



**UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO**

**Colegio de Comunicación y Artes Contemporáneas**

**Moldea tu vida, Evita la DIABTES: campaña comunicacional de  
prevención y educación de la diabetes.**

**María Paz Laso Pinto**

**Gabriela Falconí, M.A., Directora de Tesis**

Tesis de grado presentada como requisito  
para la obtención del título de Licenciada en Comunicación y  
Relaciones Públicas

Quito, diciembre 2014

Universidad San Francisco de Quito  
Colegio de Comunicación y Artes Contemporáneas

**HOJA DE APROBACIÓN DE TESIS**

**Moldea tu vida, Evita la DIABTES: campaña comunicacional de  
prevención y educación de la diabetes.**

María Paz Laso Pinto

Gabriela Falconí, M.A.  
Directora de Tesis \_\_\_\_\_

Hugo Burgos, Ph.D.  
Decano del Colegio de Comunicación  
y Artes Contemporáneas \_\_\_\_\_

Quito, diciembre 2014

## © DERECHOS DE AUTOR

Por medio del presente documento certifico que he leído la Política de Propiedad Intelectual de la Universidad San Francisco de Quito y estoy de acuerdo con su contenido, por lo que los derechos de propiedad intelectual del presente trabajo de investigación quedan sujetos a lo dispuesto en la Política.

Asimismo, autorizo a la USFQ para que realice la digitalización y publicación de este trabajo de investigación en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Firma:

-----

Nombre: María Paz Laso

C. I.: 1720028727

Lugar: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

**DEDICATORIA**

A todas las familias que han perdido a seres queridos con diabetes.

Pero sobretodo, a las futuras generaciones que cada día se sumergen más en la globalización.

Por ese angelito que ahora nos cuida desde el cielo, José Antonio Laso

## AGRADECIMIENTOS

A lo largo de mi vida he conocido increíbles personas que han me han aportado para ser quien soy ahora, pero en cuatro años de universidad conocí personas que tienen la misma pasión que yo, que están conmigo en el mismo camino. Por eso quiero agradecer a todos esas personas, profesores y amigas, que han sido el pilar para llegar a terminar esta gran etapa de vida.

Gracias Gabriela Falconí por ser la increíble mentora de este camino y gracias Santi Castellanos por compartir tanta sabiduría con todos tus alumnos.

Por otro lado quiero agradecer a la mejor amiga y compañera de estos cuatro años, gracias Maria José Bueno por estar siempre a mi lado. Te convertiste en la luz de mis días y en el soporte para cumplir mis sueños.

Quiero agradecer a mis padres que han sido parte indispensable de este crecimiento profesional, gracias por ser mis ganas de seguir adelante cada día y a mis hermanos que son el mejor ejemplo y guía de vida.

Pero sobretodo gracias a Dios por bendecirme con todas estas personas en mi vida.

## RESUMEN

La diabetes es cuando el organismo no produce suficiente insulina o no puede usarla con normalidad. La insulina es la hormona producida por el páncreas y se encarga de mantener la cantidad necesaria de azúcar en la sangre. Esta enfermedad siempre ha estado presente en la humanidad. Con el descubrimiento de la insulina en 1920, y su aplicación para tratar la diabetes en 1923 se han desencadenado un sin número de tratamientos y dietas para llevar una buena vida.

Sin embargo, todavía no existe una cura para la diabetes por lo que es urgente la necesidad de concientizar y educar a la población joven sobre la importancia de una buena alimentación, mantener una vida activa, comer en porciones pequeñas, evitar el tabaco y el alcohol y sobretodo evitar los excesos.

El 10% de la población mundial padece diabetes, es decir 358 millones de personas, y se estima que en el 2035 la cifra subirá a 592 millones. En el Ecuador el 6% de la población tiene esta enfermedad y le cuesta más al gobierno tratar a estos pacientes que realizar campañas para prevenir la diabetes . Por lo tanto esta información y los datos recopilados han sido la base para el desarrollo de una campaña que se enfoca en la prevención y educación de esta enfermedad y tiene como fin moldear la vida de las futuras generaciones de nuestro país.

Palabras clave: diabetes, insulina, salud, prevención, educación.

## ABSTRACT

Diabetes is when the organism doesn't produce enough insulin or can not use it normally. Insulin is the hormone produced by the pancreas and is responsible for maintaining the necessary amount of sugar in the blood. This disease has always been present in humanity. With the discovery of insulin in 1920, and its application to treat diabetes in 1923 have triggered a number of treatments and diets to lead a good life.

However, there is still no cure for diabetes so it is urgent to raise awareness and educate young people about the importance of good nutrition maintain an active lifestyle, eating smaller portions, avoid smoking and alcohol and especially avoid excesses.

10 % of the world population suffers from diabetes, that is 358 million people struggling with this disease everyday. It is estimates that in 2035 the figure will rise to 592 million. In Ecuador 6% of the population has diabetes and it costs the government more to treat these patients than to make prevention campaigns. Therefore this information and the data collected have been the basis for developing a campaign that focuses on prevention and education of the disease and aims to shape the lives of future generations of our country.

Key words: diabetes, insulin, prevention, education, health.



## TABLA DE CONTENIDO

<b>Dedicatoria .....</b>	<b>6</b>
<b>Agradecimientos.....</b>	<b>6</b>
<b>Resumen .....</b>	<b>7</b>
<b>Tabla de contenido .....</b>	<b>9</b>
<b>Introducción.....</b>	<b>11</b>
<b>Antecedentes.....</b>	<b>11</b>
<b>Planteamiento del Problema .....</b>	<b>11</b>
<b>Hipótesis.....</b>	<b>12</b>
<b>Pregunta de investigación .....</b>	<b>12</b>
<b>Contexto y marco teórico .....</b>	<b>12</b>
<b>Propósito de estudio.....</b>	<b>12</b>
<b>Definición de términos .....</b>	<b>13</b>
<b>Revisión de la literatura .....</b>	<b>14</b>
<b>Géneros de literatura incluidos en la revisión .....</b>	<b>14</b>
<b>Pasos en el proceso de revisión de la literatura .....</b>	<b>14</b>
<b>Marco Teorico.....</b>	<b>15</b>
<b>Definición y tipos .....</b>	<b>19</b>
<b>Estadísticas a nivel mundial .....</b>	<b>22</b>
<b>Modelos de campañas.....</b>	<b>26</b>
<b>Situación actual en el Ecuador .....</b>	<b>32</b>
<b>Ejecución práctica de la investigación.....</b>	<b>41</b>
<b>Tema.....</b>	<b>41</b>
<b>Justificación.....</b>	<b>41</b>
<b>Publico Objetivo .....</b>	<b>42</b>
<b>Nombre y slogan .....</b>	<b>42</b>
<b>Logo.....</b>	<b>42</b>

<b>Objetivo general .....</b>	<b>43</b>
<b>Objetivos especificos.....</b>	<b>43</b>
<b>Produccion Campaña.....</b>	<b>43</b>
<b>Piezas comunicacionales.....</b>	<b>43</b>
<b>Producto.....</b>	<b>46</b>
<b>Actividades Comunicacionales.....</b>	<b>47</b>
<b>BTL.....</b>	<b>47</b>
<b>Activismo.....</b>	<b>49</b>
<b>Evento.....</b>	<b>52</b>
<b>Medios Digitales.....</b>	<b>55</b>
<b>Cuña de Radio.....</b>	<b>56</b>
<b>Vocero.....</b>	<b>57</b>
<b>Medios.....</b>	<b>58</b>
<b>Conclusiones y recomendaciones .....</b>	<b>59</b>
<b>Bibliografía .....</b>	<b>61</b>
<b>ANEXOS: .....</b>	<b>64</b>

## INTRODUCCIÓN

La investigación se basa en analizar la diabetes mellitus, sus estadísticas, métodos de prevención y acciones que se han tomado a nivel nacional e internacional.

