

# **IMPORTANCIA DEL APEGO AL TRATAMIENTO DE LA DIABETES E HIPERTENSIÓN ARTERIAL**

**Arellano Cobián José Fernando, Arellano García Diego Ulises, Cruz Vázquez Francisco, García Méndez Yolanda. De León Valdez Alfredo.**

*Facultad de Estudios Superiores Zaragoza. UNAM. [fesunamcobian@hotmail.com](mailto:fesunamcobian@hotmail.com).*

## **Introducción, objetivo.**

Conocer cuáles son las causas por las que la población de pacientes diabéticos e hipertensos se mantienen en descontrol metabólico, y coadyuvar al apego y seguimiento del tratamiento.

La diabetes mellitus es un problema relevante de salud pública, que presenta una mortalidad con un incremento sostenido, complicaciones muy frecuentes y variadas, un millón de nuevos casos cada 4 años en el país, los casos diagnosticados que se reportan son de más de 6 millones, afectando a los menores de 10 años en 200 mil casos, 4 millones entre los 20 y 65 años de edad, 1 millón 200 mil en pacientes de más de 65 años, además de 800 mil que ignoran padecerla, en la hipertensión arterial sistémica no contamos con cifras exactas, pero el 30% de la población la padece, entre los 20 y 69 años de edad, y del 25 al 30% en mayores de 65 años, más del 6% desarrollan insuficiencia cardíaca, aumenta el riesgo de cardiopatías, así como el aumento de enfermedades vasculares cerebrales, además de producir 7.1 millones de muertes prematuras y que una gran parte de la población ignora ser hipertensa.

## **Metodología.**

Se efectúa el estudio en un centro de salud del Estado de México elaborando un censo de pacientes diabéticos y de pacientes hipertensos con el apoyo de los expedientes, que pacientes dejaron de acudir por 3 meses o más y pacientes en descontrol metabólico, se elabora un mapeo de domicilios con el apoyo de trabajo social, elaboración de cronograma de actividades para efectuar visitas a domicilio y la aplicación de cuestionarios.

Se investigo la causa por lo que no acuden por más de 3 meses, la toma de medicamentos como se indican, si conoce o no que tipos de alimentos no debe consumir, así como los que si debe consumir, sin en la consulta se le da información clara de su enfermedad, además de sus medicamentos sigue una dieta, y se efectúa alguna actividad física, y por ultimo si asiste a grupos de auto ayuda.

## **Resultados y discusión.**

143 pacientes hipertensos, y 135 pacientes diabéticos.

No acuden por su trabajo, por falta de tiempo, los medicamentos son ingeridos ocasionalmente y no como se indican, no acuden por no contar con acompañante, por apatía, si conocen la dieta baja en sal pero ocasionalmente se apegan a la dieta, por lo regular no se practica ningún ejercicio, ya sea por alguna enfermedad, la edad, o porque su trabajo no se lo permite, no conocen alimentos que deben consumir, algunos acuden a grupos de auto ayuda y pocos cuentan con información detallada por parte de su médico.

## **Conclusiones.**

La adherencia a los tratamientos es fundamental para el bienestar de los pacientes y es un componente importante de su salud.

**Palabras clave.** Descontrol metabólico, alimentación, dieta.

## **Bibliografía.**

Salud Pública de México. Vol.43, No.3, Mayo – Junio 2010, Pag.233-236, adherencia padecimientos crónico-degenerativos. IMSS. Durango.

Panorama epidemiológico del adulto mayor, en México, en 2009. Sistema nacional de vigilancia epidemiológica. Fuente: epidemiologia sistema único de información. No.8, Vol.23.