

Estilo de Vida en Pacientes con Diagnóstico de Diabetes Tipo 2 de Más de 10 Años de Evolución Derechohabientes de la Umf No.9 Acapulco, Guerrero

Karla Arely Montes de Oca Salazar ¹

kamdos14@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0000-4934-7126>

Universidad Nacional Autónoma de México
México

Teresa Ocampo Rentería

tereocamporen@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0009-7420-5336>

Benemérita Universidad Autónoma de Puebla
México

RESUMEN

Este estudio descriptivo, transversal y prospectivo evaluó el estilo de vida en 385 pacientes con diabetes tipo 2, con más de 10 años de evolución, pertenecientes a la UMF No. 9 en Acapulco, Guerrero. Realizado entre mayo y junio de 2023, el estudio utilizó el Instrumento IMEVID para medir el estilo de vida y empleó el programa SPSS versión 25 para el análisis de datos, centrandose su atención en medidas de tendencia central. Los resultados mostraron que el sexo femenino predominó en la muestra, y más de la mitad de los pacientes indicaron tener un estilo de vida favorable. En contraste, los estilos de vida poco favorables y desfavorables fueron más comunes en pacientes masculinos. Los aspectos más afectados en aquellos con un estilo de vida desfavorable incluyeron la dieta, la actividad física y el apego al tratamiento. La conclusión principal del estudio es que, en esta población específica, prevalece un estilo de vida favorable, especialmente en mujeres entre 61 y 79 años, con una evolución de la enfermedad de 10 a 15 años. Este hallazgo subraya la importancia de las intervenciones focalizadas en el estilo de vida como parte integral del manejo de la diabetes tipo 2, destacando la necesidad de abordar específicamente la dieta, la actividad física y el apego al tratamiento en los planes de cuidado.

Palabras Clave: estilo de vida; diabetes mellitus tipo 2; imevid

¹ Autor principal.

Correspondencia: kamdos14@gmail.com

Lifestyle In Patients with A Diagnosis of Type 2 Diabetes of More Than 10 Years of Evolution Entitled to The Umf No.9 Acapulco, Gro

ABSTRACT

This descriptive, cross-sectional, and prospective study assessed the lifestyle of 385 patients with type 2 diabetes, who have had the condition for over 10 years and are affiliated with UMF No. 9 in Acapulco, Guerrero. Conducted between May and June of 2023, the study utilized the IMEVID Instrument to measure lifestyle and used the SPSS version 25 program for data analysis, focusing on measures of central tendency. The results indicated a predominance of female participants, with over half of the patients reporting a favorable lifestyle. In contrast, less favorable and unfavorable lifestyles were more commonly reported among male patients. The most affected aspects in those with an unfavorable lifestyle included diet, physical activity, and treatment adherence. The primary conclusion of the study is that a favorable lifestyle prevails in this specific population, particularly among women aged 61 to 79 years, with a disease evolution of 10 to 15 years. This finding underscores the importance of lifestyle-focused interventions as an integral part of managing type 2 diabetes, highlighting the need to specifically address diet, physical activity, and treatment adherence in care plans.

Keywords: lifestyle; type 2 diabetes mellitus; imevid

*Artículo recibido 17 noviembre 2023
Aceptado para publicación: 29 diciembre 2023*

INTRODUCCIÓN

El concepto de "estilo de vida", que abarca desde la alimentación y el ejercicio hasta el comportamiento social y la actitud mental, ha sido un tema de estudio desde finales del siglo XIX. Originalmente explorado por filósofos como Marx, Veblen y Weber, el término fue acuñado por Alvin Toffler en 1939. Según diversas definiciones, el estilo de vida engloba patrones de conducta que reflejan las elecciones personales dentro de las oportunidades disponibles, influenciadas por la situación social y las condiciones de vida de cada persona. Estos patrones de conducta pueden tener un impacto significativo en la salud, afectando mecanismos biológicos fundamentales y conduciendo a enfermedades crónicas. Las enfermedades crónicas, como la diabetes, han cobrado relevancia en las últimas décadas, destacando la importancia del estilo de vida en la prevención y el tratamiento de estas enfermedades.

Diabetes Mellitus

La diabetes mellitus (DM) es definida por la Asociación Americana de Diabetes como un grupo de enfermedades metabólicas caracterizadas por hiperglucemia, resultado de defectos en la secreción o acción de la insulina. Este padecimiento se ha convertido en un grave problema de salud pública a nivel mundial, no solo por su alta prevalencia y tasa de mortalidad, sino también por su impacto económico y social. A nivel global, se estima que la prevalencia de diabetes continuará aumentando, ejerciendo presión sobre la productividad y el desarrollo económico de los países. En Latinoamérica, la prevalencia ajustada es especialmente alta, con México siendo uno de los países más afectados. La diabetes es actualmente una de las principales causas de muerte y discapacidad, particularmente en México, donde la prevalencia y las complicaciones asociadas representan un desafío significativo para el sistema de salud.

Factores de Riesgo

La diabetes tipo 2, en particular, está fuertemente influenciada por factores de riesgo modificables y no modificables, incluyendo el estilo de vida. Factores como la obesidad, el sedentarismo, los hábitos alimenticios, el consumo de tabaco y alcohol, así como factores genéticos, contribuyen al desarrollo y progresión de la enfermedad. La prevención y el manejo efectivo de la diabetes requieren un enfoque multidisciplinario que incluya la modificación de estos factores de riesgo.