Durante la investigación se pudo identificar los altos índices de diabetes en el mundo, por esta razón es necesario enfocarse en prevenir esta enfermedad para que las futuras generaciones crezcan manteniendo una vida saludable y no se vean afectadas por el sedentarismo. La campaña “*Moldea tu Vida, Evita la DIABETES*” se focaliza en la necesidad enseñar a los niños, jóvenes y padres de familia la importancia de comer sano y medir las porciones a la hora de comer. La falta de políticas y leyes gubernamentales ha hecho que este problema sea cada vez más grande. Es urgente la necesidad de tomar control sobre esta temática.

### **Antecedentes**

La globalización y la industria alimentaria han creado una “necesidad innecesaria” de consumir alimentos que no son buenos para nuestra salud. El consumo en exceso de grasas, carbohidratos, azúcares y cualquier tipo de alimento son un gran daño para el organismo y causa principal de la diabetes.

Después de evidenciar los dos tipos de diabetes en mi entorno familiar y de conocer muchos casos de muerte por diabetes. Me vi interesada en tratar este tema y mostrar su importancia ante los ojos de la humanidad.

### **Planteamiento del Problema**

La diabetes es una enfermedad crónica no transmisible que afecta al 10% de la población mundial y se estima que en el 2035 está aumentando en un 55%. En el Ecuador

existen fundaciones que brindan ayuda a las personas con diabetes, sin embargo no existe una regulación gubernamental que defienda los derechos de una persona con esta enfermedad. En el Ecuador, una persona que gana el sueldo básico no puede pagar todos los costos que implica la diabetes, por lo tanto se ha vuelto la primera causa de muerte en nuestro país.

### **Hipótesis**

No existen modelos de prevención de la diabetes, por esta razón esta enfermedad es la primera causa de muerte en el Ecuador. Si el gobierno se preocupara más de la diabetes y de su prevención, no existirían tanta muertes.

### **Pregunta de investigación**

¿Está la población ecuatoriana consciente de la importancia de llevar una vida saludable para prevenir la diabetes?

### **Contexto y marco teórico**

Esta investigación se sustenta en información médica especializada en diabetes y nutrición. De igual manera también se respalda en datos estadísticos de las entidades más importantes de salud en el mundo y el Ecuador.

### **El propósito del estudio.**

De acuerdo a la investigación realizada a nivel nacional e internacional, pude determinar que la diabetes tipo 1 y tipo 2 se puede tratar y prevenir respectivamente si se tiene los recursos económicos necesarios ya que esta enfermedad, considerada la primera causa de muerte en el Ecuador, requiere de costosos insumos para su tratamiento. También es importante mencionar que no solo se ve afectada la persona con diabetes, sino toda su familia. Adicionalmente, concluí que si bien existen algunas fundaciones y de cierto modo

se ayuda a los pacientes con diabetes, no está tomada en cuenta en su totalidad como debería ser. Por estas razones, he visto la necesidad de realizar esta campaña educativa e informativa de prevención y tratamiento de la diabetes, de esta manera se puede evitar que existan más casos de diabetes.

### **Definición de términos**

**Diabetes:** es cuando el organismo no produce suficiente insulina o no puede usarla con normalidad.

**Insulina:** es la hormona producida por el páncreas y se encarga de mantener la cantidad necesaria de azúcar en la sangre.

## **REVISIÓN DE LA LITERATURA**

### **Géneros de literatura incluidos en la revisión**

#### **Fuentes.**

La literatura utilizada para la realización de esta investigación fueron libros médicos y documentos académicos, información de campañas realizadas a nivel internacional y documentos estadísticos de carácter gubernamental.

### **Pasos en el proceso de revisión de la literatura**

Se recibieron sugerencias de expertos en la diabetes y se buscaron palabras claves en bases de datos e internet.

## MARCO TEORICO

La primera referencia de la diabetes en la historia es el papiro Ebers, un documento del antiguo Egipto encontrado por Edwin Smith y traducido por el arqueólogo alemán George Ebers en 1873, a quien se debe su nombre. Este papiro fue redactado alrededor del año 1500 antes de la era Cristiana y es uno de los documentos más extensos de la época en el que consta todo lo que se sabía o se creía de las diferentes ramas de la medicina. En él se describe una enfermedad en la que el enfermo adelgaza, tiene hambre y sed excesiva, orina en abundancia y siente fatiga. (Sánchez, 2007)

Aproximadamente 10 siglos más tarde, en las culturas orientales, se encontró en la India el libro de Ayur Veda Susruta, un referente de la ciencia en el que se describe una extraña enfermedad que se daba en las personas adineradas que comían muchos dulces y arroz, además tenían la orina pegajosa con sabor a miel. Susruta, el padre de la medicina hindú, la denominó como “la enfermedad de los ricos”, incluso hizo referencia a distintos tipos de esta enfermedad, la que se daba en los jóvenes y terminada en muerte y otra que empezaba a avanzada edad. Susruta también nota que esta se daba en varios miembros de una misma familia. (Sánchez, 2007)

El término diabetes nace en el siglo III a.C. No se sabe con exactitud quien es el autor de la palabra sin embargo se lo atribuye a dos autores, Apolonio de Menfis y a Areteo de Capadocia, médico turco nacido un siglo después de Menfis. Diabetes viene del griego y significa “pasada a través de” o sifón. Con esto se refería que el agua no se quedaba dentro de la persona por la necesidad de orinar frecuentemente. (Sánchez, 2007)

Más tarde, en la época del Imperio Romano se destaca Celso, quien posiblemente

era médico, escribió 8 libros “De Medicina”, de acuerdo a esto, fue el primero en aconsejar ejercicio físico para el tratamiento de diabetes. También es importante mencionar a Galeano ya que fue quién se dio cuenta que esta enfermedad se debía a un fallo en el riñón que no podía retener la orina. Pablo de Aegina indagó más en el tema de la diabetes relacionada a un problema de riñón en el cual este se debilitaba por exceso de orina, lo que conducía a la deshidratación. Esta idea permaneció en el diagnóstico médico durante siglos. (Witters, et.al., 2008)

En los siglos siguientes no se encuentran referencias médicas a esta enfermedad, hasta el siglo XI en el que Avicena, científico y médico musulmán, describe detalladamente a la diabetes en su Canon de la Medicina, una enciclopedia médica considerada uno de los libros más importantes en la historia de la medicina que hasta la actualidad se lo sigue usando como base en las universidades de California y Yale. (Garde) Tras algunos siglos, en 1679, el británico Thomas Willis, científico especializado en la anatomía del cerebro, hizo un estudio en siglo XVII siendo la primera referencia del nombre “diabetes mellitus”. Mellitus significa miel y se refiere a la melosidad y sabor de la orina del enfermo. Desde su estudio magistral de diabetes, esta enfermedad queda constituida como clínica. (Sánchez, 2007)

Más tarde, en el mismo siglo se destaca Tomas Syderham, doctorado en la Universidad de Cambridge, quién especuló que la Diabetes Mellitus era una enfermedad de la sangre en la que se presentaba una digestión defectuosa, por la tanto parte del alimento debía ser eliminado en la orina. (Witters, et.al., 2008)

