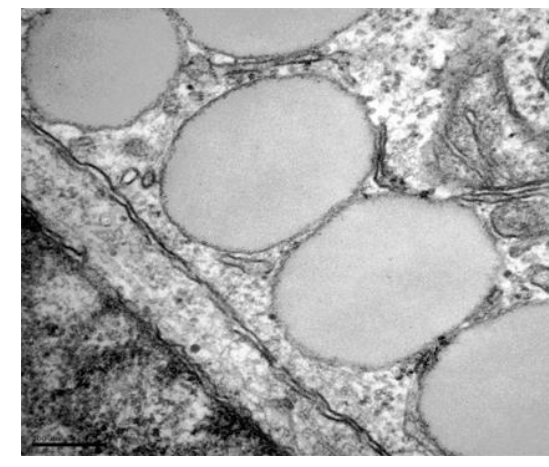
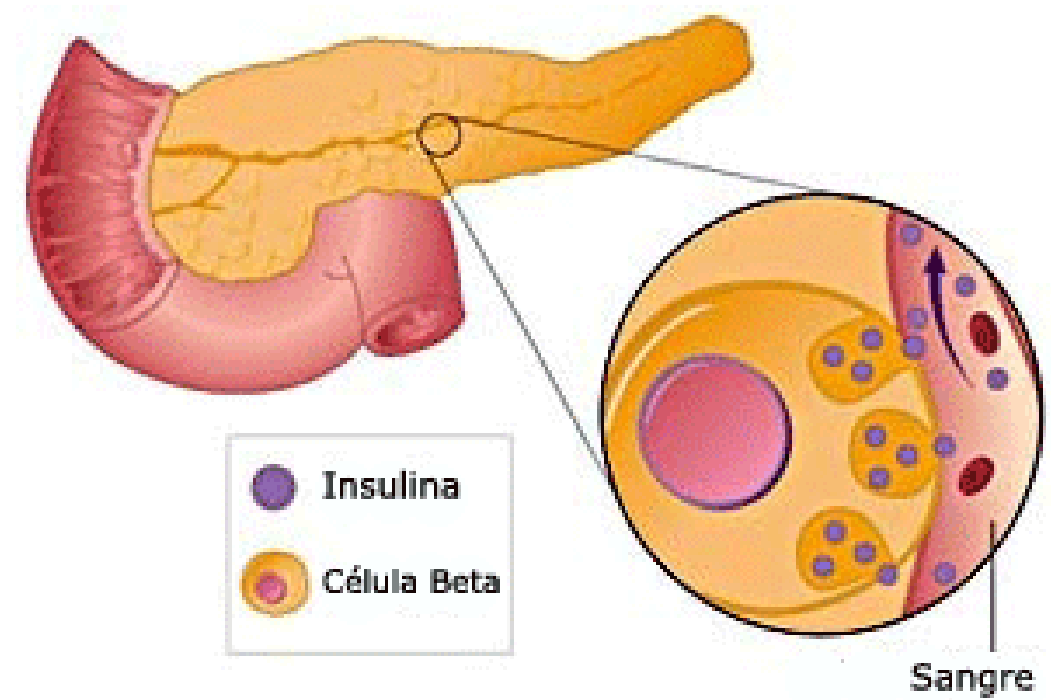


