

Diplomado De Profundización En Fundamentos De Salud Pública.

Propuesta de Intervención a un Problema de Salud.

Presentado a:

Magda Gioanna Cruz Suarez

Presentado por:

Iván Darío Acevedo Aguirre

Dayana Yiced Burgos Cuarán

Kelly Andrea Scarpetta Ninco

Maritza Mosquera Lasso

Grupo:

151007_4

Universidad nacional abierta y a distancia UNAD

ECISALUD

Programa académico:

Tecnología en Regencia de Farmacia

29 de noviembre de 2020

Tabla de Contenido

| | |
|--|----|
| Introducción | 3 |
| Objetivos | 3 |
| Contenido Del Trabajo | 4 |
| Contexto Del Departamento Del Chocó | 4 |
| Planteamiento Del Problema: Enfermedades No Trasmisibles La Diabetes | 5 |
| Tabla 1: Prevalencia de la Diabetes y los factores de riesgos conexos | 7 |
| Determinantes sociales de la salud influyentes en la complicación de pacientes hipertensos y diabéticos que padecen insuficiencia renal | 9 |
| Objetivo: | 9 |
| Metodología: | 9 |
| Componente estilos de vida | 11 |
| Discusión | 13 |
| Identificar y ubicar esa problemática dentro de los Objetivos de desarrollo sostenible que aplique según el consenso Del grupo | 14 |
| Identificar dentro de los determinantes sociales de la salud, cual es el impacto de estos en la problemática de salud seleccionada | 14 |
| Identificación De La Población Afectada Por La Problemática | 16 |
| Detalle Sobre Los Actores Involucrados Para Participar En La Propuesta De Intervención.. | 17 |
| Detallar La Metodología Y Actividades Que Se Realizaran Como Propuesta Para Intervenir El Problema De Salud | 19 |
| Nombre de la actividad: ¡Haga actividad física ¡Senderismo ecológico Tutunendo de Quibdó ... | 20 |
| 2. Plan De Alimentación En La Diabetes..... | 21 |
| 3. Brigadas De Salud Caminos Dorados | 23 |
| Describir Los Resultados Que Se Esperan | 25 |
| Anexos | 26 |
| Planilla De Asistencia..... | 26 |
| Borochoourt | 27 |
| Bibliografía | 28 |

Introducción

La propuesta sugerida para el municipio de Quibdó del departamento del choco, tiene un enfoque para la prevención de la diabetes con el propósito de prevenirla en grupos con diferentes grados de desventaja, consecuencia de la distribución desigual, de las condiciones de vida, que se desarrolla en un ambiente de bajos niveles socioeconómicos en las poblaciones que oscilan entre las edades de 45 a 60 años.

La primera socialización hace referencia al deporte, que adquiere especial protagonismo tanto para la prevención como el control de la misma, así los pacientes con diabetes disfrutan y hacen más llevadera la enfermedad.

La segunda socialización nos introduce y da a conocer una guía práctica de alimentos apta para diabéticos.

Objetivos

Objetivo general

Elaborar un programa para concientizar sobre la enfermedad de la diabetes, basado en la alimentación saludable, la pérdida de peso y la actividad física regular, apoyado en la adopción de medidas eficaces, de prevención y control para la población entre los 45 a 60 años de edad de la ciudad de Quibdó.

Objetivos específicos

- Identificar la población que se va a intervenir en la propuesta.
- Aconsejar a la comunidad complicaciones tardía de las enfermedades, para disminuir el mayor número de mortalidad y tener una mejor calidad de vida.
- Realizar propuesta y actividades de intervención para la comunidad

Contenido Del Trabajo

Contexto Del Departamento Del Chocó

Hablaremos un poco del departamento del Choco, este está ubicado en Colombia al noroeste, de la región pacífica de Colombia, cuenta con selvas, el río Atrato San Juan, y su capital es Quibdó.

Este departamento es el único en nuestro país como es Colombia, con costas en los océanos pacífico y atlántico y el único departamento contiguo con Panamá, alcanza parte de la costera nacional del océano pacífico, este departamento para el año 2014 tiene una población de 490.151 de habitantes, estos datos se adjuntaron en un censo del año 2005, con un porcentaje del 23.2% en Quibdó, capital del departamento del Choco y el 76.6% de los demás municipios.

Esta jurisdicción se limita de la siguiente manera: El norte, con la República de Panamá y el Mar Caribe; por el oriente con los departamentos de Antioquia, Risaralda y Valle del Cauca, por el sur con el Valle del Cauca y por el occidente con el Océano Pacífico.

Es una de las regiones más biodiversas del mundo

Cabe decir que hay un porcentaje de afro descendientes de un 82.7% en la población, un 11.9% son indígenas y el 5.4% que es el valor restante está entre mestizos y blancos.

Este departamento tiene una riqueza natural inmensa, se caracteriza por la minería, la pesca y la utilización de maderas, la temperatura promedio del departamento del Choco es de 27°C, en un clima perfecto para gozar de las costas de Capurganá, Bahía Solano y Niquí hacen parte de este repertorio de naturaleza y belleza.

Este departamento cuenta con actividades económicas principalmente de explotación forestal, intensiva y la minería, el Choco es el producto número dos en la industria de mineral en el país.

Planteamiento Del Problema: Enfermedades No Trasmisibles La Diabetes

La diabetes es una enfermedad crónica que afecta a la mayoría de personas a nivel nacional e internacional, se tiene entendido que esta enfermedad se caracteriza por los niveles altos de azúcar en la sangre en las personas, por eso es importante contar una buena medicación y diagnosticar los niveles de azúcar para así tener un buen control de la misma.

Cave explicar que existen dos tipos de diabetes, el primer tipo se conoce como la diabetes infarto juvenil, el páncreas falla en la producción de insulina, por tanto se debe aplicar esta hormona a través de inyecciones el segundo tipo es cuando el páncreas no produce suficiente insulina, como consecuencia los niveles de azúcar en la sangre aumenta, la diabetes de este tipo se ve mucho en las personas que son obesas (exceso de grasa) se presenta un aproximadamente del 85% a 90% de todos los casos

Datos

En los documentos consultados se estima que las personas con diabetes en las Américas den en el año 2012 era de 62 millones, se tiene estimado que las personas con diabetes alcanzan un total de 109 millones en 2040, en el año 2015 los gastos en salud alcanzaron un valor de 382.6 mil millones, solo en presupuesto de salud, cabe decir que para el año 2020 tendrá un aumento del 445.6 mil millones.