Sin embargo, alrededor de 100 años más tarde, el médico inglés de la Universidad de Liverpool, Mathew Dobson hizo estudios en pacientes por primera vez. En este grupo de pacientes notó que estos tenían azúcar en la sangre y en la orina. Para Dobson, el azúcar



se formaba en la orina y en la sangre por defectos de la digestión. (Witters, et.al., 2008)

Según un estudio de tres estudiantes de medicina de la Universidad de Dartmouth, una de las instituciones más prestigiosas de Estados Unidos, y su profesor de medicina y bioquímica, Lee Witters, , en 1779, se realizó la primera autopsia de un enfermo con diabetes. La realizó el británico Thomas Cawley y observó irregularidades en el páncreas, siendo esta la primera información fundamentada de la relación entre la diabetes y el páncreas. Pocos años más tarde, el médico inglés, John Rollo, publicó sus estudios sobre la diabetes y propuso una dieta baja en carbohidratos y alta en carne. Esta era la primera vez que alguien relacionaba la diabetes con la alimentación. Con esto Rollo distinguió que se reducía el azúcar en la sangre y los síntomas disminuían en algunos casos. El reconocimiento del rol de la obesidad en el desarrollo de 2 tipos de diabetes, y una dieta adecuada, fueron clave para revelar el misterio de esta enfermedad. (2008)

Pasaron 92 años para el siguiente paso importante en la historia de la diabetes. En el siglo XIX se hicieron un sinnúmero de pruebas en animales, en una de estas Paul Langerhans, patólogo alemán, descubre islotes con células dispersas en el páncreas de un mono, siendo una estructura diferente y con función desconocida. Por 20 años no se supo la función de estas células dispersas, hasta que 1889 Oscar Minkowsky y Joseph Von Mering, fisiólogos de la Universidad de Estrasburgo, retiraron el páncreas de un mono para poder ver la función de este en su ausencia. Descubrieron que el mono tenía los mismos síntomas que una persona con diabetes y su orina contenía mucha azúcar. Mediante el mismo tratamiento a algunos animales, concluyeron que la ausencia del páncreas produce una diabetes muy grave que lleva a la muerte en poco tiempo. Con esta investigación se dan cuenta que una sustancia producida en los islotes era indispensable para regular el azúcar en el cuerpo, a esta la llamaron Insulina. (Witters, et.al., 2008)

Años más tarde en 1914, el Doctor Frederick Allen recetaba dietas bajas en calorías, alrededor de 450 calorías al día, esto prolongaba la vida de los pacientes sin embargo los mantenía débiles y hambrientos. El descubrimiento de Allen desencadenó una serie de tratamientos de dietas, pero los enfermos seguían muriendo. (Sánchez, 2007)

A Mering y Minkowsky se les atribuye el descubrimiento de la insulina, sin embargo no es hasta 1920 que los canadienses Frederick Banting y Charles Best descubren su aplicación para controlar la diabetes y ganan el Premio Nobel de Medicina en 1923. Un año después de este descubrimiento se hizo la primera aplicación en humanos, un joven de 14 años recibió la medicina que lo mejoró y lo permitió vivir 13 años más. A partir de esto el Doctor Rossend Carrasco se encargó de esparcir la insulina por Europa y por ende el resto del mundo. (Witters, et.al., 2008)

En un breve recuento, los puntos más importantes de la diabetes son cuando esta enfermedad se establece como clínica en el año 1679 gracias a la descripción magistral de Thomas Willis. Continúa con John Rollo en 1789, reconoce la importancia de la alimentación en la diabetes. Establece dietas altas en carnes y bajas en carbohidratos. El siguiente punto importante es el descubrimiento de la insulina en 1920 por parte de Frederick Banting y Charles Best, con el cual logran salvar la vida de los diabéticos. Algunos años más tarde, en 1996 Jak Jervel, diabetólogo con más de 35 años de experiencia y Presidente de la Federación Internacional de Diabetes en ese entonces, habla de la importancia de la educación sobre diabetes,

*me he dado cuenta con toda claridad de una cosa: es necesario educar a todas las personas con respecto a la diabetes, porque el costo de la ignorancia es muy alto, por ignorancia e indiferencia muchas personas mueren a causa de diabetes no*

*diagnosticada o por falta de insulina.... La educación es el medio para disminuir el costo de la ignorancia, no solo en beneficio de los diabéticos, sino de la sociedad en su totalidad. (Jervell, 1996)*

Después de una detallada historia de esta enfermedad, se va a conocer su definición y los tipos de diabetes existentes. La diabetes es una enfermedad crónica que según la Organización Mundial de la Salud (OMS) será la séptima causa de muerte en el año 2030. En algunos casos la diabetes es hereditaria, pero en otros se produce por la mala alimentación.

Según la OMS, esta enfermedad afecta a un 6% de la población mundial, es decir hay más de 347 millones de personas con diabetes, y afecta en su mayoría a personas de mayor edad. Por encima de los 70 años la padece el 15% de las personas aproximadamente. Por otro lado, el 80% de las muertes por esta enfermedad se registran en países de escasos recursos económicos.

Para poder comprender la vida de una persona con diabetes y concientizar a quienes son propensos, primero es importante conocer todo sobre esta enfermedad.

## **Definición**

Según la Federación Internacional de Diabetes, entidad que ha liderado la comunidad de diabetes en el mundo desde 1950 y que trabaja con más de 230 asociaciones en 170 países, explica esta enfermedad diciendo que el organismo no produce suficiente insulina o no puede usarla con normalidad. La insulina es la hormona producida por el páncreas y se encarga de mantener la cantidad necesaria de azúcar en la sangre. Esta permite que la glucosa de la comida pase a las células del organismo para convertirse en energía y permitir el funcionamiento de los músculos y tejidos, o la almacena hasta que el

cuerpo requiera de ella. Por lo tanto, en una persona con diabetes la sangre tiene una cantidad excesiva de glucosa, también conocido como hiperglucemia. Con el paso del tiempo esto daña los tejidos y la salud se deteriora drásticamente. (2013)

Como se mencionó anteriormente en los datos históricos, los científicos Frederick Banting y Charles Best son quienes dieron vida y esperanza a las personas con diabetes tipo 1 que necesitan la aplicación de insulina todos los días, ya que descubrieron como producir esta hormona en 1920. (IDF, 2013 )

Existen tres tipos de diabetes, estas son: diabetes tipo 1, diabetes tipo 2 y diabetes mellitus gestacional, las cuales serán explicadas a continuación.

El primer tipo de diabetes, Diabetes tipo 1, también es conocida como insulino dependiente, diabetes juvenil o de inicio en la infancia. Como dicen sus nombres alternos, este tipo aparece en la infancia, sin embargo si puede aparecer a otras edades. En la diabetes tipo 1, el afectado no produce insulina suficiente por lo que debe utilizar esta hormona todos los días, usualmente antes de cada comida. (IDF)

Se desconoce la causa exacta de este tipo de diabetes, sin embargo se la relaciona con factores genéticos, autoinmunes y ambientales. No se puede prevenir con los estudios realizados hasta la actualidad, además esta suele aparecer de manera inesperada y brusca. (OMS)

Algunos de los síntomas de la diabetes tipo 1 son: pérdida brusca de peso, sed excesiva, hambre constante, fatiga, frecuencia en orinar, heridas difíciles de sanar y muchas veces vista borrosa.