PREVALENCIA DE LA DIABETES TIPO 2

INTRODUCCIÓN



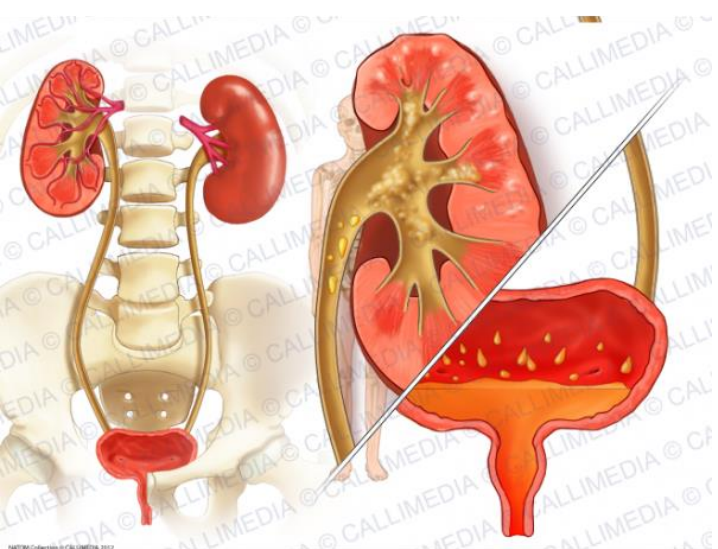
2 Adipocito: célula que orquesta todo el "Síndrome diabético"

EN LA COMUNIDAD DE MADRID

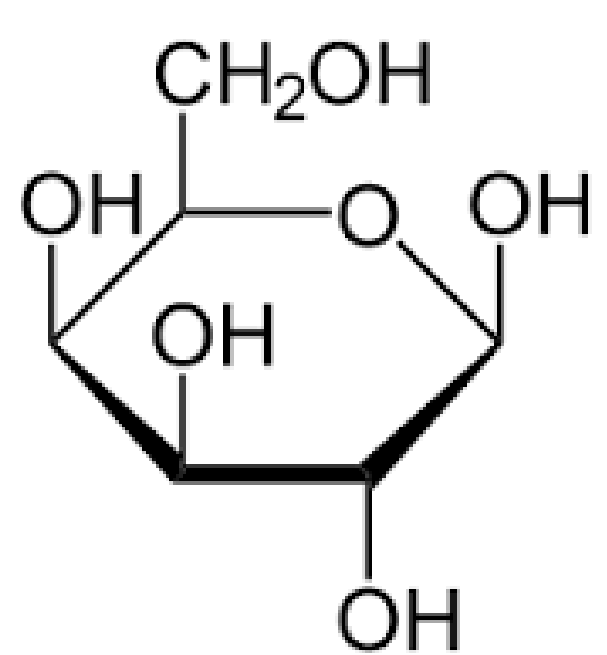
1 **DIABETES:** Deficiencia de insulina por el páncreas

- Tipo 1: No produce: destrucción células β
- Tipo 2: No segrega suficiente: resistencia

3 SÍNTOMAS DE LA DIABETES



Infecciones urinarias frecuentes



4 DIAGNÓSTICO

- *Glucosa plasmática:
- Ayunas: > 126 mg/dl
- Síntomas: > 200 mg/dl
- Prueba sobrecarga oral: > 200 mg/dl

OBJETIVOS

- Prevalencia por sexo y edades de la diabetes tipo II en C. Madrid
- Evaluación del estado salud de la población
- Informar sobre tratamiento y detectar posibles fallos
- Sugerir hábitos vida saludables
- Relación diabetes con patologías concomitantes



MATERIAL Y MÉTODOS

-Encuestas anónimas a pacientes diabéticos que acuden a la Oficina de Farmacia a retirar su medicación

-Reseñas dietoterapéuticas:

*5 Dieta por raciones o equivalentes

*6,7 Método del plato

| | |
|-----------------------------------|--|
| Grupo leche (6.5 g proteínas) | 200 cc leche descremada o 2 yogures |
| Grupo verdura (1.5-3 g proteínas) | 100 g alcachofas, zanahorias = 150 g coles de Bruselas, judías verdes, remolacha = 200 g berenjenas, calabacín, coliflor = 250 g acelgas, escarola, espárragos, tomate = 300 g berros, lechuga, pepino |
| Grupo fécula (1-4 g proteínas) | 15 g arroz, cereales* (macarrones, fideos) = 2 galletas maria = 20 g legumbres* = 20 g pan = 50 g patatas* = 75 g guisantes = 100 g habas |
| Grupo fruta | 50 g plátanos, uvas, higos = 80 g cerezas, ciruelas, kiwis, manzanas, peras = 100 g mandarinas, naranjas, fresas, albaricoques = 175 g melón, sandía |

