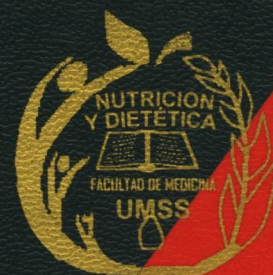




UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMÓN
FACULTAD DE MEDICINA "AURELIO MELEAN"
CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA



**"IMPLEMENTACION DE ACTIVIDADES DE ORIENTACION NUTRICIONAL
PARA UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y UNA ACTIVIDAD FÍSICA
DIARIA EN PACIENTES DIABÉTICOS TIPO 2 QUE ASISTEN AL
HOSPITAL BENIGNO SÁNCHEZ DE QUILLACOLLO, GESTIÓN 2016"**

TRABAJO DIRIGIDO PRESENTADO PARA
OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIATURA EN NUTRICION Y DIETETICA

AUTORAS: Gabriela Valdivia Trujillo

Massiel Brigitte Villarroel Romero

Supervisor Institucional: Dr. Wilson Pinto

Tutora: Dra. Sandra Orellana

COCHABAMBA – BOLIVIA

2016



UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN SIMON
FACULTAD DE MEDICINA "AURELIO MELEAN"
CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETETICA



**"IMPLEMENTACION DE ACTIVIDADES DE ORIENTACION NUTRICIONAL
PARA UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y UNA ACTIVIDAD FÍSICA
DIARIA EN PACIENTES DIABÉTICOS TIPO 2 QUE ASISTEN AL
HOSPITAL BENIGNO SÁNCHEZ DE QUILLACOLLO, GESTIÓN 2016"**

**TRABAJO DIRIGIDO PRESENTADO PARA
OBTENER EL TITULO DE
LICENCIATURA EN NUTRICION Y DIETETICA**

AUTORAS: Gabriela Valdivia Trujillo

Massiel Brigitte Villarroel Romero

Supervisor Institucional: Dr. Wilson Pinto

Tutora: Dra. Sandra Orellana

COCHABAMBA – BOLIVIA

2016

INDICE

CAPITULO I

1.1. INTRODUCCION	1
1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	2
1.3. FORMULACION DE LA PREGUNTA DE INVESTIGACION	6
1.4. JUSTIFICACION.....	6
1.5. OBJETIVOS	7
1.5.1. OBJETIVO GENERAL	7
1.5.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	7

CAPITULO II

MARCO TEORICO

2.1. ANTECEDENTES GENERALES	10
2.2. MARCO CONTEXTUAL	11
2.2.1. DESCRIPCION GEOGRAFICA DONDE SE DESARROLLA LA INVESTIGACION	11
2.2.2. DESCRIPCION DE LAS CARACTERISTICAS INSTITUCIONALES DONDE SE HACE LA INVESTIGACION.....	12
MARCO TEORICO	16
1. BARRERAS PARA LA ADHERENCIA A UN TRATAMIENTO	16
1.1. Barreras Personales	16
1.2. Barreras Sociales	16
1.3. Barreras Culturales	17
1.4. Barreras Fisiológicas.....	17
1.5. Barreras Económicas	18
1.6. Barreras del Lenguaje	18
1.7. Barreras del Entorno Familiar	18
2. ALIMENTACION SALUDABLE	18
2.1. Prestar Atención a lo que se Come	19
2.2. Alimentación Saludable Vs Dieta	19
2.3. Convertir una Alimentación Saludable en un Hábito	19
2.4. Hábitos Saludables de Alimentación.....	20

3. DIABETES MELLITUS	21
3.1. CLASIFICACIÓN DE DIABETES MELLITUS	21
4. DIABETES MELLITUS TIPO 2	22
4.1. Resistencia a la Insulina	23
4.2. Causas principales de la Diabetes Mellitus Tipo 2	24
4.3. Síntomas de la Diabetes Mellitus Tipo 2	25
4.4. Pruebas y Exámenes para diagnosticar la Diabetes Tipo 2	26
5. COMPLICACIONES MÉDICAS DE LA DIABETES MELLITUS TIPO 2	27
5.1. Hipoglucemia.....	27
5.2. Complicaciones Oftalmológicas	28
5.3. Complicaciones Renales	29
5.5. Pie Diabético.....	30
5.6. Hipertensión Arterial.....	30
5.7. Dislipidemias	31
5.8. Enfermedad Coronaria	31
5.9. Esteatosis Hepática	33
5.10. Coma Diabético.....	34
6. TRATAMIENTOS DE LA DIABETES MELLITUS TIPO 2	36
6.1. Control del Azúcar en la Sangre.....	36
6.2. Actividad Física Regular	37
6.3. Tratamiento Nutricional.....	43
6.4. Hipoglicemiantes Orales.....	53

CAPITULO III

MARCO METODOLOGICO

4.1. Enfoque de la Investigación	56
4.2. Tipo de Investigación.....	56
4.3. Universo.....	56
4.4. Muestra	56
4.5. Tipo de Muestra.....	56
4.7. Instrumentos de recolección de datos.....	57

CAPITULO IV

RESULTADOS

4.1. PRESENTACION DE RESULTADOS	59
4.2. RESULTADO DE LAS ENCUESTAS	60
4.3. ANALISIS DE LAS METAS LOGRADAS	109

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	114
--	------------

EXPERIENCIA ADQUIRIDA CON EL TRABAJO	117
--	-----

BIBLIOGRAFIA.....	120
--------------------------	------------

ANEXOS	126
---------------------	------------