El segundo tipo de diabetes es Diabetes tipo 2 o no insulino dependiente de inicio en la edad adulta. La diabetes tipo 2 puede aparecer en cualquier edad, sin embargo lo más

común es su aparición en la edad adulta, pasados los 40 años. A medida que aumenta la edad, también aumenta el riesgo de sufrir de diabetes tipo 2, además está estrechamente relacionado con la genética.

El 90% de los casos de diabetes pertenecen a este tipo y su causa principal es la falta de ejercicio y sobrepeso, por lo que el 80% de los afectados tiene obesidad. Los síntomas de este tipo de diabetes son muy similares al de tipo 1 pero suelen ser menos intensos, a consecuencia de esto solo se la puede diagnosticar después de muchos años de evolución, cuando se presentan complicaciones.(IDF)

La diabetes tipo 2 es totalmente prevenible, es importante tener una alimentación regulada sin muchas grasas y azúcares. También es importante mantener activo al cuerpo ya que el sedentarismo acelera el envejecimiento de los órganos. Por otro lado, un factor muy importante es el consumo de tabaco, que muchas veces no se lo toma en cuenta como una causa. (OMS)

El tercer tipo de diabetes es la Diabetes Gestacional. Esta se desarrolla durante el embarazo, generalmente cuando este se encuentra en la mitad. La causa principal es que las hormonas producidas en el embarazo bloquean el trabajo de la insulina y se concentra mucha glucosa en la sangre. Por lo tanto, después del parto la mujer vuelve a la normalidad. (MedlinePlus)

Generalmente se presentan síntomas suaves o no los hay. Algunos de ellos son: visión borrosa, cansancio, sed, náuseas y pérdida de peso a pesar del aumento de apetito.

Después de que la madre es diagnosticada, es importante el monitoreo de ella y del bebé. Además la afectada debe cambiar su manera de comer y hacer una dieta saludable para balancear su azúcar.

A pesar de que la producción de insulina de la madre vuelve a la normalidad después del parto, si no existe una debida revisión después del embarazo, puede desarrollar diabetes después de 5 a 10 años. (MedlinePlus)

Cualquier tipo de diabetes puede terminar en graves problemas, ya que si no se la trata de manera adecuada, conduce a enfermedades igual o más graves que la misma diabetes. Entre estas están enfermedades cardiovasculares, neurológicas, retinopatía que afecta la vista y puede terminar en ceguera, o nefropatía que afecta el riñón, pie diabético e impotencia sexual.

Son tres los tratamientos fundamentales para la diabetes: buena alimentación, ejercicio y medicamentos. Estos tienen como objetivo mantener balanceados los niveles de glucosa en la sangre. En la diabetes tipo 2 no siempre son necesarios los medicamentos, sin embargo si es necesario una terapia con insulina regularmente y dependiendo del nivel de enfermedad, muchas veces estos pacientes utilizan medicamentos de tipo oral. (IDF)

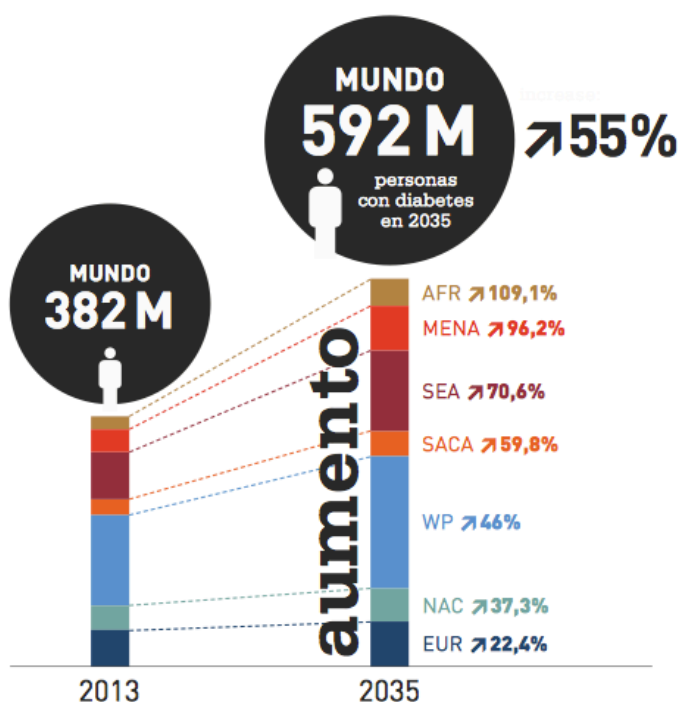
Por otro lado, las personas con diabetes tipo 1 requieren de insulina algunas veces al día ya que el páncreas no produce esta hormona en lo absoluto. La insulina se la administra a través de inyecciones en distintas partes del cuerpo donde hay grasa. Las cantidades de esta hormona utilizada cada día varían de acuerdo a la cantidad y tipo de alimentos ingeridos y la actividad física realizada.

### **Estadísticas a nivel mundial**

Una vez que el contexto de la diabetes está completamente claro y que se tiene la información suficiente, se puede proceder a conocer estadísticas que muestren la realidad de esta enfermedad en el mundo, además de campañas que se han utilizado para su

prevención y educación en cuanto a la alimentación y uso de medicamentos.

En la sexta edición del Atlas de la Diabetes realizado por la Federación Internacional de Diabetes en el 2013, indica que hay 382 millones de personas con diabetes en el mundo y este número crecerá a 592 millones en 25 años. Actualmente hay 175 millones de casos no diagnosticados, una de las mayores problemáticas de esta enfermedad. El crecimiento de estas cifras en países de ingresos medios y bajos es alarmante y se podría convertir en una amenaza para el desarrollo mundial. Un gran porcentaje de los 382 millones de personas con diabetes se ubican entre los 40 y 59 años, de los cuales el 80% proceden de países con ingresos medio y bajos. (FID)



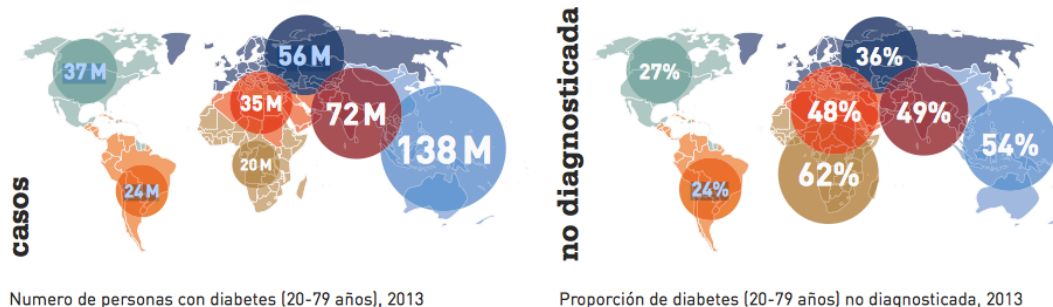
Por otro lado, en el caso de las mujeres embarazadas no suelen presentar síntomas fuertes por lo que no detectan la presencia de la enfermedad. Esto afecta a los bebés, de los cuales muchos no llegan a nacer. En el 2013 17% de los bebés tuvieron complicaciones en el embarazo.

Adicionalmente a esto, la diabetes tiene costos muy altos, humanos sociales y económicos, sin importar el país. Esta enfermedad causa 5.1 millones de muertes y ha habido un gasto de 548. 000 millones de dólares en salud y tratamientos de los afectados, lo que representa un 11% del gasto total en el mundo.

