importante reconocer que es de suma importancia tener un ambiente multidisciplinario para tratar la Diabetes y poder abarcar todas las dudas que llegan a tener los pacientes para así poder evitar o prevenir que lleguen a acudir a tratamientos no aprobados científicamente y así mejorar su apego al tratamiento médico y evitar sus complicaciones.

RECOMENDACIONES

Para la investigación, es importante mencionar que agregar la variable de “Escolaridad” sería de mucha ayuda para poder analizar si el nivel de estudios influye en la percepción e información que la gente obtiene sobre la Diabetes, además de tomar una muestra equitativa del sexo masculino y femenino sería también una opción viable debido a que así podríamos hacer una comparación entre lo que los hombres y las mujeres creen, ya que en esta investigación la mayoría fueron del sexo femenino.

Conocer el tiempo de evolución de la enfermedad y la cifra de su última Hb1Ac sería buena opción para profundizar en el tema y conocer como está el control de su enfermedad a raíz del tratamiento y conocimiento que tiene el paciente, además de una muestra de glucosa capilar para saber si lleva un adecuado automonitoreo para controlar sus niveles de azúcar en sangre.

Por otro lado, es importante abordar este tema más a fondo, ya que en México no se cuenta con muchos estudios sobre mitos y creencias en diabetes e incluso hay poca información sobre ello, sería útil platicar con el personal de salud que atiende a estos pacientes ya que en ocasiones no tiene la información necesaria o el tiempo adecuado para aclarar las dudas que se presentan al dar un diagnóstico de diabetes. Por ello es indispensable tener un equipo multidisciplinario para poder atender de una manera adecuada a estos pacientes y darle un papel importante al personal de salud como es el nutriólogo o el educador en Diabetes.



BIBLIOGRAFÍA

1. IDF (2019). Living with Diabetes. Obtenido el 06 de enero del 2020. Disponible en <https://www.idf.org/>
2. OMS (2016). Diabetes. Recuperado el 22 de enero de 2020, disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs312/es/>
3. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018. (2019). Presentación de resultados. Instituto Nacional de Salud Pública. Secretaría de Salud, México.
4. Federación Mexicana de Diabetes A.C. .Gasta Salud 15 por ciento de su presupuesto en atención a la diabetes. El Sol. Agosto 4 2015; Recuperado el 22 de enero de 2020. Disponible en: <http://fmdiabetes.org/presupuesto-atencion-diabetes-gasta-15-presu-puesto-salud/>



ANEXO

Edad: _____ Sexo: F M

CUESTIONARIO

1. ¿Recibe algún tratamiento médico para controlar su diabetes?

- a) Sí
- b) No

¿Cuál? _____

2. ¿Lleva o llevó acabo un tratamiento casero para el control de su diabetes?

- a) Sí
- b) No

¿Cuál? _____

3. ¿Realiza algún tipo de dieta para el control de su diabetes?

- a) Sí
- b) No

Tacha la respuesta que consideres adecuada para cada oración.

4. Usted considera que la diabetes es una enfermedad que tiene cura

MUY DE ACUERDO	DE ACUERDO	POCO DE ACUERDO	NADA DE ACUERDO
----------------	------------	-----------------	-----------------

5. La Diabetes se da por un susto o disgusto

MUY DE ACUERDO	DE ACUERDO	POCO DE ACUERDO	NADA DE ACUERDO
----------------	------------	-----------------	-----------------

6. La Diabetes se contagia

MUY DE ACUERDO	DE ACUERDO	POCO DE ACUERDO	NADA DE ACUERDO
----------------	------------	-----------------	-----------------

7. Considera que existen dos tipos de diabetes, "la buena y la mala"

MUY DE ACUERDO	DE ACUERDO	POCO DE ACUERDO	NADA DE ACUERDO
----------------	------------	-----------------	-----------------

8. Las personas que viven con Diabetes no pueden comer dulces

MUY DE ACUERDO	DE ACUERDO	POCO DE ACUERDO	NADA DE ACUERDO
----------------	------------	-----------------	-----------------

9. El nopal cura la Diabetes

MUY DE ACUERDO	DE ACUERDO	POCO DE ACUERDO	NADA DE ACUERDO
----------------	------------	-----------------	-----------------



10. Una persona que vive con Diabetes debe alimentarse con "comida especial"

MUY DE ACUERDO	DE ACUERDO	POCO DE ACUERDO	NADA DE ACUERDO
-----------------------	-------------------	------------------------	------------------------

11. La Diabetes es un castigo de Dios

MUY DE ACUERDO	DE ACUERDO	POCO DE ACUERDO	NADA DE ACUERDO
-----------------------	-------------------	------------------------	------------------------

12. Cuando las personas comienzan con insulina están en la etapa de final de la diabetes

MUY DE ACUERDO	DE ACUERDO	POCO DE ACUERDO	NADA DE ACUERDO
-----------------------	-------------------	------------------------	------------------------

13. Usar insulina provoca ceguera

MUY DE ACUERDO	DE ACUERDO	POCO DE ACUERDO	NADA DE ACUERDO
-----------------------	-------------------	------------------------	------------------------

14. Considera que usar insulina daña los riñones

MUY DE ACUERDO	DE ACUERDO	POCO DE ACUERDO	NADA DE ACUERDO
-----------------------	-------------------	------------------------	------------------------

15. Me puedo aplicar insulina solo cuando me siento mal

MUY DE ACUERDO	DE ACUERDO	POCO DE ACUERDO	NADA DE ACUERDO
-----------------------	-------------------	------------------------	------------------------