La diabetes debe ser controlada de lo contrario aumentara las posibilidades mortalidad prematura, con las complicaciones de enfermedades crónicas, ceguera ulceras entre otras, las personas que tienen esta enfermedad poseen el riesgo de mostrar tuberculosis, principalmente aquellas con un control glucémico deficiente.

Es recomendable a los individuos con diabetes sigan un estilo de vida saludable, como el tomar los remedios indicados, con el fin de avalar un control adecuado de la glucosa de la sangre, se recomienda hacer ejercicio 30 minutos por día y mantener un peso saludable

Estadísticas:

30-40% de personas diabéticas no diagnosticar

50% a 70% de casos en las Américas no se encuentran vigiladas

Cuál es su causa:

La diabetes tipo 1 sucede cuando el sistema inmunitario, que combate las infecciones arremete y destruye las células beta del páncreas que son las que originan la insulina.

Síntomas:

Aumento de la sed y de la micción.

Fatiga.

Falta de visión.

Bajo de peso

Falta de Apetito

Infecciones difíciles de sanar

Encías rojas e inflamadas.

Adormecimiento de pies o manos

La diabetes más mortal:

Todos los pacientes con diabetes tipo 1 pueden tender a un trastorno del metabolismo de nombre cetoacidosis, cuando el nivel de azúcar en la sangre es alto y no se produce insulina suficiente en su cuerpo.

La cetoacidosis puede ser fatal a menos que se le trate como una emergencia con hidratación e insulina.

La diabetes mellitus tipo II es una enfermedad que dura toda la vida (crónica) y se caracteriza patológicamente por los altos niveles de azúcar (glucosa) en la sangre. La diabetes mellitus tipo II se ha convertido en una gran amenaza para las personas alrededor del mundo, esta enfermedad según la organización mundial de la salud, afecta alrededor de 285 Millones de personas en el mundo, esto es el 6.6% de la población adulta del planeta.

En Colombia la Diabetes mellitus tipo II se halla entre las diez primeras causas de mortalidad, egresos hospitalarios, y consulta externa en personas con mas de 30 años.

La Asociación Colombiana de Diabetes ha estimado que a este año 2014 el 7% de la población mayor de 30 años en Colombia tiene diabetes mellitus tipo II y

según el ministerio de la protección social la cerca del 63% de los diabéticos tipo II está sin diagnosticar, por tanto, están predispuestos a complicaciones.

Entre los principales factores de riesgo están la edad, la obesidad, antecedentes familiares, malos hábitos alimenticios y el sedentarismo, los cuales analizaremos para determinar el nivel de conocimiento que se tiene de la enfermedad y como se puede prevenir a través de la modificación de estos malos hábitos.

Por ende, el problema se ha planteado como “DIABETES MELLITUS TIPO II EN ADULTOS MAYORES DE 30 AÑOS, OCASIONADA POR MALOS HÁBITOS ALIMENTICIOS Y SEDENTARISMO”, ya que las personas de esta edad por el afán del trabajo y las múltiples ocupaciones tienden a descuidar su alimentación y a volverse sedentarias, con poca actividad física.

Un 42% de estos 3,6 millones de muertes suceden en personas con menos de 70 años. La OMS (Organización mundial de la salud) dice lo siguiente

En el mundo hay 422 millones de personas con diabetes.

Más del 80% de las víctimas por diabetes se registran en países de ingresos bajos y medios. Los sucesos por diabetes poden multiplicarse por dos entre 2005 y 2030 Prevalencia de la diabetes y de los factores de riesgo conexos (A nivel nacional)

Esta estadística muestra la proporción de afectados por la diabetes y factores de riesgos conexos en la ciudad de Quibdó en el año 2016. En este año la prevalencia de esta enfermedad entre la población fue del 9,4%, con una incidencia ligeramente mayor en las mujeres y entre los principales factores de riesgo relacionados con la diabetes, destacaron el sobre peso y la obesidad, seguidos por la inactividad física.

Tabla 1: Prevalencia de la Diabetes y los factores de riesgos conexos

| | | Hombres | Mujeres | Total |
|-----------|--|---------|---------|-------|
| Diabetes | | 7.6% | 8.5% | 8.0% |
| Sobrepeso | | 53.2% | 58.3% | 55.8% |
| Obesidad | | 15.7% | 25.5% | 20.7% |

| | | | | |
|--------------------|--|-------|-------|-------|
| Inactividad Física | | 53.4% | 72.9% | 63.5% |
|--------------------|--|-------|-------|-------|

Prevalencia de la diabetes y de los factores de riesgo conexos tomado de:

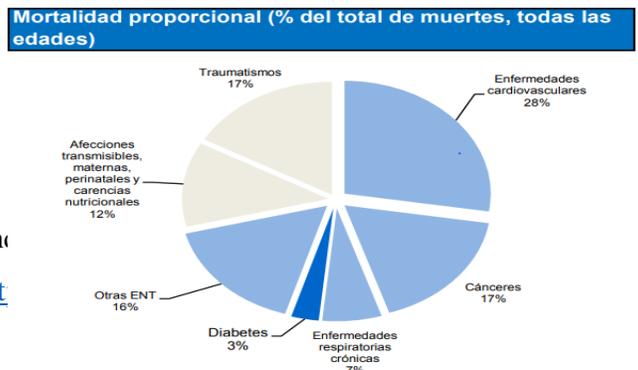
<https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2016/col-es.pdf>

EN COLOMBIA

En Colombia se reportaron para el año pasado 1.294.940 personas establecidas con diabetes y con mayor prevalencia en Bogotá, Antioquia y Valle del Cauca. En general, en el país las mujeres son las más afectadas por la enfermedad, representando el 59.54% de los casos totales.

A nivel nacional (Colombia) mueren personas por esta enfermedad DIABETES (Enfermedades no transmisibles) entre un rango de edad entre 30 a 70 años entre hombres y mujeres, teniendo en cuenta que la mayor mortalidad se presenta a personas de medio recursos económicos.

| Mortalidad | | |
|---------------------------------------|----------------|----------------|
| Número de muertes por diabetes | | |
| | <i>hombres</i> | <i>mujeres</i> |
| 30-69 años | 1 220 | 1 450 |
| 70 años o más | 1 350 | 2 030 |



Organización Mundial de la Salud

2016. Tomado de: [http://www.who.int](#)

EN CHOCO

➤ En el departamento del choco, los síntomas, signos mal definidas y otras causas en el género masculino (hombres) la mayor tasa que de enfermedades que presenta fueron las enfermedades crónicas de las vías respiratorias inferiores, la diabetes y demás enfermedades del sistema digestivo, durante esta etapa, los padecimientos respiratorias presentan una tendencia continuada al aumento, sin embargo, al finalizar el periodo aumenta la tasa de mortalidad por padecimientos del sistema urinario.