Justificación

Dado el impacto de la diabetes en México y la creciente evidencia que relaciona el estilo de vida con la gestión de la enfermedad, es esencial investigar y entender los patrones de vida de los pacientes con diabetes. Este conocimiento ayudará a orientar las intervenciones y políticas de salud pública hacia la prevención y manejo más efectivo de la diabetes.

Planteamiento del Problema

La diabetes mellitus es una enfermedad crónica que requiere un manejo integral, incluyendo cambios significativos en el estilo de vida. Con una prevalencia creciente y siendo una de las principales causas de mortalidad en México, es crucial investigar cómo los estilos de vida afectan el curso y manejo de la enfermedad en pacientes con diabetes tipo 2.

Objetivos

El objetivo general de este estudio es determinar el estilo de vida en pacientes con diagnóstico de diabetes tipo 2 de más de 10 años de evolución, derechohabientes de la UMF No. 9 en Acapulco, Guerrero. Los objetivos específicos incluyen identificar los estilos de vida según diversos factores demográficos, determinar los dominios del estilo de vida más afectados y relacionar el tiempo de evolución de la enfermedad con el estilo de vida.

METODOLOGÍA

Este estudio se clasifica como descriptivo, transversal y prospectivo.

Población: Pacientes con diagnóstico de diabetes tipo 2, con más de 10 años de evolución.

Ubicación: Unidad de Medicina Familiar No. 9, Acapulco, Guerrero.

Periodo: Mayo a Junio de 2023.

Criterios de Inclusión

1. Pacientes derechohabientes con diagnóstico confirmado de diabetes tipo 2.
2. Individuos de cualquier género, con al menos 10 años de evolución de la enfermedad.
3. Pacientes que otorguen su consentimiento informado para participar en el estudio.

Criterios de Exclusión

1. Pacientes con deterioro cognitivo diagnosticado.
2. Hospitalizaciones recientes (últimos 30 días).
3. Mujeres embarazadas.
4. Pacientes con complicaciones diabéticas incapacitantes.

Criterios de Eliminación

1. Cuestionarios incompletos.

Tamaño de Muestra y Muestreo

El universo de estudio comprende 14,894 pacientes diabéticos tipo 2 adscritos a la UMF No. 9. Utilizando un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%, se calculó un tamaño de muestra de 385 pacientes.

Instrumento y Metodología de Recolección de Datos

Se empleó el Instrumento IMEVID para evaluar el estilo de vida en pacientes diabéticos, complementado con una ficha de identificación sociodemográfica. El proceso de recolección de datos consistió en abordar a los pacientes en la sala de espera de la UMF 9, explicar los objetivos de la investigación y solicitar su participación voluntaria. A los pacientes que cumplían los criterios de inclusión y aceptaban participar se les pedía firmar el consentimiento informado y completar la encuesta de manera anónima.

Análisis Estadístico

Se utilizó Excel 2010 para Windows en la codificación y digitalización de datos, y SPSS Statistics Standard Version 25.0 para Windows 10 en el análisis estadístico. Se realizaron análisis univariados para obtener estadísticas descriptivas (frecuencias, porcentajes, medidas de tendencia central y desviación estándar) y se presentaron los resultados mediante gráficos y tablas.

Aspectos Éticos

La investigación siguió las normativas éticas internacionales y nacionales, así como las del IMSS. Se respetaron los principios establecidos en documentos clave como la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, la Ley General de Salud, el Reglamento de la Ley General de Salud en materia de Investigación, la Declaración de Helsinki y sus enmiendas. Se garantizó la confidencialidad de la

información y la protección de la identidad de los participantes. El procedimiento se clasificó como investigación sin riesgo, centrada en el uso de técnicas y métodos documentales retrospectivos y encuestas, sin intervención o modificación intencionada en las variables de los individuos. Se aseguró que la selección de participantes fuera no probabilística y por conveniencia, incluyendo a todos los sujetos confirmados con diabetes mellitus tipo 2. Las entrevistas se llevaron a cabo durante las citas de control entre Mayo y Junio de 2023, donde se obtuvo el consentimiento informado explicando el objetivo del estudio y el proceso de obtención de datos.

RESULTADOS

Se aplicó el cuestionario IMEVID a un total de 385 pacientes, con el objetivo de demostrar el estilo de vida que presenta la población derechohabiente y que tienen diagnóstico de Diabetes Mellitus tipo 2 de 10 años de evolución en adelante adscritos a la UMF No. 9, en el cual se obtuvieron las siguientes características sociodemográficas (Tabla 1):

Tabla 1. Variables Sociodemográficas

| Variab les | N= 385 | % |
|---------------------|---------------|----------|
| Sexo | | |
| Femenino | 218 | 57% |
| Masculino | 167 | 43% |
| Edad | | |
| 20-40 Años | 4 | 1% |
| 41-60 Años | 153 | 40% |
| 61 A 79 Años | 214 | 55% |
| ≥ A 80 Años | 14 | 4% |
| Ocupación | | |
| Hogar | 167 | 43% |
| Empleado | 190 | 49% |
| Comerciante | 27 | 7% |
| Desempleado | 1 | 1% |
| Estado Civil | | |
| Soltero/A | 8 | 2% |
| Casado/A | 241 | 63% |

| | | |
|---|-----|-----|
| Unión Libre | 21 | 5% |
| Viudo/A | 78 | 20% |
| Divorciado/A | 37 | 10% |
| Escolaridad | | |
| Primaria | 80 | 21% |
| Secundaria | 107 | 28% |
| Nivel Medio Superior | 119 | 31% |
| Licenciatura | 79 | 20% |
| Años De Diagnóstico Del Paciente | | |
| 10-15 Años | 205 | 53% |
| 16 A 20 Años | 114 | 29% |
| 21 A 25 Años | 45 | 12% |
| 26 A 29 Años | 11 | 3% |
| ≥ A 30 Años | 10 | 3% |

