



Estilo de vida en Diabetes Mellitus en la ciudadela Luis Bustamante

Lifestyle in Diabetes Mellitus in the Luis Bustamante citadel

 <https://doi.org/10.47230/unesum-salud.v4.n1.2025.237-246>

Recibido: 01-01-2025

Aceptado: 27-02-2025

Publicado: 15-03-2025

Jissett Annabelle Zambrano Zambrano^{1*}

 <https://orcid.org/0009-0009-5531-7383>

Carlos Alberto Loor Sornoza²

 <https://orcid.org/0009-0008-3803-6064>

1. Universidad Estatal del Sur de Manabí; Jipijapa Ecuador.
2. Universidad Estatal del Sur de Manabí; Jipijapa Ecuador.

Volumen: 4

Número: 1

Año: 2025

Paginación: 237-246

URL: <https://revistas.unesum.edu.ec/salud/index.php/revista/article/view/86>

***Correspondencia autor:** zambrano-jissett7834@unesum.edu.ec

RESUMEN

Un proyecto en la ciudadela "Luis Bustamante" busca comprender el conocimiento, el autocuidado y los niveles de glucemia relacionados con esta enfermedad. Se usa un método no experimental, recolectando datos mediante encuestas a 42 residentes con diabetes. Se espera identificar la falta de comprensión entre los tipos de diabetes, resaltando la importancia del control glucémico y la necesidad de información y apoyo comunitario. La educación en autocuidado es clave para que quienes padecen diabetes manejen mejor su tratamiento y reduzcan las complicaciones. El estudio propone acciones como talleres, campañas informativas y una alimentación equilibrada, además de resaltar la importancia de revisiones médicas regulares para mantener estables los niveles de azúcar en sangre.

Palabras clave: Diabetes Mellitus, Complicaciones, Educación, Autocuidado, Glucemia.

ABSTRACT

A project in the "Luis Bustamante" citadel aims to understand the knowledge, self-care practices, and glycemic levels among residents with diabetes. This study employs a non-experimental method, collecting data through surveys administered to 42 residents diagnosed with the condition. The project anticipates identifying a lack of understanding regarding the different types of diabetes. It seeks to emphasize the critical importance of glycemic control and the urgent need for comprehensive information and community support. Self-care education is highlighted as a key factor in empowering individuals with diabetes to better manage their treatment and reduce the risk of complications. The study proposes practical interventions such as workshops, informational campaigns, and balanced nutrition guidance. Additionally, it underscores the significance of n to maintain stable blood sugar levels.

Keywords: Diabetes Mellitus, Complications, Education, Self-care, Glycemia.



Creative Commons Attribution 4.0
International (CC BY 4.0)

Introducción

La diabetes es una enfermedad crónica que afecta a millones de personas en todo el mundo. Se caracteriza por niveles elevados de glucosa en sangre, lo que puede provocar daños graves en el corazón, los vasos sanguíneos, los ojos, los riñones y los nervios.

La Diabetes mellitus tipo 1 (DM1), esta se caracteriza por una producción deficiente de insulina, la cual requiere la administración diaria de esta hormona. Los síntomas pueden incluir: niveles altos de glucosa en la sangre al examinarlos, niveles altos de glucosa en la orina al examinarlos, sed poco común, orinar frecuentemente, visión borrosa, náuseas, vómitos, cansancio, debilidad e irritabilidad (1)

La Diabetes mellitus tipo 2 (DM2), afecta a la forma en que el cuerpo utiliza el azúcar (glucosa) para obtener energía, lo cual impide que use la insulina de manera adecuada, aumentando las concentraciones de azúcar en la sangre si esto no se trata. La DM2 puede ocasionar graves daños en el organismo, principalmente en el sistema nervioso y vasos sanguíneos. Los síntomas de la Diabetes tipo 2 pueden ser leves y tardíos, similares al tipo 1, pero a menudo son menos intenso. Más del 95% de las personas con diabetes padecen del tipo 2, siendo esta patología más frecuente en adultos mayores, pero cada vez se presenta en edades tempranas debido al aumento de obesidad, sedentarismo y una alimentación no adecuada (International Diabetes Federation; 2019).