➤ En el caso de las mujeres en el departamento del choco, se dice que la tasa más alta de mortalidad por síntomas o signos mal definidos y otras causas, al comienzo del periodo, fueron las diabetes y sus enfermedades crónicas de las vías respiratorias inferiores, de analiza descenso en las tasas y aumento en embarazo, parto y puerperio

➤ En cuanto a los programas precursores, se examinó la diabetes mellitus y la hipertensión arterial, en esta forma, se tiene para el departamento del Chocó que ambas mortalidades están con prevalencia inferior a la del País, sin embargo, a través del tiempo con una propensión al aumento, si se tienen en cuenta la mortalidad del departamento con relación a estos eventos, se puede concluir que es uno de los principales causantes de problemas cardiovasculares y de mortalidades

Determinantes sociales de la salud influyentes en la complicación de pacientes hipertensos y diabéticos que padecen insuficiencia renal

Los determinantes sociales de la salud aluden al impacto que tienen sobre la salud y la enfermedad en la población diversos componentes demográficos.

Objetivo: detallar los determinantes sociales en cuestión de salud que intervienen en la dificultad de los pacientes en que padecen insuficiencias renales, pacientes con hipertensión y diabéticas

Metodología:

Se realiza un estudio de tipo descriptivo, de tal manera que se centre en lo cuantitativo.

De esta manera fluyen muchas maneras o modelos que investigan comprender la relación que hay entre los determinantes y afectación de la salud de los individuos,

entre los que sobresale el Modelo de Mark Lalonde (1974), adoptado por la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Con base a este Modelo, la Organización Mundial de la Salud (OMS) define los determinantes sociales de la salud como “las circunstancias en que las personas nacen, crecen, viven, trabajan y envejecen, incluido el sistema de salud, que permitan intervenir de manera preventiva en la detección oportuna y contribuir al control cuando ha sido diagnosticada la enfermedad, así como disminuir las complicaciones derivadas del estilo de vida, de la distribución del dinero y los recursos a nivel mundial, nacional y local, que depende a su vez de las políticas adoptadas.

El primer componente de los determinantes sociales de la salud corresponde a la Biología Humana. Los 86 pacientes que participaron en esta investigación, se ubicaron entre los 41 y 85 años de edad, (promedio 60,6 años); 46 (53,49%) hombres y 40 (46,51%) mujeres.

Tabla 1. Factores medio ambientales de vivienda de los pacientes con hipertensión y diabetes que presentan insuficiencia renal. Hospital José Antonio Socarrás en Manaure Balcón del Cesar. Enero 2017.

| VARIABLE | INDICADOR | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---|--------------------|------------|------------|
| Servicios básicos con que cuenta la vivienda | Agua potable | 85 | 98,84 |
| | Luz eléctrica | 71 | 82,56 |
| | Gas domiciliario | 71 | 82,56 |
| | Transporte público | 86 | 100,00 |
| Condiciones de infraestructura de la vivienda | Piso de tierra | 7 | 8,14 |
| | Obra negra | 30 | 34,88 |
| | Techo de zinc | 44 | 51,16 |
| | Letrina | 36 | 41,86 |

Componente ambiente socio-económico y educativo enero 2017, tomado de:

<http://www.scielo.org.co/img/revistas/rmri/v25n1//0122-0667-rmri-25-01-15-gt1.png>

Las características del entorno de vivienda son importantes en los determinantes de la salud, especialmente en aquellas que no reúnen condiciones adecuadas de habitabilidad donde la deficiencia no solo está en la infraestructura de la vivienda, sino también en los servicios básicos de saneamiento básico con que cuente, como se observa en la tabla 1.

Componente estilos de vida

Tabla 2. Factores del estilo de vida de los pacientes con hipertensión y diabetes que presentan insuficiencia renal. Hospital José Antonio Socarrás en Manaure Balcón del Cesar. Enero 2017.

| VARIABLE | INDICADOR | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-------------------|-----------------------|------------|------------|
| Hábitos adictivos | Consumo de cigarrillo | 7 | 8,14 |
| | Consumo de alcohol | 14 | 16,28 |
| | Consumo de café | 64 | 74,42 |
| | Ninguno | 14 | 16,28 |

Componente estilos de vida, enero 2017, tomado de:

<http://www.scielo.org.co/img/revistas/rmri/v25n1//0122-0667-rmri-25-01-15-gt2.jpg>

En la tabla 2 se presentan los resultados del Estilo de Vida el cual es el tercer componente, y el más importante, en los determinantes sociales de la salud para las enfermedades no transmisibles, por cuanto a pesar de las estrategias para enfrentar sus factores de riesgo, como son actividad física, ingesta de sustancias nocivas, adherencia al tratamiento, con frecuencia se presenta un efecto

Tabla 3. Adherencia al tratamiento de los pacientes con hipertensión y diabetes que presentan insuficiencia renal. Hospital José Antonio Socarras en el municipio de Manaure Balcón del Cesar. Enero 2017

| VARIABLE | INDICADOR | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|-------------------------------|-----------|------------|------------|
| Citas médicas | Cumple | 86 | 100,00 |
| | No cumple | - | - |
| | Total | 86 | 100,00 |
| Dieta alimenticia | Cumple | 50 | 58,14 |
| | No cumple | 36 | 41,86 |
| | Total | 86 | 100,00 |
| Toma oportuna de medicamentos | Cumple | 73 | 84,88 |
| | No cumple | 13 | 15,12 |
| | Total | 86 | 100,00 |
| Ejercicio físico | Cumple | 50 | 58,14 |
| | No cumple | 36 | 41,86 |
| | Total | 86 | 100,00 |

Componente servicios de salud. Enero 2017. Tomado de:

<http://www.scielo.org.co/img/revistas/rmri/v25n1//0122-0667-rmri-25-01-15-gt4.jpg>

Otra variable que se incluye dentro del componente Estilo de Vida es la adherencia al tratamiento farmacológico y no farmacológico, como se aprecia en la tabla 3, que contempla la asistencia a citas médicas, toma oportuna de medicamentos, dieta apropiada y realización de actividad física.