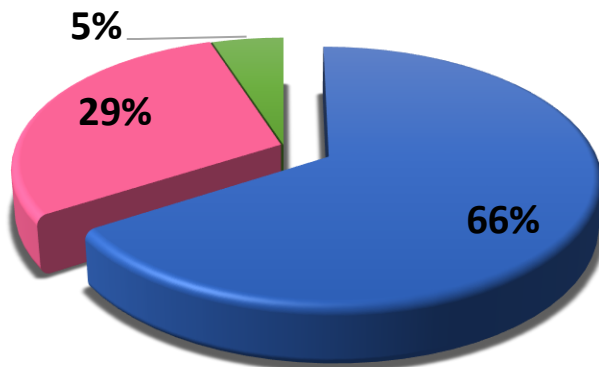
Fuente: Instrumento de recolección de datos Estilo de vida en pacientes con diagnóstico de Diabetes tipo 2 de más de 10 años de evolución derechohabientes de la UMF No.9 Acapulco, Gro.

En cuanto a edad se reportó un promedio de 62.5 años, cuyo rango de edad se presentó con una mínima de 38 años y una máxima de 94 años, (moda: 55 años, mediana: 63 años) con una desviación estándar de ± 9.56 .

Estilo de vida en pacientes con diagnóstico de diabetes tipo 2 de más de 10 años de evolución derechohabientes de la umf no.9 acapulco, gro

Con respecto al resultados del objetivo general, el Estilo de vida, que prevaleció en primer lugar fue el estilo de vida favorable con 66% (254/385), seguido de estilo de vida Poco favorable 29% (110/385) y solo el 5% (21/385) reporto un estilo de vida Desfavorable (Gráfica 1).

Gráfica 1. Estilo de Vida



■ **Favorable**

Fuente: Instrumento de recolección de datos Estilo de vida en pacientes con diagnóstico de Diabetes tipo 2 de más de 10 años de evolución derechohabientes de la UMF No.9 Acapulco, Gro.

Se observa que de acuerdo a los participantes que manifestaron un estilo de vida desfavorable (21 pacientes), los dominios de mayor afección fueron los siguientes; la dieta con un 32% (7/21), el 29% (6/21) refirió la actividad física y el 24% (5/21) (Tabla 2).

Tabla 2. Estilo de vida Desfavorable y Dominios evaluados

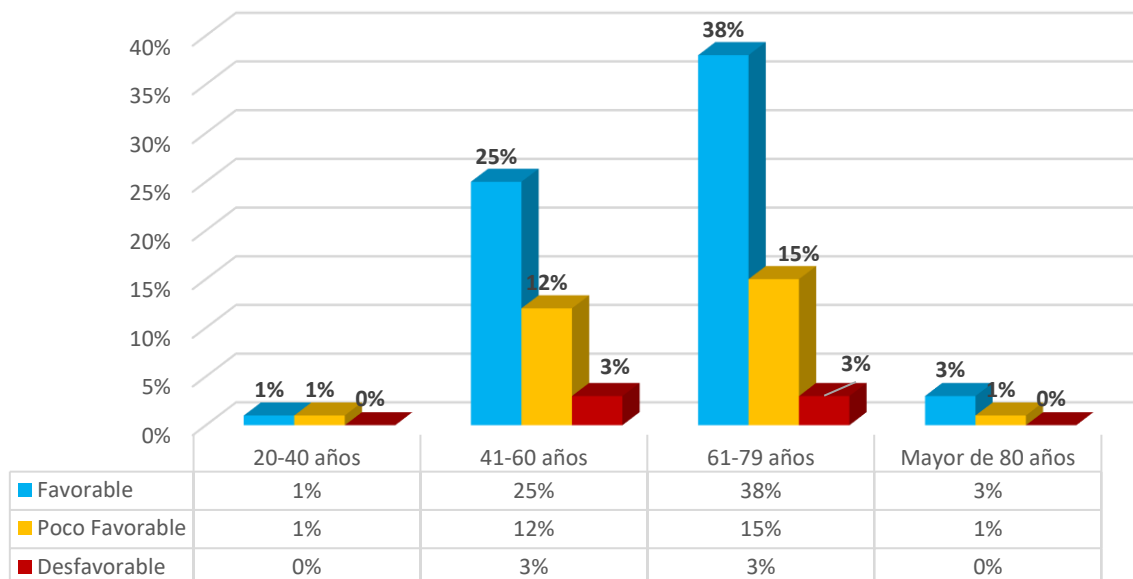
| Indicador | Estilo de Vida | | Total | |
|---|-----------------------------|------|-------|---|
| | Desfavorable | | | |
| | <i>n</i> | % | | |
| Dominios de mayor afección en el paciente | Dieta | 7 | 32% | 7 |
| | Actividad física | 6 | 29% | 6 |
| | Toxicomanías | 1 | 5% | 1 |
| | Información DM | 1 | 5% | 1 |
| | Autoestima | 1 | 5% | 1 |
| | Apego al tratamiento | 5 | 24% | 5 |
| Total | 21 | 100% | 21 | |

Fuente: Instrumento de recolección de datos Estilo de vida en pacientes con diagnóstico de Diabetes tipo 2 de más de 10 años de evolución derechohabientes de la UMF No.9 Acapulco, Gro.