La diabetes tipo 2 es la forma más común de la enfermedad. Se produce cuando el cuerpo no puede usar la insulina de manera efectiva o no produce suficiente insulina. La diabetes tipo 1 es una forma menos común de la enfermedad que se produce cuando el cuerpo no produce insulina.

La incidencia y prevalencia de la diabetes están aumentando en todo el mundo. Esto se debe a una serie de factores, entre los que

se incluyen el envejecimiento de la población, el aumento de la obesidad y el sedentarismo, y los cambios en los estilos de vida.

El tratamiento de la diabetes es complejo y requiere un compromiso por parte de la persona con la enfermedad. El tratamiento suele incluir una combinación de medicamentos, dieta y ejercicio.

El autocuidado es un componente importante del tratamiento de la diabetes. El autocuidado incluye cosas como:

- Seguir una dieta saludable
- Realizar actividad física de forma regular
- Controlar los niveles de glucosa en sangre
- Tomar los medicamentos según lo prescrito por el médico

La educación para el autocuidado es importante para ayudar a las personas con diabetes a aprender a cuidarse a sí mismas.

La educación diabetológica es un proceso participativo y estimulante, donde las necesidades del paciente que padece diabetes y el equipo de salud convergen para así tomar una correcta toma de decisiones. Se debe educar a la población en general, a los grupos de alto riesgo como obesos, pacientes con antecedentes de diabetes en primer grado, dislipidémicos, hipertensos, mujeres con historia obstétrica mórbida y a las personas con diabetes con el fin de reducir complicaciones y discapacidades (3).

Las analíticas de nivel macro se centran en el análisis de datos a gran escala. En el caso del centro de salud de Luis Bustamante, esto podría incluir el análisis de datos de exámenes de estado realizados por el personal de salud. Estos datos podrían utilizarse para identificar tendencias y problemas en la salud de la población.

Las analíticas de nivel meso se centran en el procesamiento de datos a nivel intermedio. En el caso del centro de salud de Luis Bustamante, esto podría incluir el análisis

de datos sobre las estrategias y propuestas para mejorar el centro de salud. Estos datos podrían utilizarse para identificar las áreas que necesitan mejorar y desarrollar planes para hacerlo. Se pretende encuestar sobre el nivel de conocimiento sobre la diabetes mellitus en la ciudadela "Luis Bustamante".

Metodología

Se escoge un tipo de estudio que se desarrollará en base a la investigación no experimental, donde se examinará minuciosamente todos los aspectos y rasgos de las variables. Utilizaremos datos recopilados a través de encuestas de tipo transversal para obtener la información necesaria y así efectuar un análisis exhaustivo que respalde nuestra investigación. Aplicaremos un enfoque descriptivo que nos ayudará a buscar una explicación acerca de cómo interactúan las variables con el tema de estudio, considerando cuidadosamente el análisis de la información obtenida. La investigación descriptiva se enfoca en detallar y definir las particularidades de la población en estudio, permitiendo identificar con precisión las características del problema investigado, que se centra en el nivel de conocimiento sobre la diabetes mellitus, el autocuidado y los niveles de glucemia. Para respaldar este estudio, se llevarán a cabo encuestas dirigidas a los residentes de la ciudadela "Luis Bustamante".

El tipo de población se centrará en los residentes de la ciudadela "Luis Bustamante". Aunque la ciudadela alberga a numerosos habitantes, únicamente se aplicará la técnica de recolección de datos a aquellos que padecen diabetes mellitus. Esta estrategia busca confirmar la hipótesis formulada para el estudio.

El Muestreo es el proceso llevado a cabo utilizando la fórmula correspondiente, se determinó que se llevará a cabo una encuesta entre 42 residentes de la ciudadela "Luis Bustamante" mediante nuestro método específico. Optamos por un enfoque de muestreo no probabilístico, ya que nuestro

propósito es obtener información dentro de la ciudadela "Luis Bustamante", con la intención de obtener datos en un entorno particular y restringido.