Tabla 4. Cumplimiento de los procesos de atención al paciente hipertenso y diabético complicado con insuficiencia renal crónica, usuario de los servicios de salud. Hospital José Antonio Socarras en el municipio de Manaure Balcón del Cesar. Enero 2017

| VARIABLE | INDICADOR | FRECUENCIA | PORCENTAJE |
|---|-----------|------------|------------|
| Citas médicas oportunas | Cumple | 86 | 100,00 |
| | No cumple | - | 0,00 |
| | Total | 86 | 100,00 |
| Análisis y procedimientos oportunos | Cumple | 86 | 100,00 |
| | No cumple | - | 0,00 |
| | Total | 86 | 100,00 |
| Entrega oportuna de medicamentos POS | Cumple | 86 | 100,00 |
| | No cumple | - | 0,00 |
| | Total | 86 | 100,00 |
| Entrega oportuna de medicamentos NO POS | Cumple | 77 | 89,53 |
| | No cumple | 9 | 10,47 |
| | Total | 86 | 100,00 |

Componente servicios de salud. Enero 2017. Tomado de:

<http://www.scielo.org.co/img/revistas/rmri/v25n1//0122-0667-rmri-25-01-15-gt4.jpg>

Asimismo, también se evaluó la incidencia de los procesos administrativos de los sistemas de salud sobre la complicación con insuficiencia renal en los

pacientes que padecen hipertensión y diabetes, usuarios de la Institución de Salud, objeto de estudio, que se muestra en la tabla 4.

El indicador donde se encontró deficiencia fue en la entrega oportuna de medicamentos NO POS, los cuales, debido a los procesos administrativos burocráticos, pueden presentar una demora, que, en algunos casos, va más allá de los 30 días, incidiendo directamente en el estado de salud de los pacientes, afectando al mismo tiempo la calidad del servicio institucional.

Discusión

La salud es resultante de la confluencia de diferentes determinantes, como son los factores individuales, económicos, sociales, medioambientales y culturales que convergen para determinar los perfiles de salud/enfermedad.

Con frecuencia, los estudios realizados sobre la salud se enfatizan solo en los factores biológicos, en menor medida en los socioculturales y muchos dejan de lado los factores medioambientales e institucionales.

La búsqueda de los determinantes sociales y su influencia en la salud aluden al impacto que tienen sobre la enfermedad en la población variables como el grupo racial o étnico, la riqueza, la educación, la ocupación, la residencia urbana o rural y las condiciones de habitabilidad o equipamientos del lugar en el que se vive o trabaja.

En cuanto a la comorbilidad entre hipertensión arterial y diabetes mellitus, varios estudios, entre ellos el de Anaya-Orozco [9], señala que la hipertensión arterial es frecuente en los diabéticos, afectando el 20-60% de la población con diabetes mellitus”, lo cual coincide con los resultados de este estudio.

Identificar y ubicar esa problemática dentro de los Objetivos de desarrollo sostenible que aplique según el consenso Del grupo

Por lo anterior este trabajo busca concientizar a las personas mayores de 30 años con problemas de salud relacionada con Diabetes mellitus tipo II a la realización de controles metabólicos para determinar niveles de glucemia en ayunas o por medio de la cuantificación de la hemoglobina glucosilada, en especial este último que ha sido considerado el mejor método para el pronóstico de complicaciones.

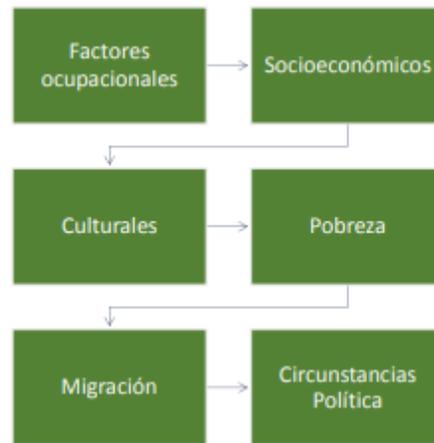
De igual forma justificamos este tema investigado para que tenga amplia difusión Ya que se requiere crear conciencia acerca de este padecimiento, al igual que Debemos conocer las consecuencias de esta enfermedad en la sociedad y el mercado de consumo que nos sometemos a diario por el consumo de alimentos que afectan nuestra salud.

Además, uno de los problemas que se presentan en las comunidades es la falta de información y conocimiento de las principales causas que puede generar la mala alimentación y sedentarismo como la diabetes tipo 2 en las personas mayores de 30 años con consecuencias graves para la salud y deterioro en el estilo de vida

Identificar dentro de los determinantes sociales de la salud, cual es el impacto de estos en la problemática de salud seleccionada

Cabe tener claro que la diabetes esta socialmente vinculada por aquellas personas de bajos recursos y también con los que tienen un bajo nivel de educación, estos están más propensos a desarrollar la diabetes.

Los determinantes sociales no está en su totalidad afrontar en la gestión de una condición crítica, como se dice ceguera siendo una barrera principal para el avance de la salud de la población como tal



Elaboración Propia

Esta problemática causa desalojamiento en el territorio, se dice que es uno de los aspectos más negativos, y que afecta principalmente en las áreas rurales, en casos como enfrentamiento son conjuntos militares y al margen de la ley según información dispuesta en el registro único de víctimas.

Esta situación tiene como consecuencia la agudización de la pobreza, el aumento del propio conflicto y problemas de salud pública generalizados.

Nivel de ingreso: los estudios dicen que la diabetes puede afectar mucho en personas con situaciones socioeconómicas cotidianas, en base a la alimentación y a la práctica de ejercicios, puede ocurrir en personas que tenga menos posibilidades de alimentarse con comidas baratas, como son las comidas rápidas, beber bebidas alcohólicas, la depresión y el estrés que ocasiona el bajo ingreso.

Nivel educacional: esta contribuye a la elección de los estilos de vida y las actividades que favorezcan la salud e cada individuo, es como adquirir nuevos conocimientos de tal manera que le vean lo bueno para sí proteger a las personas con riesgos para la salud.

La diabetes como los definitivos sociales de la salud, así como los niveles de ingreso y educacional, la labor, la accesibilidad a los servicios de salud, las dietas hipercalóricas, la pereza física, las creencias sobre la belleza, el género y la funcionalidad familiar, están profundamente relacionados y descargan un rol

preponderante, lo cual conlleva a especular, cada vez con más certeza que esta es una enfermedad social.

Identificación De La Población Afectada Por La Problemática

En el tema de las enfermedades no transmisibles y de acuerdo al ASIS del Departamento del choco, la enfermedad de la diabetes, es una de las causas y eventos que cobran las vidas en el departamento, se deben tomar medidas determinantes, sobre los factores de riesgo y calidad de vida, frente a las cuales el fraccionamiento en la respuesta y barreras de acceso a los derechos de salud exigen la adopción de un modelo de salud más resolutivo.