De acuerdo a los resultados obtenidos en la siguiente grafica se observa que la mayoría de los pacientes se encuentra con un estilo Favorable de los cuales el grupo de edad que más predominó es de 61 a 79 años de

edad, en segundo nivel con un 25% (96/385) con 41 a 60 años y con solo el 3% (10/385) mayor de 80 años. La mayoría de la población con estilo de vida desfavorable es de 41 a 79 años. (Gráfica 2).

Gráfica 2. Estilo de vida y Grupo de edades.



Fuente: Instrumento de recolección de datos Estilo de vida en pacientes con diagnóstico de Diabetes tipo 2 de más de 10 años de evolución derechohabientes de la UMF No.9 Acapulco, Gro.

Con respecto a los pacientes que se encuentra con un estilo de vida y su relación con el sexo, predominó que las mujeres con estilo de vida Favorable con un 63% (159/254), el 54% (50/110) es Poco Favorable y con un 43% (9/21) su estilo de vida es Desfavorable. De esta manera se analiza que solo el 37% (95/254) de los pacientes de género Masculino presentaron un estilo de vida Favorable, el 46% (60/110) Poco Favorable y el 57% (12/21) Desfavorable (Tabla 3).

Tabla 3. Estilo de vida y Sexo.

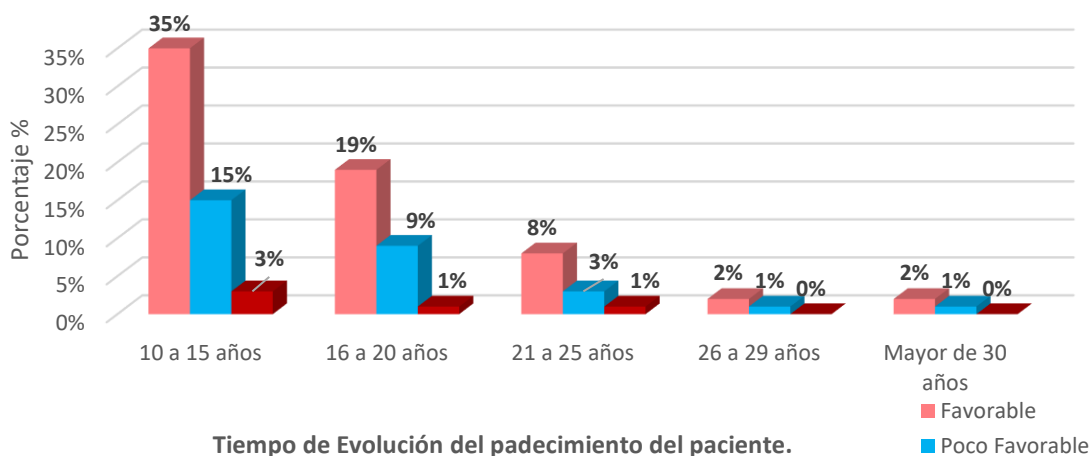
| Indicador | | Sexo | | | | Total |
|----------------|-----------------------|----------|-----|-----------|-----|-------|
| | | Femenino | | Masculino | | |
| | | <i>n</i> | % | <i>n</i> | % | |
| Estilo de Vida | Favorable | 159 | 63% | 95 | 37% | 254 |
| | Poco Favorable | 50 | 54% | 60 | 46% | 110 |
| | Desfavorable | 9 | 43% | 12 | 57% | 21 |

| | | | |
|--------------|-----|-----|-----|
| Total | 218 | 167 | 385 |
|--------------|-----|-----|-----|

Fuente: Instrumento de recolección de datos Estilo de vida en pacientes con diagnóstico de Diabetes tipo 2 de más de 10 años de evolución derechohabientes de la UMF No.9 Acapulco, Gro.

Los siguientes resultados pueden mostrar que el tiempo de evolución del padecimiento que predomina es de 10 a 15 años y de estos solo el 35% (134/385) menciona tener estilo de vida favorable, el 15% (58/385) Poco Favorable y solo el 3% (11/385) refirió que es Desfavorable (Gráfica 3).

Gráfica 3. Estilo de vida y Tiempo de Evolución del padecimiento del paciente.



Fuente: Instrumento de recolección de datos Estilo de vida en pacientes con diagnóstico de Diabetes tipo 2 de más de 10 años de evolución derechohabientes de la UMF No.9 Acapulco, Gro.

De acuerdo a los resultados del proyecto de investigación realizado a los pacientes con diagnóstico de diabetes tipo 2, se realiza el siguiente análisis estadísticos de los datos obtenidos en el estudio, donde se obtuvo manifestando que la mayoría de la población entrevistada fue del género Femenino, el 66% de la población dice tener un estilo de vida Favorable. Sin embargo, del total de los pacientes con estilo de vida Poco Favorable y Desfavorable, la mayoría correspondieron al género Masculino.

Por lo tanto, las variables que tienen valor de significancia estadística dentro del estilo de vida Favorable, fueron el género Femenino, tiempo de evolución de la enfermedad de 10 a 15 años y el grupo de edad de 61 a 79 años. Por otro lado, dentro del estilo de vida Poco favorable y desfavorable predominó el sexo Masculino, de 41 a 79 años de edad y de 10 a 15 años de evolución de la enfermedad.