Las técnicas e instrumentos en esta investigación, se emplearon técnicas de observación no experimental para observar detalladamente el tema de estudio y recopilar información relevante. Además, se utilizó la encuesta personal para establecer contacto directo con las unidades de observación a través de cuestionarios previamente preparados. También se llevó a cabo un análisis documental, mediante el cual se obtuvo información sobre las variables de interés a partir de fuentes como libros, sitios web y revistas, entre otros.

El principal instrumento utilizado para recopilar datos fue el cuestionario aplicado en la ciudadela "Luis Bustamante", con el objetivo de evaluar la Diabetes Mellitus en este lugar y comprender las causas más frecuentes de esta enfermedad entre sus residentes. Es importante destacar que también emplearemos el enfoque cuantitativo y basado en la evidencia, ya que nos permite desarrollar cuestionarios para evaluar la ciudadela "Luis Bustamante". Esto facilitará analizar datos e interpretar los resultados obtenidos a partir de esta evaluación

Resultados

En la ciudadela "Luis Bustamante", de la ciudad de Jipijapa, se realizó una encuesta a 42 personas con diabetes, con el objetivo de identificar el nivel de conocimiento sobre la enfermedad y el autocuidado que requiere. La encuesta se basó en preguntas cerradas que abarcaban aspectos como el nivel de conocimiento sobre la diabetes, la diferenciación entre la diabetes tipo 1 y 2, el control de los niveles de glucosa, etc. También se recopilaron datos personales, como la edad y el tiempo de diagnóstico.

Tabla 1. Edad

ALTERNATIVAS	RECUESTO	PORCENTAJE %
Menor a 18	1	2%
18 años a 24 años	2	4%
25 años a 34 años	1	2%
35 años a 44 años	2	4%
45 años a 54 años	6	14%
Más de 54 años	31	74%
TOTAL	42	100%

De acuerdo con los datos obtenidos mediante la encuesta aplicada en personas que tienen diabetes en la en la ciudadela "Luis Bustamante", se logró identificar que el 0% son personas con diabetes con edad menor a 18 años, el 4% son personas con diabetes con edad de 18 años a 24 años,

el 2% son personas con diabetes con edad de 25 años a 34 años, el 4% son personas con diabetes con edad de 35 años a 44 años, el 14% son personas con diabetes con edad de 45 años a 54 años y el 74% son personas con diabetes con edad de más de 54 años.

Tabla 2. Género

ALTERNATIVAS	RECUESTO	PORCENTAJE %
Masculino	21	50%
Femenino	21	50%
TOTAL	42	100%

De acuerdo con los datos obtenidos mediante la encuesta aplicada en personas que tienen diabetes en la en la ciudadela "Luis Bustamante", se logró identificar que

el 50% son personas con diabetes de género masculino, el 50% son personas con diabetes de género femenino y el 0% son personas con diabetes de otro género.

Tabla 3. ¿Cuánto tiempo ha sido diagnosticado/a con diabetes?

ALTERNATIVAS	RECUESTO	PORCENTAJE %
Menos de 5 años	13	31%
Mayor de 10 años	13	14%
Menos de un año	10	24%
Menos de 10 años	6	31%
TOTAL	42	100%

De acuerdo con los datos obtenidos mediante la encuesta aplicada en personas que tienen diabetes en la ciudadela "Luis Bustamante", se logró identificar que el 24% han sido diagnosticado/a con diabetes con un tiempo menos de un año, el 31% han

sido diagnosticado/a con diabetes con un tiempo menos de 5 años, el 14% han sido diagnosticado/a con diabetes con un tiempo menos de 10 años y el 31% han sido diagnosticado/a con diabetes con un tiempo mayor de 10 años.

Tabla 4. ¿Qué es la diabetes?

ALTERNATIVAS	RECuento	PORCENTAJE %
Tengo una comprensión básica	19	45%
No tengo idea	10	24%
Tengo un buen entendimiento	9	21%
Tengo un conocimiento avanzado	4	10%
TOTAL	42	100%

De acuerdo con los datos obtenidos mediante la encuesta aplicada en personas que tienen diabetes en la ciudadela "Luis Bustamante", se logró identificar que el 45% tiene una comprensión básica sobre la diferencia entre diabetes tipo 1 y tipo 2, el 21%

tiene un buen entendimiento sobre la diferencia entre diabetes tipo 1 y tipo 2, el 10% tienen un conocimiento avanzando sobre la diferencia entre diabetes tipo 1 y tipo 2 y el 24% tienen idea sobre la diferencia.