De acuerdo a lo anterior, se enfocará la diabetes en la población entre el rango de edad de 45 a los 60 años en la ciudad de Quibdó, de los estratos 0,1 y 2, del departamento del choco, del género femenino, teniendo cuenta el ASIS del departamento del choco, de la ciudad de Quibdó.

según las estadistas esta enfermedad presenta un porcentaje de mortalidad 0.035%, es decir 35 por cada 100.000 habitantes, esta enfermedad afecta principalmente al adulto mayor, de la comunidad afrodescendiente, estando en las primeras 20 causas de atención y en las 10 primeras causas de muerte en la ciudad.

En el año 2018 se presentaron 179 muertes del sexo femenino por diabetes en la población, menor de 60 años de edad, indica que el sobrepeso, la falta de hábitos saludables, la falta de conocimiento de los síntomas y el sedentarismo son algunos de los factores que hacen que la enfermedad sea más recurrente y su nivel de mortalidad sea más alta.

La diabetes es una de las primeras causas de mortalidad en la ciudad de Quibdó para el año 2018.

Así mismo, las cinco primeras causas de mortalidad en la ciudad de Quibdó son: enfermedades cerebrovasculares, enfermedades isquémicas del corazón, enfermedades hipertensivas, diabetes mellitus y enfermedades crónicas de vías respiratorias inferiores; con un total de 164 casos en 2015 (Tabla 1)

Tabla 1. Cincos primeras causas de mortalidad en la ciudad de Quibdó en 2015

| Orden | Enfermedades | Número de casos |
|-------|--|-----------------|
| 307 | Enfermedades cerebrovasculares | 61 |
| 303 | Enfermedades isquémicas del corazón | 50 |
| 302 | Enfermedades hipertensivas | 22 |
| 601 | Diabetes mellitus | 17 |
| 605 | Enfermedades crónicas de vías respiratorias inferiores | 14 |
| Total | | 164 |

Fuente: Secretaría de Salud del Municipio de Quibdó, 2015

Plan De Alimentación En La Diabetes Tomado De:

<https://www.geosalud.com/diabetesmellitus/fgpyramid.gif>

El 2,8% de la población de ese grupo de edad y que reside en la subregión refirió haber sido diagnosticada como diabética por un médico, (3,5% promedio nacional). El 0,9% de la población de ese grupo de edad y que reside en la subregión fue diagnosticada como diabética y consume medicamentos para el control de su enfermedad (1,8 promedio nacional).

El 0,9% de la población de ese grupo de edad y que reside en la subregión ha sido diagnosticada como diabética y ha recibido instrucción sobre ejercicios para mejorar su salud (1,6% promedio nacional).

El 0,5% de la población de ese grupo de edad y que reside en la subregión ha sido diagnosticada como diabética y ha asistido a consulta de nutrición como parte de su atención (0,8% promedio nacional).

Detalle Sobre Los Actores Involucrados Para Participar En La Propuesta De Intervención

A continuación de realizar la mención de los actores directa o indirectamente hacen parte del, diseño, desarrollo y evaluación de este proyecto

Población entre los 45 y 60 años de edad: quienes serán el enfoque del proyecto, este grupo por determinación propia y en colaboración al proyecto,

realizarán un número de actividades lúdicas y deportivas encaminadas a mejorar los hábitos alimenticios y físicos.

Se inicia 50 beneficiarios identificados con diabetes de la base de la secretaria de salud de la ciudad de Quibdó.

Secretaria de salud del municipio de Quibdó: quien es la encargada de dirigir, planificar y ejecutar, las políticas para el mejoramiento de la situación de la salud de población del municipio de Quibdó, mediante acciones en salud pública, prestación de servicio de salud y dirección del sistema general de seguridad social.

Bienestar Familiar zonal de Quibdó: Sus funciones adelantar las acciones para la implementación de las políticas, planes, programas, estrategias, proyectos, procesos y procedimientos relativos a la protección a la primera infancia, niñez y adolescencia.

Medios de comunicación (Radio) del municipio: Algunos medios de comunicación serán contactados por los integrantes del proyecto en busca de publicidad, su función consta de promocionar y fomentar la finalidad del proyecto para que en el efecto tenga mayor alcance, en lo posible en toda la comunidad.

Estudiantes del Regencia de farmacia del diplomado de profundización en salud pública: Nosotros como estudiantes de Regencia de farmacia y líderes de la propuesta de intervención en la promoción y prevención de la diabetes, Llevaremos a cabo charlas y capacitaciones que promuevan la actividad física, modificación de hábitos alimenticios, a la participación de actividades recreativas, deportivas y culturales que fortalezcan las destrezas y habilidades propias de una persona mayor sana y feliz.

Detallar La Metodología Y Actividades Que Se Realizaran Como Propuesta Para Intervenir El Problema De Salud

Una vez identificada las proporciones de diabetes en la ciudad de Quibdó del departamento del choco, en una población que oscila entre los 45 y 60 años de edad, del género femenino, propendemos a través de nuestra propuesta aumentar la concientización sobre el riesgo de la diabetes y la importancia de la prevención, generando en la población mayor conciencia que supone la diabetes.

Su aumento acelerado de las tasas de morbilidad y la forma de evitar otro tipo de enfermedades como: La obesidad, problemas del corazón, problemas cardiovasculares, enfermedad de la tiroides, Colesterol y grasas altas en la sangre (dislipidemia), Daños nerviosos (neuropatía), impotencia sexual, enfermedades renales, perdida de vista, enfermedades adrenales, problemas en la piel.

Se implementará un plan de mercadeo o divulgación para dar a conocer al grupo beneficiario de la propuesta a ejecutar.

1. Actividad deportiva a realizar:

En estas jornadas los deportes más recomendables son: caminar, correr, aeróbicos, baile deportivo y montar en bicicleta; siempre hay que tener en cuenta la historia clínica del paciente.

Los diabéticos deben llevar un registro de entrenamiento y consultar siempre con su médico antes de realizar un ejercicio de manera continua.

Al hacer ejercicio, la actividad muscular necesita utilizar gran cantidad de glucosa como combustible.

Dentro de las células musculares existe una pequeña reserva de glucosa, pero se gasta al cabo de unos cuantos minutos de actividad, para seguir con el ejercicio, se

debe recurrir a la glucosa que viaja por la sangre captándola y transportándola al interior del celular.

En el organismo, el paso de la glucosa al interior de las células necesita la intervención de la insulina. Pues bien, por una serie de mecanismos el ejercicio también permite, que una parte de la glucosa de la sangre pueda entrar en las células musculares, de este modo el ejercicio consume una gran cantidad de la glucosa de la sangre, haciendo bajar de forma rápida los niveles de glucemia

Convocatoria a las actividades propuestas:

Estas se realizarán para atender 50 beneficiarios seleccionados de manera aleatoria de la base de datos de la secretaria de salud municipal, y serán convocados, a través de llamadas vía celular y de manera personal.