Como se menciono anteriormente uno de las problemáticas más grande de la diabetes es que no es diagnosticada, esto lleva a que en todos los países las personas de bajos recursos económicos sean los más afectadas. En las zonas rurales se ha vuelto una epidemia, siendo las comunidades indígenas las más vulnerables. (FID)

Todas las regiones del mundo se ven afectadas por los tipos de diabetes, sin embargo unas más que otras. El Pacífico occidental es la región más afectada y el África es el continente con menos casos de diabetes debido al alto índice de pobreza que existe en esta región. En el primer cuadro se observa el número de personas con diabetes en cada región, y en el segundo cuadro se muestra el numero de casos no diagnosticados. (FID)





En el siguiente cuadro se puede ver el crecimiento exponencial de casos de diabetes que tendrá cada región. Como se puede ver África, el Oriente Medio y el Sudeste Asiático son los más afectados debido al desarrollo económico existente en estos continentes. Esto ha provocado más obesidad y por lo tanto más casos de diabetes. Sin embargo siguen sin tener los recursos necesarios para cubrir todos los gastos que implica esta enfermedad.

(FID)

REGIÓN DE LA FID	2013 MILLIONES	2035 MILLIONES	AUMENTO %
África	19,8	41,4	109%
Oriente Medio y Norte de África	34,6	67,9	96%
Sudeste Asiático	72,1	123	71%
América Central y del Sur	24,1	38,5	60%
Pacífico Occidental	138,2	201,8	46%
América del Norte y Caribe	36,7	50,4	37%
Europa	56,3	68,9	22%
<b>Mundo</b>	<b>381,8</b>	<b>591,9</b>	<b>55%</b>

Después de conocer la historia, la enfermedad y estadísticas alrededor del mundo, es oportuno analizar campañas que se han usado para combatir y prevenir la diabetes.

La FDI ha tenido muchos avances muy importantes para la diabetes. Logró la resolución de la ONU en la que se plantea el Día Mundial de la Diabetes en el 2006 y ha trabajado con muchas fundaciones.

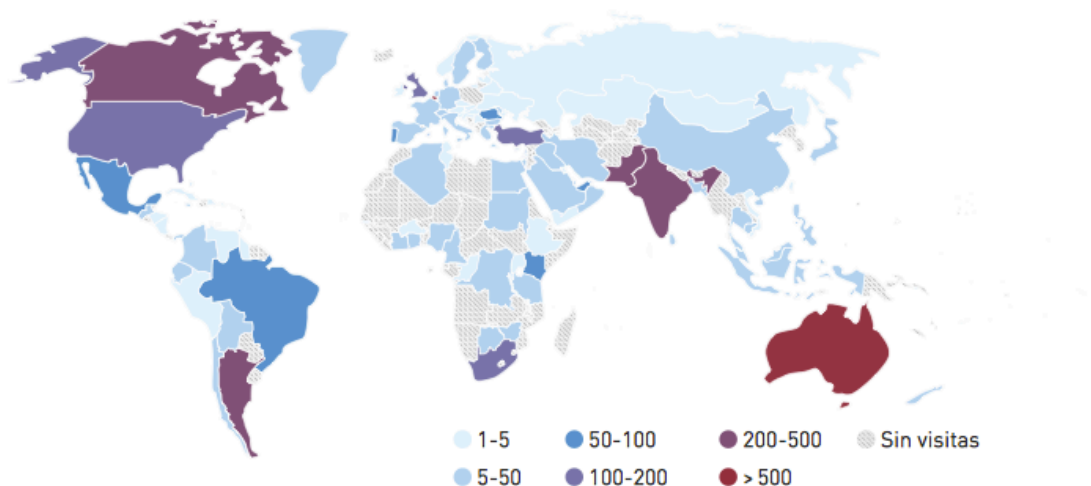
Como la diabetes ya estaba posicionada como una enfermedad que puede ser controlada mediante la insulina y regulada mediante la buena alimentación, las organizaciones para el cuidado de la misma trabajan para que las personas que padecen diabetes sean educadas en cuanto al manejo diario de la enfermedad.

Como se mencionó anteriormente, la Federación Internacional de diabetes busca cumplir sus objetivos para lo que trabaja en la prevención y educación de esta enfermedad y busca influir en el medio de la política de salud mundial.

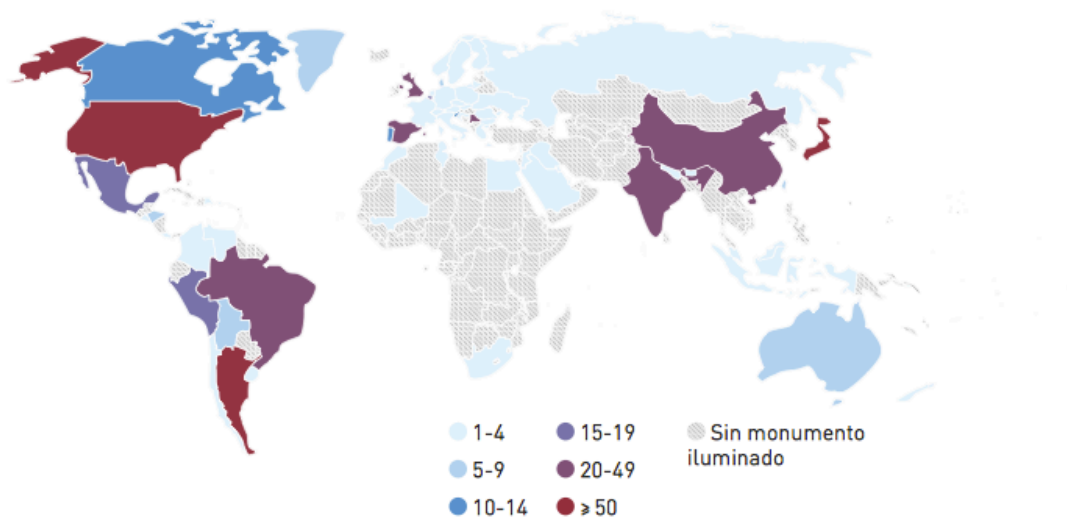
### **Modelos de Campañas a nivel internacional**

La FID ha trabajado con algunas campañas, las cuales se mostrarán como ejemplo a continuación.

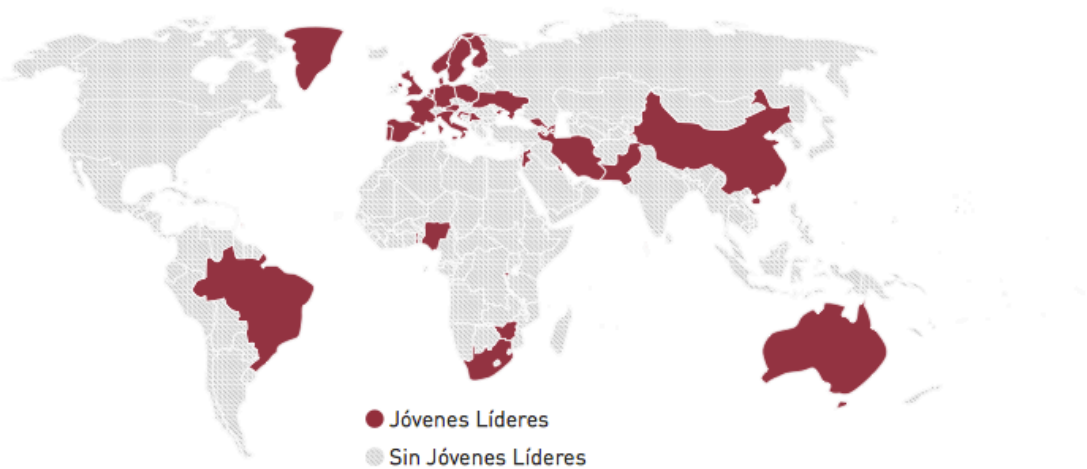
Una de ellas se llama Visitas a D-NET y fue lanzada en el 2010. Su nombre completo es Red de Educación sobre la Diabetes para Profesionales Sanitarios. Esta Red actúa como un foro internacional en línea y tiene como objetivo principal mejorar la educación de la diabetes. Hasta el 2013 contaba con 2 000 miembros y sigue creciendo.