Tabla 5. ¿Cuál es la diferencia entre la diabetes tipo 1 y la diabetes tipo 2?

ALTERNATIVAS	RECuento	PORCENTAJE %
No estoy seguro/a	26	62%
Tengo una comprensión Básica	9	21%
Tengo un buen entendimiento	4	10%
Tengo un conocimiento avanzado	3	7%
TOTAL	42	100%

De acuerdo con los datos obtenidos mediante la encuesta aplicada en personas que tienen diabetes en la en la ciudadela "Luis Bustamante", se logró identificar que el 62% no está seguro sobre la diferencia entre diabetes tipo 1 y tipo 2, el 21% tienen

una comprensión básica sobre la diferencia entre diabetes tipo 1 y tipo 2, el 10% tienen un buen conocimiento sobre la diferencia entre diabetes tipo 1 y tipo 2 y el 7% tienen un conocimiento avanzado sobre la diferencia.

Tabla 6. ¿Cuál es la importancia de controlar los niveles de glucemia en persona con diabetes?

ALTERNATIVAS	RECuento	PORCENTAJE %
Es importante para prevenir complicaciones	16	38%
Es importante, pero no sé por qué	12	28%
Es importante para ajustar la medicación y el estilo de vida		24%
No lo sé	4	10%
TOTAL	42	100%

De acuerdo con los datos obtenidos mediante la encuesta aplicada en personas que tienen diabetes en la ciudadela "Luis Bustamante", se logró identificar que el 10% no sabe la importancia de controlar los niveles de glucemia en personas con diabetes, el 28% saben la importancia de controlar los niveles de glucemia en perso-

nas con diabetes pero no saben el porqué, el 38% saben la importancia de controlar los niveles de glucemia en personas con diabetes para prevenir complicaciones y el 24% saben la importancia de controlar los niveles de glucemia en personas con diabetes para ajustar el estilo de vida.

Tabla 7. ¿Cuáles son los valores ideales de glucemia en ayunas y después de las comidas para una persona con diabetes?

ALTERNATIVAS	RECuento	PORCENTAJE %
Valores en ayunas	29	69%
Valores después de comidas	13	31%
TOTAL	42	100%

De acuerdo con los datos obtenidos mediante la encuesta aplicada en personas que tienen diabetes en la ciudadela "Luis Bustamante", se logró identificar que

el 69% que los valores ideales para la glucemia son en ayunas, el 31% que los valores ideales para la glucemia son después de la comida.

Tabla 8. ¿De dónde obtiene la mayoría de su información sobre diabetes y autocuidado?

ALTERNATIVAS	RECuento	PORCENTAJE %
Profesionales de la salud	29	69%
Familiares y amigos	10	23%
Internet	1	2%
Charlas y talleres comunitarios	1	2%
Otros	1	2%
TOTAL	42	100%

De acuerdo con los datos obtenidos mediante la encuesta aplicada en personas que tienen diabetes en la ciudadela "Luis Bustamante", se logró identificar que el 69% obtiene la mayoría de información sobre la diabetes y autocuidado con profesionales de la salud, el 2% obtiene la mayoría de infor-

mación sobre la diabetes y autocuidado en internet, el 23% obtiene la mayoría de información sobre la diabetes y autocuidado con familiares y amigos, el 2% obtiene la mayoría de información sobre la diabetes y autocuidado con charlas y talleres comunitarios y el 2% obtiene la mayoría de información.

Tabla 9. ¿Existe un club de diabetes en la ciudadela en el último año?

ALTERNATIVAS	RECUESTO	PORCENTAJE %
No	32	76%
Si	10	24%
TOTAL	42	100%

De acuerdo con los datos obtenidos mediante la encuesta aplicada en personas que tienen diabetes en la ciudadela "Luis Bustamante", se logró identificar que el 24%

sabe que existe club de diabetes en la ciudadela en el último año y el 76% no sabe que existe club de diabetes en la ciudadela en el último año.