Nombre de la actividad: ¡Haga actividad física ¡Senderismo ecológico Tutunendo de Quibdó; Conformado por pequeños caminos que permiten recorrer como mayor facilidad y seguridad su área determinada, el cual se encuentra enmarcado en elementos naturales como: aire, agua y tierra!



Sendero ecológico Tutunendo Quibdó tomada de: <https://choco7dias.com/wp-content/uploads/2020/09/tutunendo-sendero-ecologico-quibdo-choco.jpg>

Programación de la Actividad:

1. Apertura del evento (7:00 am) a cargo del estudiante **Iván Darío Acevedo**, saludo y presentación del prestador de servicios turísticos del concejo comunitario de Tutunendo, y del tecnólogo de enteramiento deportivo, quien dará

una charla sobre las bondades de los procesos de enteramiento en la población que padecen de diabetes; los cuales fueron facilitados por el consejo comunitario Tutunendo y la secretaria de cultura y deporte respectivamente.

2. Entrega de elementos de bioseguridad a cargo de los estudiantes: Dayana Burgos, Kelly Ninco y Maritza Lasso. (Covid 19).

3. Intervención del prestador de servicios turísticos quien dará inicio al senderismo y que contará con la participación de un delegado de la secretaria de la salud y un equipo de la cruz roja.

4. Después de un recorrido de 60 minutos realizamos un descanso de 10 minutos entregamos refrigerio: bocadillo de pan con cereales y queso (comida para diabéticos) y realizamos el proceso de hidratación.

5. En este receso se llevará a cabo la charla de 20 minutos sobre los beneficios de los deportes en la diabetes lo cual estará a cargo del entrenador deportivo.

6. Regreso al lugar destino después de un recorrido de 60 minutos.

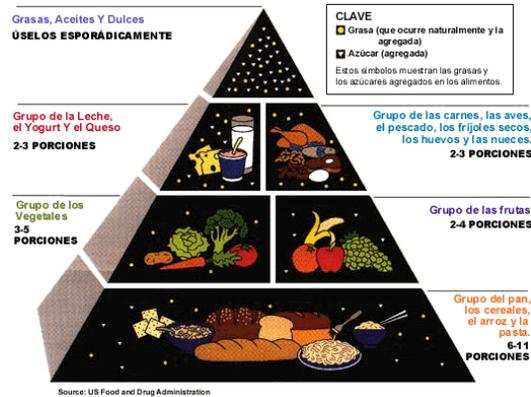
7. Entrega de refrigerios que consiste en un batido de fruta y leche (comida para diabéticos).

2. Plan De Alimentación En La Diabetes

Los niveles de azúcar en la sangre pueden ser controlados hasta cierto punto, por medio de una dieta apropiada, ejercicio y mantener un peso saludable.

Un estilo de vida saludable también ayuda a controlar o bajar la presión sanguínea y a controlar las grasas en la sangre, reduciendo el riesgo de enfermedades cardiovasculares.

Un plan de alimentación apropiado, debería incluir la repartición de comidas pequeñas a través del día para mantener los niveles de azúcar en la sangre estables.



Plan De Alimentación En La Diabetes Tomado De:

<https://www.geosalud.com/diabetesmellitus/fgpyramid.gif>

Esta pirámide está construida para demostrar una base de granos, pan, cereal y pasta (los más necesitados de nuestro cuerpo) con las grasas, los aceites y los dulces de la punta de la pirámide, demostrando que nuestros cuerpos solo necesitan una cantidad limitada de estos.

Nombre de la Actividad

Exposición nutricional para Diabéticos

Programación:

Día 27 de noviembre de 2020

Hora: 10:00 am

Lugar: Centro cultural Banco de la republica De Quibdó

1. Entrega de elementos de bioseguridad a cargo de los estudiantes: Dayana Burgos, Kelly Ninco y Maritza Lasso y registro de asistentes al evento. (Covid-19).
2. Apertura del evento a cargo: Del estudiante **Iván Darío Acevedo**.
3. Intervención de la secretaria de salud del municipio de Quibdó

4. Exposición del profesional en salud y dietética sobre el **plan semanal de alimentación en diabéticos**, donde se indica el tipo de alimentación para cada una de las comidas del día.

| | Desayuno | Comida | Merienda | Cena | Recena |
|-----------|--|--|----------------------|--|-----------------------------------|
| Lunes | LECHE 200 CC PAN 40 G ACEITE MEDIA MAÑANA FRUTA 1 PIEZA | LENTEJAS 100 G FILETE TERNERA ENSALADA FRUTA 1 PIEZA | 1 YOGUR DESNATADO | VERDURA 200 G TORTILLA FRANCESA ARROZ 80 G FRUTA 1 PIEZA | 1/2 VASO DE LECHE DESNATADA |
| Martes | LECHE 200 CC PAN 40 G ACEITE MEDIA MAÑANA FRUTA 1 PIEZA | TALLARINES 100 G SARDINAS ENSALADA FRUTA 1 PIEZA | 1 YOGUR DESNATADO | ESPINACAS 200 G FILETE TERNERA PATATA VAPOR 100 G FRUTA 1 PIEZA | 1/2 VASO DE LECHE DESNATADA |
| Miércoles | LECHE 200 CC PAN 40 G ACEITE MEDIA MAÑANA FRUTA 1 PIEZA | JUDIAS PINTAS 100 G POLLO ENSALADA FRUTA 1 PIEZA | 1 YOGUR DESNATADO | GUISANTES 100 G PESCADO FRUTA 1 PIEZA | 1/2 VASO DE LECHE DESNATADA |
| Jueves | LECHE 200 CC PAN 40 G ACEITE MEDIA MAÑANA FRUTA 1 PIEZA | VERDURA 200 G TERNERA ASADA PATATA ASADA 100 G FRUTA 1 PIEZA | 1 YOGUR DESNATADO | ACELGAS 200 G PESCADO ARROZ 80 G FRUTA 1 PIEZA | 1/2 VASO DE LECHE DESNATADA |
| Viernes | LECHE 200 CC PAN 40 G ACEITE MEDIA MAÑANA FRUTA 1 PIEZA | LENTEJAS 100 G PESCADO ENSALADA FRUTA 1 PIEZA | 1 YOGUR DESNATADO | JUDIAS VERDES 200 G TORTILLA FRANCESA ARROZ 80 G FRUTA 1 PIEZA | 1/2 VASO DE LECHE DESNATADA |
| Sábado | LECHE 200 CC PAN 40 G ACEITE MEDIA MAÑANA FRUTA 1 PIEZA | PAELLA 100 G POLLO ASADO ENSALADA FRUTA 1 PIEZA | 1 YOGUR DESNATADO | ESPINACAS 200 G PESCADO 100 G PATATA VAPOR 100 G FRUTA 1 PIEZA | 1/2 VASO DE LECHE DESNATADA |
| Domingo | LECHE 200 CC PAN 40 G ACEITE MEDIA MAÑANA FRUTA 1 PIEZA | CREMA DE ESPARRAGOS 200 G PESCADO ENSALADA FRUTA 1 PIEZA PAN 40 G | 1 YOGUR DESNATADO | ALCACHOFAS 150 G POLLO 100 G FRUTA 1 PIEZA PAN 40 G | 1/2 VASO DE LECHE DESNATADA |