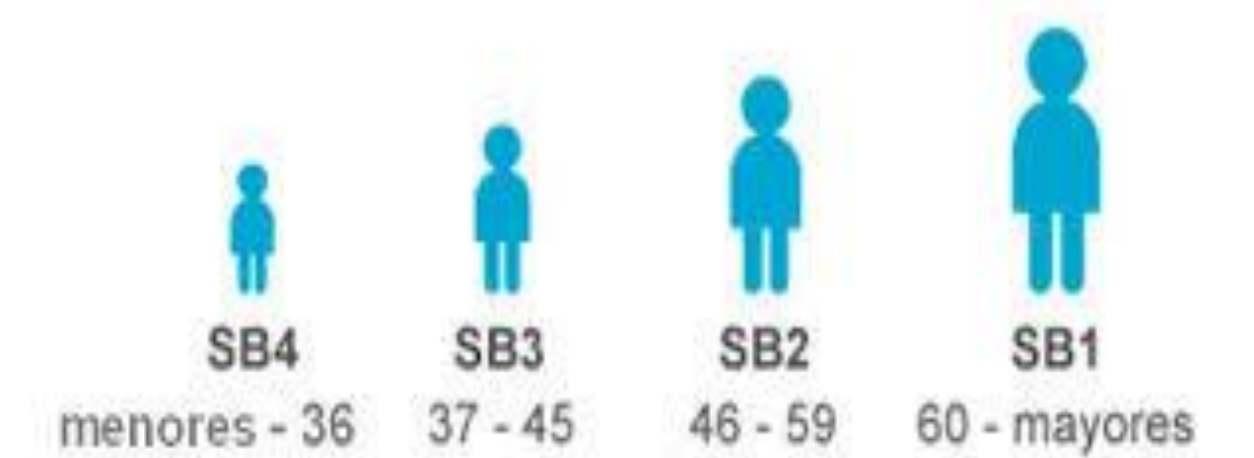
* Alimentos con alto contenido en grasas.



RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Prevalencia de diabetes:

- 55% > 60 años de edad
- 56,76% hombres y 43,24% mujeres
- Mujeres > 50 aumenta por la entrada hacia el "período menopáusico"
- 70% antecedentes familiares
- 85% no realizaba 30 minutos de ejercicio físico recomendado
- Patologías asociadas a la diabetes en mayor proporción: HTA, colesterol y enfermedad cardiovascular (Síndrome Metabólico: asociación de 2 o más patologías)



Tratamientos utilizados por nuestros pacientes entrevistados:

- 27,02% usaban Metformina (Biguanidas)
- 40,54% combinación ADO (Sulfonilureas)
- Estas por menor riesgo de hipoglucemias, más seguros
- Resto ADO monoterapia o combinados insulina

CONCLUSIONES

- Diabetes es un problema de salud pública que requiere la acción conjunta de profesionales sanitarios y de los propios pacientes
- Prevalencia se haya en aumento en todos los grupos de edad
- Sería conveniente la asociación de Sulfonilureas y Biguanidas, ya combinación más eficaz y segura en el tratamiento de la diabetes

BIBLIOGRAFÍA

- 1 <http://www.portalfarma.com> (Guia farmacoterapeutica.pdf)
- 2 <http://www.endocrino.org> (Fisiopatología de la Diabetes Mellitus)
- 3 <http://www.bd.com> (Síntomas de la DM tipo II)
- 4 <http://www.joslin.org> (Diagnóstico de la Diabetes)
- 5 ACCU-CHEK del laboratorio ROCHE.es (Dieta por raciones o equivalentes)
- 6 www.inutralia.com (Método del plato)
- 7 <http://espanol.journeyforcontrol.com> (Método del plato)