Tabla 10. ¿Cómo usted previene la diabetes?

ALTERNATIVAS	RECUESTO	PORCENTAJE %
Dieta	19	45%
Actividad física	16	38%
Otro	7	17%
TOTAL	42	100%

De acuerdo con los datos obtenidos mediante la encuesta aplicada en personas que tienen diabetes en la ciudadela "Luis Bustamante", se logró identificar que el 38% previene la diabetes con actividad física, el 45% previene la diabetes con dieta y el 17% previene la diabetes con otra o ambos.

De acuerdo con los datos obtenidos mediante la encuesta aplicada en personas que tienen diabetes en la ciudadela "Luis Bustamante", se logró identificar que el 74% son personas con diabetes con edad de más de 54 años, se logró identificar que el 50% son personas con diabetes de género masculino y femenino, el 31% han sido

diagnosticado/a con diabetes con un tiempo menos de 10 y menos de 5 años, el 45% tienen una comprensión básica sobre el tema de la diabetes, el 62% no está seguro sobre la diferencia entre diabetes tipo 1 y tipo 2, el 38% saben la importancia de controlar los niveles de glucemia en personas con diabetes para prevenir complicaciones, el 69% que los valores ideales para la glucemia son en ayunas, el 69% obtiene la mayoría de información sobre la diabetes y autocuidado con profesionales de la salud, el 76% no sabe que existe club de diabetes en la ciudadela en el último año y 45% previene la diabetes con dieta.

Discusión

El análisis de los resultados reveló que uno de los principales problemas es la falta de educación sobre la diabetes. Muchas personas no saben cómo diferenciar entre los dos tipos de diabetes, ni cómo controlar sus niveles de glucosa. Además, se observó que muchas personas no se auto cuidaban adecuadamente. No controlaban sus niveles de glucosa con regularidad, no realizaban actividad física ni seguían una dieta saludable.

Los resultados de la encuesta ponen de manifiesto la necesidad de una intervención integral para abordar la diabetes en la ciudadela "Luis Bustamante". Esta intervención debe incluir campañas de concienciación, programas de educación y acceso a servicios de atención médica de calidad. La colaboración entre profesionales de la salud, organizaciones comunitarias y líderes locales es fundamental para lograr un impacto positivo. Al trabajar en conjunto, se puede ayudar a prevenir y controlar la diabetes en la ciudadela, mejorando así la calidad de vida de quienes la padecen.

Los hallazgos de la encuesta son los siguientes:

- La falta de educación sobre la diabetes es un problema clave en la ciudadela "Luis Bustamante".
- Muchas personas con diabetes no tenían un buen autocuidado adecuadamente.
- Es necesaria una intervención integral para abordar la diabetes en la ciudadela "Luis Bustamante".

Los resultados de la encuesta revelaron que muchas personas no saben cómo diferenciar entre los dos tipos de diabetes, ni cómo controlar sus niveles de glucosa. Además, se observó que muchas personas no realizaban un buen autocuidado adecuadamente.

El nivel de autocuidado del paciente dependerá de manera directa del nivel de educación que recibe y adquiere por parte del

personal de salud, quienes son responsables de la promoción de la salud, en este caso de la enseñanza del autocuidado, así estimulando la conciencia sobre la enfermedad que padece. El autocuidado es de importancia sobre todo para las personas que son conscientes de la gravedad y complicaciones que conllevan las enfermedades crónicas como lo es la Diabetes Mellitus, la importancia de su control y tratamiento de la misma (4).

La falta de educación sobre la diabetes puede provocar que las personas no controlen sus niveles de glucosa, lo que puede conducir a complicaciones graves, como enfermedades cardíacas, derrames cerebrales, ceguera y amputaciones, para que no ocurren dichas complicaciones nosotros del área de la salud podemos dar conciencia y auto educar a las personas para que tomen conciencia y no tengan problemas de diabetes o puedan controlar la diabetes y puedan una vida sana.