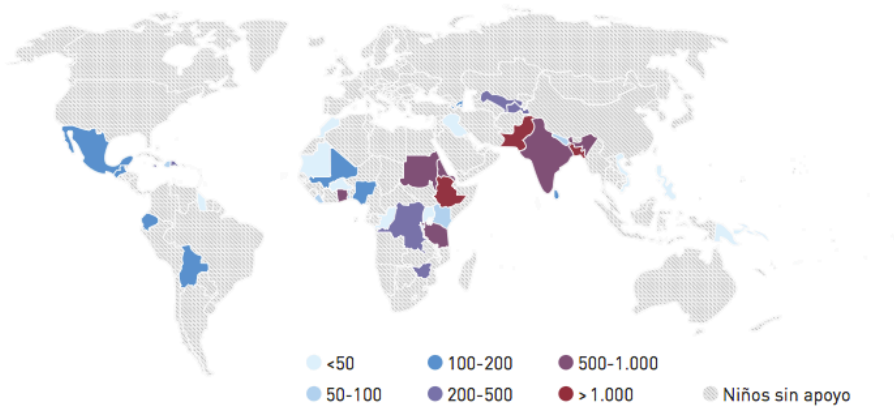
Otra ejemplo es la campaña “Luz para la diabetes” para la cual se encienden monumentos alrededor del mundo en el Día Mundial de la Diabetes, celebrado el 14 de noviembre de cada año. Los monumentos se iluminan de azul, color del símbolo de la Diabetes. Desde el 2007, más de 1000 monumentos en 115 países se han iluminado con le objetivo de apoyar a esta enfermedad.



Una de las campañas más influyentes e importantes fue lanzada por la Federación Internacional de Diabetes en el año 2011 la cual se denominaba Jóvenes Líderes en Diabetes y era un factor clave para la mejora de sus vidas. En el Congreso Mundial de Diabetes de Melbourne se reunirán más de 100 jóvenes con el motivo de generar nuevas ideas a favor de esta enfermedad.




“Life for a child” es otra campaña en la que las donaciones obtenidas van a centros de diabetes. Aquí les ayudan con el suministro de insulina, ayuda clínica e incluso educación para que estos niños tengan una mejor calidad de vida. Esta campaña es muy importante ya que el difícil acceso a la insulina es la mayor causa de muerte de estos niños, de los cuales la mayoría tiene diabetes tipo 1. Se enfoca principalmente en países en vías de desarrollo.



Por otro lado, el “National Diabetes Education Program, (NDEP)” de Estados Unidos, también trabaja con algunas campañas para la educación y prevención de Diabetes. Por ejemplo esta se enfoca en los jóvenes, para ayudarlos en todos los problemas que conlleva tener diabetes.

**Tips for Teens with Diabetes**

## Dealing With the Ups and Downs of Diabetes



**Feel good about yourself.**  
**Get help to deal with the ups and downs of diabetes.**  
**Seek support from other teens and take action to manage your diabetes—**  
**one step at a time.**

Otro ejemplo es una campaña lanzada en el 2014 y está enfocada en la familia: “Usted es el corazón de la familia...cuide su corazón”

## Usted es el corazón de la familia ...cuide su corazón.

**La diabetes puede producir un ataque al corazón o una embolia, pero no tiene que ser así.**

Usted puede vivir más tiempo y disfrutar de su familia si cuida su corazón. Controle el azúcar en la sangre, la presión arterial y el colesterol. Las concentraciones altas de azúcar en la sangre pueden, con el tiempo, dañar sus órganos vitales, tales como sus riñones, sus ojos y su corazón. La presión alta es una enfermedad grave que hace que su corazón trabaje más. El colesterol malo (el colesterol LDL) se acumula y tapa las arterias. Si controla estos tres problemas médicos podrá tener una vida más larga y más sana.

### Pregúntele al médico lo siguiente:

1. ¿Cuáles son los resultados de mis pruebas de azúcar en la sangre, presión arterial y colesterol?
2. ¿Cuáles deberían ser los resultados ideales?
3. ¿Qué debo hacer para lograr esos resultados?

**Usted puede vivir más y disfrutar de su familia, mejorar su salud y reducir el riesgo de sufrir de enfermedades del corazón.**

### Actúe ahora mismo:

- ♥ Consuma más frutas, vegetales, granos y cereales integrales.
- ♥ Coma alimentos sabrosos bajos en sal, grasas saturadas y grasas *trans*. Llame al 1-888-693-6337 (1-888-693-NDEP) y pida gratis el libro de recetas y plan de comidas.
- ♥ Haga por lo menos 30 minutos de actividad física todos o casi todos los días. La actividad física le ayudará a mantener un peso sano.
- ♥ Deje de fumar. Busque ayuda para dejar el tabaco. Llame al 1-800-784-8669 (1-800-QUIT-NOW).
- ♥ Tome los medicamentos como se los receta el médico.
- ♥ Pregúntele a su médico si es aconsejable tomar medicinas para proteger su corazón, tales como la aspirina o la estatina.



**Pida a sus familiares y amigos que le ayuden a cuidar su corazón y su diabetes.**

Cuando vaya a consulta con el médico, lleve este registro y anote los resultados de sus pruebas de A1C, presión arterial y colesterol. Trate de alcanzar los resultados ideales con la ayuda de su médico, familiares y amigos.

#### META: CUIDE SU CORAZÓN

Hable con su médico sobre cuáles deben ser sus resultados ideales.

##### 1. A1C

La prueba A1C (A-uno-C), manera abreviada de referirse a la prueba de la hemoglobina A1C, mide el promedio de azúcar en la sangre durante los últimos tres meses.

**Resultado deseable para la A1C para muchas personas:**

**Por debajo de 7**

Hágase la prueba por lo menos dos veces al año

Fecha \_\_\_\_\_

Resultado \_\_\_\_\_

##### 2. PRESIÓN ARTERIAL

La presión arterial alta hace que el corazón trabaje demasiado.

**Resultado deseable para la presión arterial para la mayoría de las personas: Por debajo de 140/90**, a no ser que su médico le indique un nivel diferente.

Hágase la prueba cada vez que vaya a consulta médica

Fecha \_\_\_\_\_

Resultado \_\_\_\_\_

##### 3. COLESTEROL

El colesterol malo, o colesterol LDL, se acumula y tapa los vasos sanguíneos.

**Resultado deseable:** Pregunte cuáles deberían ser sus niveles de colesterol.

Hágase la prueba por lo menos una vez al año

Fecha \_\_\_\_\_

Resultado \_\_\_\_\_



1-888-693-6337 (1-888-693-NDEP) • TTY: 1-866-569-1162

www.diabetesinformacion.org

Revisada en julio del 2014. Publicación NIH No. 14-50585 NDEP-58



**National Diabetes Education Program**

Un programa de los Institutos Nacionales de la Salud y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

En Australia, la fundación *Diabetes Australia-vic*, opera desde 1953 con el afán de reducir el impacto de esta enfermedad. Ellos han realizado un sinnúmero de campañas a lo largo de todos estos años. En las imágenes a continuación se puede ver como se enfocan en diferentes aspectos que comprende la diabetes, en este caso que puede ser hereditaria y que el sedentarismo es una de sus causas.