DISCUSIÓN

En el análisis comparativo con estudios previos sobre la importancia de un estilo de vida saludable, se observan variaciones notables. Por ejemplo, en la investigación de Canteño A. en el Hospital San Juan de Lurigancho, Perú, en 2018, se utilizó la Escala para medir estilos de vida en pacientes Diabéticos en 142 pacientes, revelando que un 76% tenía un estilo de vida No saludable y solo un 24% saludable (30). Esta distribución contrasta significativamente con nuestros hallazgos, donde predominó un estilo de vida Favorable en el 66% de los casos, y una combinación de Poco Favorable y Desfavorable en el 34%. La discrepancia puede atribuirse al uso de diferentes instrumentos de medición; en nuestro caso, el IMEVID, diseñado específicamente para pacientes diabéticos mexicanos, particularmente en lo que respecta a hábitos alimenticios.

Otro estudio relevante es el de Urbán-Reyes y colaboradores en 2015 en Ciudad Obregón, Sonora, que evaluó a 196 pacientes con diabetes mellitus tipo 2, con una duración de enfermedad de al menos un año. Aquí, el 23.5% mostró un estilo de vida favorable, mientras que el 67.9% era poco favorable o desfavorable (49). La mayoría de estos pacientes eran laboralmente activos, lo que sugiere que factores como el estrés y la falta de tiempo para ejercitarse influyen en un estilo de vida predominantemente poco favorable. Esto difiere de nuestro estudio, donde el grupo de edad principal fue de 61 a 79 años, indicando que las diferencias en los resultados podrían deberse a variaciones en la edad y las obligaciones laborales.

En la investigación de Cruz Camargo J., realizada en 2019 en México D.F, se estudió a 80 pacientes, predominando el sexo femenino y un grupo de edad de 35 a 45 años (47). En este caso, los dominios más afectados en estilos de vida Desfavorables fueron la falta de información sobre la enfermedad y la actividad física. Comparado con nuestro estudio, las diferencias podrían estar relacionadas con el tamaño de la muestra y las variaciones en la distribución por edades.

Corrales J. en 2020, en Tapachula Chiapas, incluyó a 449 pacientes en su estudio, con una distribución por sexo y edad similar a la nuestra. Sin embargo, los resultados en cuanto al estilo de vida mostraron diferencias significativas (48), posiblemente debido a factores culturales y regionales específicos.

Finalmente, en el estudio de Salvador Romero R. en Querétaro en 2011, se analizó a 150 pacientes, con una distribución por sexo contraria a la nuestra y se identificaron diferentes áreas de atención en los dominios del estilo de vida (50). Estas diferencias podrían explicarse por el tamaño de la muestra y las diferencias en la demografía de los pacientes que acuden a los servicios de salud en nuestra UMF.

En conclusión, los hallazgos de nuestro estudio resaltan la variabilidad en los estilos de vida entre los pacientes diabéticos, influenciados por factores como la edad, el género, la cultura regional, y las herramientas de medición utilizadas. Estas diferencias enfatizan la necesidad de enfoques personalizados y culturalmente sensibles en el manejo de la diabetes.

CONCLUSIONES

Esta investigación concluye que en pacientes con diabetes tipo 2, con más de 10 años de evolución y derechohabientes de la UMF No. 9 Acapulco, Guerrero, una mayoría significativa (66%) reporta tener un Estilo de Vida Favorable, siendo más frecuente en mujeres dentro del grupo de 61 a 79 años. Le sigue un Estilo de Vida Poco Favorable (29%), predominante en empleados casados y con educación de nivel medio superior. La mayoría de estos pacientes han vivido con la enfermedad entre 10 a 15 años. Por otro lado, un 5% de los pacientes con un estilo de vida desfavorable indican que los aspectos más afectados son la dieta, la actividad física y el apego al tratamiento.

A partir de estos hallazgos, se recomienda:

Divulgar los resultados de este estudio entre el personal de salud y los derechohabientes.

Promover herramientas electrónicas como la aplicación “Chkt en línea” y otras aplicaciones digitales para el autocuidado y la promoción de la actividad física.

Informar sobre la plataforma Climss, que ofrece cursos para mejorar el conocimiento sobre la diabetes.

Capacitar al personal de salud en todos los aspectos del estilo de vida (Dieta, Actividad física, Toxicomanías, Información sobre DM, Autoestima y apego al tratamiento) para ofrecer asesoramiento y recomendaciones durante las consultas.

Enfatizar la importancia del estilo de vida en el control de la diabetes.

Derivar a los pacientes a tiempo al servicio de Nutrición para asesoramiento nutricional.

Referir a los pacientes a grupos de educación como CADIMSS, Yo puedo, Ella y Yo, Pierde kilos, gana vida, y al centro de seguridad social para integración en grupos de actividad física.

Fomentar la práctica regular de ejercicio, recomendando al menos 150 minutos semanales de actividad física aeróbica moderada a intensa, al menos 3 días a la semana, evitando períodos de inactividad mayores a dos días consecutivos.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Coreil J, Levin JS, Gartly-Jaco E. Estilo de vida. Un concepto emergente en las ciencias sociomédicas.