El autocuidado es el tratamiento más eficaz que los pacientes deben asumir con responsabilidad, para mantener la salud y controlar la enfermedad, reduciendo la morbilidad asociada a la diabetes mellitus. Para prevenir complicaciones se recomiendan los cambios de estilo de vida, los cuales se logran mediante un peso corporal saludable, realización de actividad física y una dieta sana (5). Siendo la pieza clave la educación en cada persona que permite el autocontrol de la enfermedad (6)

Es importante que las personas con diabetes reciban educación sobre la enfermedad y cómo cuidarse, esto puede ayudar a las personas a controlar sus niveles de glucosa, reducir el riesgo de complicaciones y mejorar su calidad de vida si es que toman conciencia de lo mortal que puede llegar hacer la diabetes si no se controla a tiempo y es bueno que empiecen a realizar un cambio positiva en sus vidas desde comiendo de forma saludable hasta realizando actividades físicas.

Con esto se recomienda ir a un profesional de salud para llevar a cabo un seguimiento de cómo está el paciente y tener en cuenta desde si su peso corporal es el indicado y hasta que actividades físicas puede realizar dependiendo de su estado físico y su historial médico y así darle desde una dieta hasta que ejercicios puede realizar la persona así dándole un tratamiento eficaz o un control eficaz para la diabetes.

Conclusión

El estudio enfocado en la diabetes mellitus, el autocuidado y los niveles de glucemia en individuos diabéticos de la ciudadela "Luis Bustamante" logró analizar y detectar el nivel de conocimiento acerca de estos aspectos. Destaca que, según las encuestas realizadas, la mayoría de los participantes revelaron carecer de comprensión básica sobre la diabetes mellitus y sus implicaciones. Aunque reconocen la importancia de controlar los niveles de glucemia para prevenir complicaciones, un porcentaje significativo desconoce los valores normales de glucosa y cuándo realizar estas mediciones. Esto señala un alto nivel de desinformación, posiblemente influenciado por factores como la edad, la situación económica y el apoyo familiar. Esta falta de conocimiento dificulta el autocuidado y el control de la diabetes mellitus. Los hallazgos clave responden a la indagación principal del proyecto, destacando que un nivel insuficiente de conocimiento puede desencadenar factores que afecten el estilo de vida y la progresión de la enfermedad si no se maneja adecuadamente con dieta, control glucémico, actividad física, entre otros aspectos.

Bibliografía

1. Ramírez, F. & Rebolledo, A. (2006). Diabetes mellitus y sus complicaciones. La epidemiología, las manifestaciones clínicas de la diabetes tipo 1 y 2. Diabetes gestacional. Parte 1. Clínica Cima A.C. Recuperado de: <https://www.medigraphic.com/pdfs/plasticidad/prn-2006/prn062e.pdf>
2. International Diabetes Federation (2019). Atlas de la Diabetes de la FID [Internet]. 9na edición. International Diabetes Federation, Recuperado de: https://www.diabetesatlas.org/upload/resources/material/20200302_133352_24 0 6-IDF-ATLAS-SPAN-BOOK.pdf
3. Mendoza Irenia, Torres S José E, Herrera Ana, Colina Wilmer. Educación diabetológica y su proyección a la comunidad. Rev. Venez. Endocrinol. Metab. [Internet]. 2012 Oct [citado 2025 Mayo 30]; 10(Supl 1): 138-142. Disponible en: http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_art-text&pid=S1690-31102012000400015&lng=es.
4. Dehvan, F; Dalvand, S; Ausili, D & Ghanei, G. (2021). Self-care in Iranian patients with diabetes: A systematic review and meta-analysis. Primary Care Diabetes.
5. OMS, (2023). Diabetes. Organización Mundial de la Salud. [Internet] Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>
6. Zambrano, E. & Lucas, G. (2022). El rol de la enfermería en el autocuidado de pacientes con Diabetes Mellitus tipo 2. Revistas ITSUP. Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí. Recuperado de: <https://revistas.itsup.edu.ec/index.php/Higia/article/view/691/1326>

Cómo citar: Zambrano Zambrano, J. A., & Loor Sornoza, C. A. (2025). Estilo de vida en Diabetes Mellitus en la ciudadela Luis Bustamante. Revista Investigación Y Educación En Salud, 4(1), 237–246. <https://doi.org/10.47230/unesum-salud.v4.n1.2025.237-246>