## 2008 - 2009 National Diabetes Awareness Campaign

### Type 2 Diabetes Often Runs In Families

**TYPE 2 DIABETES OFTEN RUNS IN FAMILIES.**



If your parents have type 2 diabetes, you have a one in two chance of developing it.  
By reducing your waist measurement, you can reduce your risk.  
Talk to your family about diabetes and see your doctor today.

**Reduce your waist. Reduce your risk.**



[www.diabetesinfamilies.com.au](http://www.diabetesinfamilies.com.au) | Diabetes Australia: 1300 136 588

## 2009 - 2010 National Diabetes Awareness Campaign

### Take steps for diabetes – walk 'n' talk



Physical inactivity is an independent risk factor for type 2 diabetes!

Walking is a simple way to reduce your risk of developing type 2 diabetes. If you walk for at least 30 minutes most days of the week you will improve your health, reduce your weight and feel terrific.

Why not walk with a friend, have a chat and help motivate each other to get fit?

**More information.**

---

### **Situación actual de la diabetes a nivel nacional**

Una vez analizada la diabetes a nivel internacional, se puede pasar a conocer estadísticas y como se trata esta enfermedad en el Ecuador.

Es importante empezar con la información proporcionada por las entidades públicas, en este caso el Ministerio de Salud Pública del Ecuador (MSP), quienes cuentan con la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición. (ENSANUT-ECU 2011-2013) Esta encuesta será mi principal fuente información estadística a nivel nacional ya que es el documento oficial de salud y nutrición del país.

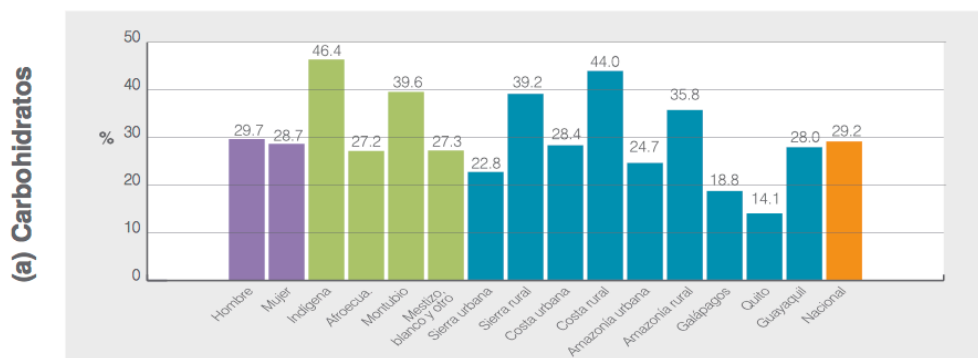
Después de 27 años de la última investigación de la situación nutricional de salud en el Ecuador, se ejecuta ENSANUT, la cual fue realizada por el MSP en colaboración con el Instituto Nacional de Estadísticas y Censo (INEC), esta estudia los factores de riesgo de las enfermedades crónicas y permite ver algunos datos relevantes en cuanto a los servicios y condiciones de salud del país.

Antes de ver las estadísticas de diabetes mellitus en el Ecuador, es importante analizar la manera de alimentación, consumo de grasas, azúcar y sal, el consumo de tabaco y la actividad física que tienen los ecuatorianos, ya que estos son los principales causantes de la diabetes. (ENSANUT, 2013)

Existe un consumo excesivo de carbohidratos de un 29.2% por parte de la población ecuatoriana, este supera la recomendación máxima de consumo de carbohidratos. La prevalencia es mayor en los niveles socioeconómicos bajos que en los altos, y en cuanto a la edad, la prevalencia es mayor en el grupo de 51 a 60 años. (ENSANUT, 2013)



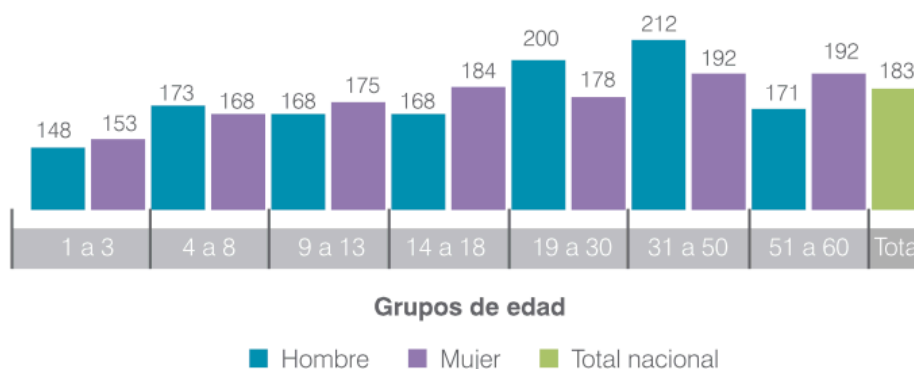
**Gráfico 25. Prevalencia de consumo excesivo de carbohidratos y grasas a escala nacional, por sexo, grupo étnico y subregión**



Por otro lado, el consumo adecuado de fibra es demasiado bajo en la población ecuatoriana el 0.1%, es decir 1 persona de cada 1000, lo hacen correctamente. Esto puede causar incremento en el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2 ya que el bajo consumo de fibra, fruta y verduras, hace que la personas consuman más carbohidratos y azúcares. Es por esto que la Organización Mundial de la Salud recomienda consumir 400g de frutas y verduras en la dieta diaria de una persona, lo que no se cumple en el Ecuador.

(ENSANUT, 2013)

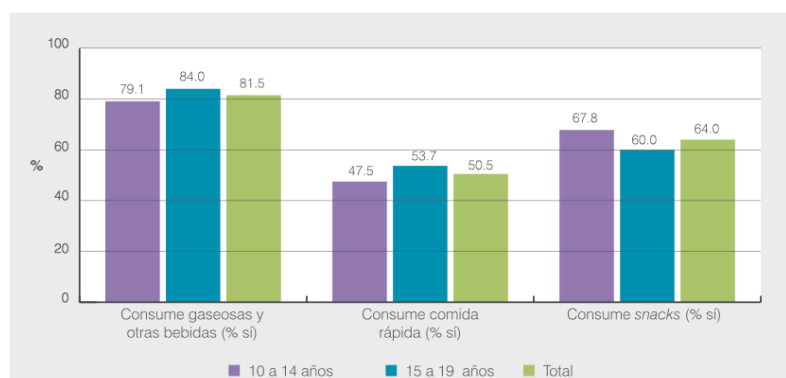
**Gráfico 29. Consumo promedio de frutas y verduras, por sexo y edad, a escala nacional (gramos/día)**



Fuente: Encuesta Nacional de Salud y Nutrición. 2011-2013. Ministerio de Salud Pública. Instituto Nacional de Estadística y Censos.  
Elaboración: Freire et al.