Kluwer Academic Publisher. [Internet]. [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en:
<https://journals.copmadrid.org/clysa/archivos/1992/vol3/art1.htm>

Romero-Márquez R, Díaz-Veja G, Romero-Zepeda H. ESTILO DE VIDA. [Internet]. 2011 [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en:

https://www.um.es/innova/OCW/actividad_fisica_salud/contenidos/estilo_de_vida.html

De La Cruz-Sánchez E, Pino-Ortega J. ESTILO DE VIDA RELACIONADO CON LA SALUD. [Internet]. [Consultado 15 Feb 2022] Disponible en:

<https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/6616/1/estilo%20de%20vida%20y%20salud.pdf>

Guerrero-Montoya LR, León-Salazar AR. ESTILO DE VIDA Y SALUD. Educere. [Internet]. 2010 [Consultado 15 Feb 2022];14(48):13-19. Disponible en:

<https://www.redalyc.org/pdf/356/35616720002.pdf>

Cambios en el estilo de vida y concepto según la Organización Mundial de la Salud (OMS). [Internet] 2021. [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en:

<https://rolleat.com/es/estilo-de-vida/#:~:text=Seg%C3%BAn%20la%20OMS%2C%20el%20estilo>

Más-Sarabia M, Alberti-Vázquez L, Espeso-Nápoles N. ESTILOS SALUDABLES DE VIDA Y SU RELEVANCIA EN LA SALUD DEL INDIVIDUO. Rev Hum Med. [Internet]. 2005 [Consultado 15 Mar 2022];1;5(2). Disponible en:

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202005000200006#:~:text=Entre%20los%20h%C3%A1bitos%20no%20saludables

- Acevedo G, Martínez D, Utz L. LA SALUD Y SUS DETERMINANTES. LA SALUD PÚBLICA Y LA MEDICINA PREVENTIVA. Manual de Medicina Preventiva y Social I. [Internet]. [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en: <http://preventivaysocial.webs.fcm.unc.edu.ar/files/2014/04/MPyS-1-Unidad-1-Determinantes-de-la-Salud-V-2013.pdf>
- Pérez-Díaz I. DIABETES MELLITUS. Gac Med Mex. [Internet]. 2016. [citado el 12 de marzo de 2022];152(1):50-5 Disponible en: http://www.anmm.org.mx/GMM/2016/s1/GMM_152_2016_S1_050-055.pdf
- Urbán-Reyes BR, Coghlan-López JJ, Castañeda-Sánchez O. ESTILO DE VIDA Y CONTROL GLUCÉMICO EN PACIENTES CON DIABETES MELLITUS EN EL PRIMER NIVEL DE ATENCIÓN. ATENCIÓN FAMILIAR. 2015;22(3):68–71. Disponible en: [https://doi.org/10.1016/s1405-8871\(16\)30054-2](https://doi.org/10.1016/s1405-8871(16)30054-2)
- Sánchez Gaitan, E. ESTILO DE VIDA Y CONTROL GLUCÉMICO EN PACIENTES CON DIABETES MELLITUS EN EL PRIMER NIVEL DE ATENCIÓN 2021 [Internet]. 2021 [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-familiar-223-pdf-S1405887116300542>
- International Diabetes Federation (IDF). DIABETES ATLAS 2017 [Internet]. 2017 [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en: <http://fmdiabetes.org/wp-content/uploads/2018/03/IDF-2017.pdf>
- International Diabetes Federation (IDF). GUÍA DE INCIDENCIA POLÍTICA DE LA NOVENA EDICIÓN DEL ATLAS DE LA DIABETES DE LA FID 2019. [Internet]. 2019 [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en: https://diabetesatlas.org/upload/resources/material/20191219_091956_2019_IDF_Advocacy_Guide_ES.pdf
- Organización Panamericana de la Salud (OPS). DIABETES [Internet]. 2022 [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/diabetes#:~:text=Aproximadamente%2062%20millones%20de%20personas>

Centro para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC). INFORME NACIONAL DE LA DIABETES 2020. ESTIMACIONES SOBRE LA DIABETES Y SU CARGA EN LOS ESTADOS UNIDOS. [Internet]. 2020 [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en: https://www.cdc.gov/diabetes/pdfs/data/statistics/NDSR_2020_Spanish-508.pdf

Asociación Latinoamericana de Diabetes (ALAD). GUÍAS ALAD SOBRE EL DIAGNÓSTICO, CONTROL Y TRATAMIENTO DE LA DIABETES MELLITUS TIPO 2 CON MEDICINA BASADA EN EVIDENCIA EDICION 2019 [Internet]. 2019 [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en: https://www.revistaalad.com/guias/5600AX191_guias_alad_2019.pdf

ENCUESTA NACIONAL DE SALUD Y NUTRICIÓN (ENSANUT) 2018-1019. RESULTADOS NACIONALES. [Internet]. 2019 [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en: https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanut2018/doctos/informes/ensanut_2018_informe_final.pdf

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). ESTADÍSTICAS A PROPÓSITO DEL DÍA MUNDIAL DE LA DIABETES. DATOS NACIONALES Comunicado de prensa Num. 645/21. [Internet]. 2021 [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en: https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2021/EAP_Diabetes2021.pdf

International Diabetes Federation (IDF). DIABETES ATLAS 10TH EDITION 2021. [Internet]. 2021. [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en: <https://diabetesatlas.org/>

Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS). DIABETES TIPO 2, PREVENIBLE AL ASUMIR HÁBITOS SALUDABLES: IMSS | SITIO WEB “ACERCANDO EL IMSS AL CIUDADANO” [Internet]. 2019 [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en: <http://www.imss.gob.mx/prensa/archivo/201907/235>

Palacios A, Durán M, Obregón O. FACTORES DE RIESGO PARA EL DESARROLLO DE DIABETES TIPO 2 Y SÍNDROME METABÓLICO. Revista Venezolana de Endocrinología y Metabolismo. [Internet]. 2012 [Consultado 15 Mar 2022];10(1):34-40. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3755/375540232006.pdf>

Malo-García F, ¿CUÁLES SON LOS CRITERIOS DE HIPOGLUCEMIA?. Guía de Actualización en Diabetes. [Internet]. 2015 [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en:

<https://www.redgdps.org/gestor/upload/GUIA2016/CAP10.pdf>

Blanco-Naranjo E, Chavarría-Campos GF, Garita-Fallas YM. ESTILO DE VIDA SALUDABLE EN DIABETES MELLITUS TIPO 2: BENEFICIOS EN EL MANEJO CRÓNICO. Revista médica Sinergia. [Internet]. 2021 [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en:

<https://revistamedicasinergia.com/index.php/rms/article/view/639>

American Diabetes Association 2020. RESUMEN DE CLASIFICACIÓN Y DIAGNÓSTICO DE LA DIABETES. [Internet]. 2020 [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en:

<https://sinapsismex.files.wordpress.com/2020/02/resumen-de-clasificac3b3n-y-diagnc3b3stico-de-la-diabetes-american-diabetes-association-2020.pdf>

CENETEC. DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO DE LA DIABETES MELLITUS TIPO 2 EN EL PRIMER NIVEL DE ATENCIÓN. [Internet]. 2018 [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en: <http://www.cenetec-difusion.com/CMGPC/GPC-IMSS-718-18/ER.pdf>

American Diabetes Association 2018. OBJETIVOS Y TRATAMIENTO. [Internet]. 2018 [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en: <https://sinapsismex.files.wordpress.com/2016/06/tratamiento-guc3adas-ada-2018.pdf>

Sarabia M, Alberti L, Espeso N. ESTILOS SALUDABLES DE VIDA Y SU RELEVANCIA EN LA SALUD DEL INDIVIDUO. Revista humanidades médicas. [Internet]. 2005 Aug 1;5(2). [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en:

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202005000200006#:~:text=Entre%20los%20h%C3%A1bitos%20no%20saludables

Reyes-Sanamé F, Pérez-Álvarez M, Alfonso-Figueroa E. TRATAMIENTO ACTUAL DE LA DIABETES MELLITUS TIPO 2. Correo Científico Médico [Internet]. 2016 [citado 16 Mar 2022]; 20 (1) Disponible en: <https://revcocmed.sld.cu/index.php/cocmed/article/view/2194/792>

- Galo-Amador M, Cordero-García A. ESTILOS DE VIDA EN PACIENTES DIAGNOSTICADOS CON DIABETES MELLITUS E HIPERTENSIÓN ARTERIAL QUE ACUDEN AL ‘CENTRO MÉDICO EL PORVENIR, MUNICIPIO DE EL PORVENIR’ FRANCISCO MORAZÁN, HONDURAS 2018-2020. [Internet]. 2020 [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en: <https://repositorio.unan.edu.ni/12748/1/t1114.pdf>
- Cruz-Camargo J, Cortés-Escárcega I. ESTILO DE VIDA DE LA PERSONA CON DIABETES MELLITUS TIPO 2 Y DE SU CUIDADOR PRIMARIO [Internet]. 2019 [citado el 13 de marzo de 2022]. Disponible en: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/02/980249/89cruz-camargo-juana-rosa-3a.pdf>
- Canteño A. ESTILOS DE VIDA EN USUARIOS CON DIABETES MELLITUS TIPO II, DE LOS CONSULTORIOS EXTERNOS DEL HOSPITAL SAN JUAN DE LURIGANCHO, 2018. Universidad Privada Norbert Wiener Facultad de Ciencias de la salud. [Internet]. 2018 [citado el 21 de Junio 2022]. [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/2579/TESIS%20Ayte%20Veronica.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI). RECOMENDACIONES EN EL TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO DE LA DM2 DEL GRUPO DE DIABETES, OBESIDAD Y NUTRICIÓN DE LA SEMI DIAGNÓSTICO DE DM2 [Internet]. 2020 [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en: https://www.fesemi.org/sites/default/files/documentos/publicaciones/recomendaciones_dm2_semi_2020_v3.2.1.pdf
- Martínez-Martínez B, Torres-Velázquez L. IMPORTANCIA DE LA FAMILIA EN EL PACIENTE CON DIABETES MELLITUS INSULINODEPENDIENTE Revista Psicología y Salud. [Internet]. [citado el 16 de noviembre de 2022];17(2): 229-240. Disponible en: <https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/692/1222>

CDC. LOS AMIGOS, LA FAMILIA Y LA DIABETES [Internet]. 2022 [citado el 16 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/diabetes/spanish/resources/features/friends-family-diabetes.html>

Téllez-Centeno Y, Rodríguez-Cruz M. ESTILOS DE VIDA Y SATISFACCIÓN LABORAL EN TRABAJADORES DE LA POLICÍA NACIONAL DE LEÓN, EN EL AÑO 2012. [Internet] 2012. [Citado el 15 de Noviembre 2022]. Disponible en: <http://riul.unanleon.edu.ni:8080/jspui/handle/123456789/6043>

CDC. LA DIABETES Y LA SALUD MENTAL [Internet]. 2022 [citado el 16 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/diabetes/spanish/living/mental-health.html>

Phillips-Morales O, Quesada-Vargas M, Esquivel-Rodríguez N. EMERGENCIAS HIPERGLICÉMICAS. Revista Médica Sinergia [Internet]. 2020 [Consultado 15 Mar 2022];5(2):1-11. Disponible en: <https://revistamedicasinergia.com/index.php/rms/article/view/353/726>

Arroyo-Sánchez G, Quirós-Cárdenas S. CETOACIDOSIS DIABÉTICA Y ESTADO HIPERGLICÉMICO HIPEROSMOLAR: UN ENFOQUE PRÁCTICO. Revista Clínica de la Escuela de Medicina UCR – HSJD. [Internet]. 2016 [Consultado 15 Mar 2022];1(1): 138-146 Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/revcliescmed/ucr-2016/ucr161r.pdf>