Plan de Alimentación semanal, tomado

de: https://www.fundaciondiabetes.org/upload/articulos/169/Plan_semanal_1500.pdf

5. Preguntas y respuestas por parte del auditorio presente.
6. Cierre del evento a cargo del Estudiante **Iván Darío Acevedo**

3. Brigadas De Salud Caminos Dorados

Caminos dorados. Nació de un grupo de estudiantes de la universidad Nacional Abierta y Distancia Unad. Con el amor y compromiso a las personas que un día nos dieron amor, educación y hoy hace parte de esa comunidad que se siente cansada y queremos brindarle una mejor calidad de vida.

Unas de las principales causas de morbilidad de la comunidad chocoana sufren de enfermedades no trasmisibles como la diabetes. A medida que pasa los años aparecen enfermedades van asociadas y afectan la salud del paciente.

Cuando el paciente es diagnosticado habitualmente se presenta un impacto, porque se van a enfrentar a cambios.

En la ciudad de Quibdó la mayor parte de sus habitantes son personas longevas.

Como Profesionales de la salud nuestro objetivo es orientar a la comunidad brindándole calidad de vida adquiriendo comportamientos saludables mejorar el estilo de vida.

De acuerdo con esta problemática, se llevará a cabo a la comunidad de Quibdó esta propuesta, convocando la población en edades de 45 a 60 años.

Este proyecto es presentado ante la alcaldía de del municipio de Quibdó. Su objetivo es realizar una jornada de salud brindándole servicios de salud oral, medicina general, capacitación promoción y prevención enfermedades no trasmisibles Diabetes.

En esta actividad nos acompañara una profesional alimentación (Nutricionista), lo cual fue asignado por la empresa Bienestar familiar, para brindar los talleres sobre estilos de vidas saludables y la importancia de alimentarse bien.

La metodología que vamos a implementar en este proyecto (camino Dorados), es brindarle a la comunidad una brigada de salud y talleres de concientización a una vida saludable y mejorar la calidad de vida.

Donde también se le va, se va a identificar la población del municipio de Quibdó personas entre 45 a 60 años y se convocara en el parque principal, teniendo en cuenta todos los elementos de Bioseguridad (Covid-19).

Convocatoria a la Actividad:

Se realizará mediante perifoneo, invitando a la comunidad de 45 a 60 años de edad, a participar de esta actividad, lo cual se realizará el día 28,29 y 30 de

diciembre del 2020, donde será convocados por barrios aledaños. Se instalarán carteleras en los parques, postes, y principales tiendas donde se realizará la jornada.

Actividades Para Realizar:

Se va a instalar diferente stand, a medida que va llegando se van a organizar grupos de tres personas para orientarlos y pasen a la sección que vamos a brindar

- Medicina general
- Higiene oral
- Refrigerio (especialmente para diabéticos)
- Taller de nutrición, vida saludable.

La importancia de esta brigada de salud es demostrarle a la comunidad de Quibdó que el problema no es solo de cada habitante sino de todo un pueblo, esta propuesta está comprometido en mostrarle a la comunidad que con una calidad de vida su enfermedad no es un problema. En el taller de nutrición se va a concientizar a la comunidad llevar una nutrición balanceada y saludable.

Programación de la Actividad:

Se va a realizar los días 28, 29 y 30 de diciembre

- Apertura: 8:00 am
- Registro de personal (nombre, cedula, edad, temperatura)
- Palabras de bienvenida por parte de la Estudiante Maritza Lasso
- Organización paso al stand (Dayana)
- Taller de nutrición, calidad de vida, encargado por el profesional en nutrición.

Describir Los Resultados Que Se Esperan

Los resultados que se esperan los puntos mencionados, es encontrar la concientización en las personas de que la diabetes es una enfermedad traicionera, ya

que es muy silenciosa y que siempre va estar ahí, es por esto que se espera mejorar los hábitos alimenticios, disminuir el sedentarismo y aprender a identificar los síntomas de la diabetes.

Se espera también por medio de este trabajo se disminuya ese índice tan alto de mortalidad que padece la población de los 45 a 60 años en la ciudad de Quibdó, del departamento del Choco, en los estratos 0,1 y 2, y en futuras generaciones no se presenten estos índices tan elevados de diabetes en esta regio tan importante del país.

Crear conciencia en cada uno de los participantes sobre los estilos de vida saludables para prevenir y/o controlar los efectos de esta enfermedad en la población anteriormente descrita.

Anexos

Planilla De Asistencia



LISTA DE ASISTENCIA A EVENTOS INSTITUCIONALES

NOMBRE DEL EVENTO:
FECHA:

LUGAR DEL EVENTO:
COORDINADOR:

| N° | Nombres y apellidos del asistente | cargo | Sede o entidad a la que pertenece | Firma | |
|----|-----------------------------------|-------|-----------------------------------|-------|----|
| | | | | AM | PM |
| 1 | | | | | |
| 2 | | | | | |
| 3 | | | | | |
| 4 | | | | | |
| 5 | | | | | |
| 6 | | | | | |
| 7 | | | | | |
| 8 | | | | | |
| 9 | | | | | |
| 10 | | | | | |
| 11 | | | | | |
| 12 | | | | | |
| 13 | | | | | |
| 14 | | | | | |
| 15 | | | | | |
| 16 | | | | | |
| 17 | | | | | |
| 18 | | | | | |
| 19 | | | | | |
| 20 | | | | | |

Elaboración Propia

Borochourt

5 acciones
PARA PREVENIR LA DIABETES

servicios de medicina preventiva

Mantener un peso saludable

- Índice de Masa Corporal (IMC): 18 - 25.
- Perímetro Cintura Cadera (PCC): Hombres <math>< 102\text{ cm}</math>, Mujeres <math>< 88\text{ cm}</math>.
- Porcentaje de Grasa (% Grasa): Hombres <math>< 10\%</math>, Mujeres <math>< 20\%</math>.