CENETEC. TRATAMIENTO DEL SÍNDROME HIPERGLUCÉMICO HIPEROSOMOLAR EN ADULTOS DIABÉTICOS TIPO 2 EN EL SEGUNDO Y TERCER NIVELES DE ATENCIÓN. [Internet]. 2008 [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en: <https://www.cenetec-difusion.com/CMGPC/SS-800-17/ER.pdf>

Martínez-Candela J. PREGUNTA 3 ¿CUÁLES SON LOS FACTORES DE RIESGO PARA DESARROLLAR DIABETES MELLITUS TIPO 2?. Guía de Actualización en Diabetes. [Internet]. 2015 [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en: <https://redgdps.org/gestor/upload/GUIA2016/P3.pdf>

- Alejandra A, Pina S. FACULTAD DE FARMACIA UNIVERSIDAD COMPLUTENSE TRABAJO FIN DE GRADO COMPLICACIONES CRÓNICAS DE LA DIABETES MELLITUS TIPO 2 [Internet]. 2017 [Consultado 15 Mar 2022]. Disponible en: <http://147.96.70.122/Web/TFG/TFG/Memoria/INES%20LAZARO-CARRASCO%20HERNANDEZ.pdf>
- Aliseda D, Berástegui L. RETINOPATÍA DIABÉTICA. Anales del Sistema Sanitario de Navarra. [Internet]. 2008. [Consultado 15 Mar 2022];31(3):23-34. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272008000600003#:~:text=El%20tiempo%20de%20evoluci%C3%B3n%20de%20la%20diabetes%20y%20el%20tipo
- Tenorio G, Ramírez-Sánchez V. RETINOPATÍA DIABÉTICA; CONCEPTOS ACTUALES. Revista Médica del Hospital General de México [Internet]. 2010. [Consultado 15 Mar 2022];73(3): 193-201. Disponible en: <https://www.elsevier.es/en-revista-revista-medica-del-hospital-general-325-articulo-retinopatia-diabetica-conceptos-actuales-X0185106310902843>
- Torres-Viloria A, Zacarías-Castillo R. NEFROPATÍA DIABÉTICA. Revista Hospital General Dr. Manuel Gea González. [Internet]. 2002 [Consultado 15 Mar 2022];5(1):24-32. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/h-gea/gg-2002/gg021-2c.pdf>
- Botas-Velasco M, Cervell-Rodríguez D, Rodríguez-Montalbán A. ACTUALIZACIÓN EN EL DIAGNÓSTICO, TRATAMIENTO Y PREVENCIÓN DE LA NEUROPATÍA DIABÉTICA PERIFÉRICA. Revista de Angiología [Internet]. 2017.[Consultado 15 Mar 2022];69(3):174–81. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0003317016300967>
- López-Carmona J, Ariza-Andraca C, Rodríguez-Moctezuma J. CONSTRUCCIÓN Y VALIDACIÓN INICIAL DE UN INSTRUMENTO PARA MEDIR EL ESTILO DE VIDA EN PACIENTES CON DIABETES MELLITUS TIPO 2. Salud Pública de México. [Internet]. 2003. [Consultado 15 Mar 2022];45(4):259-268. Disponible en:

<https://www.scielo.org/article/spm/2003.v45n4/259-267/#:~:text=El%20IMEVID%20es%20el%20primer,para%20el%20personal%20de%20salud>

Briones-Arteaga E. EJERCICIOS FÍSICOS EN LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE LA DIABETES MELLITUS. Revista Científica Dominio de las Ciencias. [Internet]. 2016 [Consultado 15 Mar 2022];2(1):47-57. Disponible en: [file:///C:/Users/52222/Downloads/Dialnet-EjerciciosFisicosEnLaPrevencionYControlDeLaDiabete-5802931%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/52222/Downloads/Dialnet-EjerciciosFisicosEnLaPrevencionYControlDeLaDiabete-5802931%20(1).pdf)

Camargo C, Rosa J. UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO PROGRAMA DE MAESTRIA EN ENFERMERÍA ESTILO DE VIDA DE LA PERSONA CON DIABETES MELLITUS TIPO 2 Y DE SU CUIDADOR PRIMARIO MAESTRIA EN ENFERMERÍA CON ORIENTACIÓN EN ADMINISTRACIÓN DEL CUIDADO DE ENFERMERIA PRESENTA [Internet]. www.bvsalud.org. [citado el 15 de junio de 2023]. Disponible en: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/02/980249/89cruz-camargo-juana-rosa-3a.pdf>

Sánchez C, Alberto J. Grado de conocimiento del autocuidado y estilo de vida del paciente diabético en el programa DIABETIMSS. 2020 [citado el 11 de julio de 2023]; Disponible en: <https://repositorioinstitucional.buap.mx/handle/20.500.12371/11281>

Urbán-Reyes BR, Coghlan-López JJ, Castañeda-Sánchez O. Estilo de vida y control glucémico en pacientes con Diabetes Mellitus en el primer nivel de atención. Aten Fam [Internet]. 2015 [citado el 13 de julio de 2023];22(3):68–71. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-familiar-223-articulo-estilo-vida-control-glucemico-pacientes-S1405887116300542>

Romero-Márquez RS. CALIDAD DE VIDA Y DIABETES. Rev Med Inst Mex Seguro Soc 2011; 49 (2): 125-136. Disponible en: <file:///C:/Users/HP/Documents/ARTICULOS%20PROTOCOLO/JUSTIFICACION%20ESTILO%20DE%20VIDA.pdf>