IMC: es un nivel matemático que ayuda a medir si el peso y la talla de un individuo (kg/m²)
PCC: la medida que resulta de dividir el perímetro de la cintura de una persona por el perímetro de su cadera.

Dieta equilibrada

La dieta se refiere al consumo total diario de alimentos y bebidas, siendo que debe ser equilibrado en la relación de nutrientes que ingerimos.

- Debe cubrir los requerimientos de energía para mantener un peso saludable.
- Debe ocupar el 30% de harinas o granos.
- Debe ser el 30% de frutas y verduras, preferentemente de fuentes como papas, zanahorias, apurimayo, berenjena (de menos procesamiento), beterruga y evitar consumir los alimentos siempre como carnes, vísceras, etc.
- El resto del porcentaje deberá cubrirlo con proteínas, de fuentes magras como: pollo, pescado, huevo, res y carne preparada al horno.
- Distribuir la dieta en 5 tiempos (3 comidas y 2 meriendas).

Actividad física o ejercicio

Sea cualquier o toda aquella actividad que se hace fuera de los movimientos cotidianos hechos en casa o en el trabajo, sea aquellos donde se necesite un poco más de esfuerzo para realizarlos.

- Debe consistir de 30 minutos con una intensidad regular a la habitual.
- Rutas de ejercicio donde incluya las sesiones por grupos en días diferentes, en casa, línea recta y también, variando espacio y ritmo, etc.

Evaluación periódica de glucosa

La Diabetes se presenta típicamente durante la gestación. Cuando lo hace, es cuando la enfermedad ya está desarrollada y es difícil revertirla. Determinar cuándo debe realizarse es una decisión personal, para la cual se sugiere tomar en cuenta diversos factores como son:

- Factores genéticos.
- Su peso corporal.
- Estilo de vida (alimentación, sedentarismo, etc.).

Es importante que identifique más factores de riesgo, como: antecedentes familiares de diabetes, síndrome de ovario poliquístico, etc. Por otro lado, mantener un estilo de vida saludable puede ayudar a evitar la gestación de esta grave enfermedad.

Evitar el consumo de alcohol y tabaco

- La diabetes está asociada con un aumento de la glucosa sanguínea, ya que genera un mecanismo llamado "resistencia a la insulina".
- El alcohol en altas cantidades provoca la inflamación del páncreas y por consecuencia, la incapacidad de producir insulina.

Tener los cuidados necesarios y un estilo de vida saludable es obligatorio cuando una persona ya es Diabética.

Le invitamos a reflexionar sobre su estilo de vida y realizar las modificaciones pertinentes para evitar desarrollar esta enfermedad.

RIO Pasión y compromiso con su salud®

Cinco acciones para prevenir la diabetes, tomado de: https://www.riodm.com/wp-content/uploads/2019/08/Info_.png

Bibliografía

Actualización Análisis de Situación de Salud (ASIS) 2018 con el Modelo De los Determinantes Sociales de Salud Departamento del Chocó *SECRETARÍA DE SALUD DEPARTAMENTAL PLANEACION TERRITORIAL EN SALUD Departamento del Chocó República de Colombia* 2019. Recuperado tomado de: [file:///C:/Users/UsuarioP/AppData/Local/Temp/Rar\\$D1a4960.9960/asis-departamental-2018-Choc%C3%B3.pdf](file:///C:/Users/UsuarioP/AppData/Local/Temp/Rar$D1a4960.9960/asis-departamental-2018-Choc%C3%B3.pdf)

Análisis De La Situación De Salud Con El Modelo De Los Determinantes Sociales De Salud Municipio De Quibdó – Chocó Alcaldía Municipal De Quibdó Tomado De :[File:///C:/Users/Usuariop/Appdata/Local/Temp/Rar\\$Dia15912.45843/Asis%20quibd%C3%B3%202018.Pdf](file:///C:/Users/Usuariop/Appdata/Local/Temp/Rar$Dia15912.45843/Asis%20quibd%C3%B3%202018.Pdf)

Determinantes sociales de la salud influyentes en la complicación de pacientes hipertensos y diabéticos que padecen insuficiencia renal Revista médica Risaralda vol.25 no.1 Pereira Jan./June 2019, tomado de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0122-06672019000100015

Determinantes sociales de la salud influyentes en la complicación de pacientes hipertensos y diabéticos que padecen insuficiencia renal

Diana Sofía Baquero Pérez; Médico. Universidad del Magdalena. Santa Marta. Colombia. Hospital José Antonio Socarrás. Municipio de Manaure Balcón del Cesar

Fecha de aprobación 30/05/2019

Fecha de corrección 04/03/2019

Fecha de publicación 30/06/2019

Fecha de recepción: 01/06/2017

<http://www.scielo.org.co/pdf/rmri/v25n1/0122-0667-rmri-25-01-15.pdf>

Informe Mundial Sobre La Diabetes © Organización Mundial De La Salud 2016 , Tomado De:<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254649/9789243565255-Spa.Pdf;jsessionid=FB05AF229E8CB2E6FC1A65A72209070D?Sequence=1>

Jiménez-Barbosa Wilson Giovanni wilson.g.jimenez@utadeo.edu.co; Odontólogo, Universidad Nacional de Colombia, Bogotá, Colombia. Magíster en Administración, doctor en Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, Universidad de Manizales, Manizales, Colombia. Profesor titular de los posgrados del Área de Gestión de la Salud y la Seguridad Social, Universidad Jorge Tadeo Lozano, Bogotá, Colombia

Ministerio de Salud y Protección Social. (2016). Actores del Sistema General de Seguridad Social en Salud. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/CA/info-grafia-actores-sgss.pdf>

Mora-Sánchez María del Pilar; Psicóloga. Universidad Antonio Nariño. Sede Bucaramanga. Colombia. Fondo de Pasivo Social. Santa Marta, Magdalena
Plan De Desarrollo Del Municipio De Quibdó 2016 – 2019 “Ruta Q.... Seguimos Avanzando Hacia La Paz” tomado de:
<https://colectivoarquitectoslocales.files.wordpress.com/2016/05/pd-version-final.pdf>

Rada-Salinas Liseth; Enfermera Profesional. Universidad Metropolitana. Barranquilla. Colombia. Mi IPS. Fundación, Magdalena.

Santa María Juárez, L. (2018). Intervenciones en salud pública: bases conceptuales para la determinación de objetivos y evaluación. Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Publica. Recuperado de: <http://www.scielo.org.pe/pdf/rins/v35n2/a22v35n2.pdf>.