Otro factor que aumenta el riesgo de contraer diabetes tipo 2 es el consumo excesivo de bebidas azucaradas (gaseosas, energizantes, etc) y comida rápida (pizza, papas fritas, hamburguesas. Etc) Según el registro de ENSANUT, los grupos de personas que más consumen este tipo de alimentos, son los de niveles socio-económicos más altos. Un 88% de los niveles económicos medio-altos consumen bebidas dulces, un 62.7 comida rápida y 71.2% snacks. A diferencia de niveles económicos mas bajos que consumen 71.9%, 40.2% y 58.4% respectivamente. (ENSANUT, 2013)

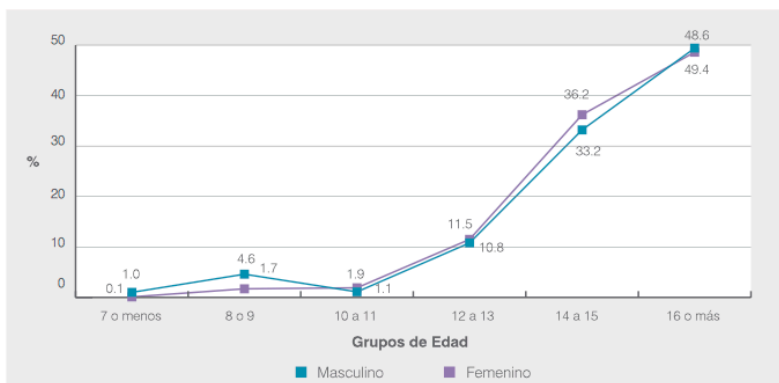
**Gráfico 38. Prevalencia de consumo de alimentos procesados (gaseosas y otras bebidas, comida rápida y snacks) en la población de 10 a 19 años a escala nacional, por grupos de edad**



Fuente: Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2011-2013. Ministerio de Salud Pública. Instituto Nacional de Estadística y Censos.  
Elaboración: Freire et al.

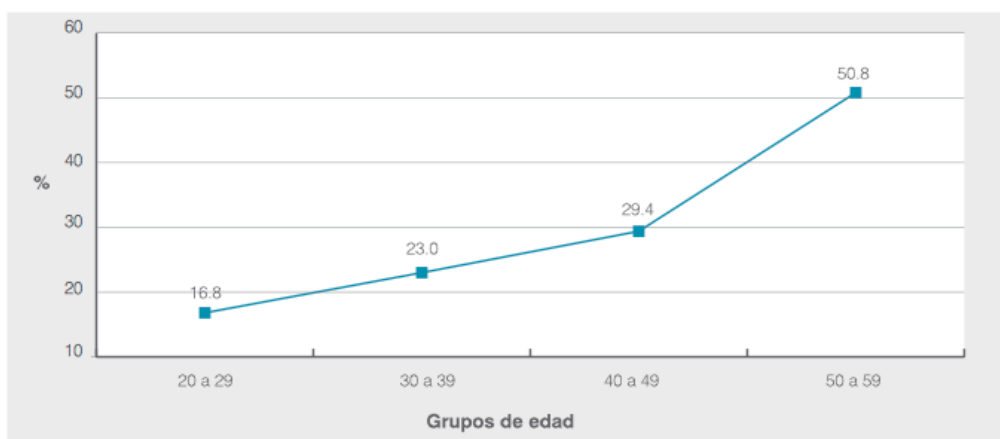
Como se puede observar en el gráfico, existe un alto índice de la población que fuma y que empieza a edades muy tempranas. El consumo diario de tabaco es un promedio de 2.5. El 5% de la población fuma 10 tabacos o más en un día. La prevalencia de personas que aseguran haber fumado algún vez en sus vidas es del 45.5%. (ENSANUT, 2013)

**Gráfico 41. Prevalencia de inicio del consumo de tabaco en la población de 10 a 19 años a escala nacional, por grupos de edad y sexo**



Fuente: Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2011-2013. Ministerio de Salud Pública. Instituto Nacional de Estadística y Censos.  
Elaboración: Freire et al.

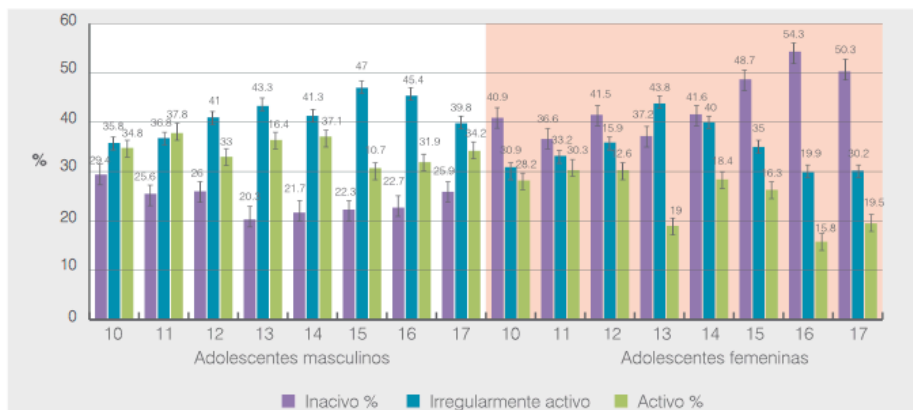
**Gráfico 45. Prevalencia de consumo diario de tabaco en población de 20 a 59 años, a escala nacional**



Fuente: Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2011-2013. Ministerio de Salud Pública. Instituto Nacional de Estadística y Censos.  
Elaboración: Freire et al.

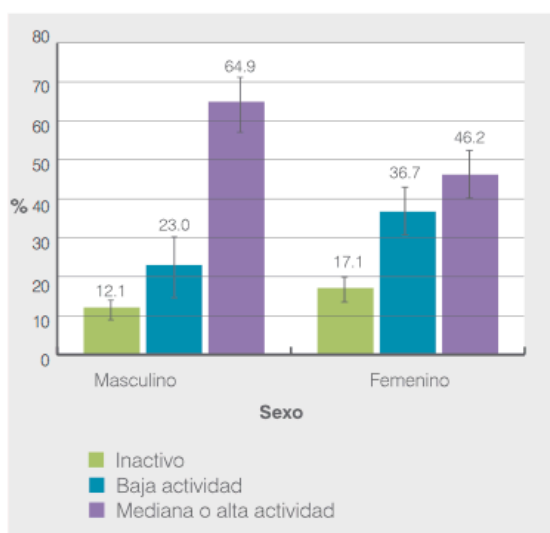
El último factor a considerarse es la actividad física, como podemos ver en el primer gráfico a continuación, existe un nivel demasiado alto de inactividad en las adolescentes femeninas y también son altos los porcentajes de irregularmente activo, tanto en las mujeres como en los hombres. Por otro lado, en la población de 18 a 60 años, el nivel de actividad física es más alto, sin embargo existe mucha diferencia entre los hombres con un 64.9% y el de las mujeres con un 42.2%. (ENSANUT, 2013)

**Gráfico 50. Prevalencia de actividad física a escala nacional, por sexo y edad, en adolescentes de 10 a < 18 años**



**Fuente:** Encuesta Nacional de Salud y Nutrición. 2011-2013. Ministerio de Salud Pública. Instituto Nacional de Estadística y Censos.  
**Elaboración:** Freire et al.

**Gráfico 51. Prevalencia de actividad física global, por sexo en adultos de 18 a < 60 años**



**Fuente:** Encuesta Nacional de Salud y Nutrición. 2011-2013. Ministerio de Salud Pública. Instituto Nacional de Estadística y Censos.

**Elaboración:** Freire et al.

Con un preámbulo claro de todos los factores analizados anteriormente, es más fácil entender las estadísticas y la realidad de la diabetes en el Ecuador. Según el INEC, en el 2011, la diabetes, junto a la enfermedad hipertensiva y la enfermedad cerebrovascular, fueron las principales causas de muerte en el Ecuador. (ENSANUT, 2013) Tres años

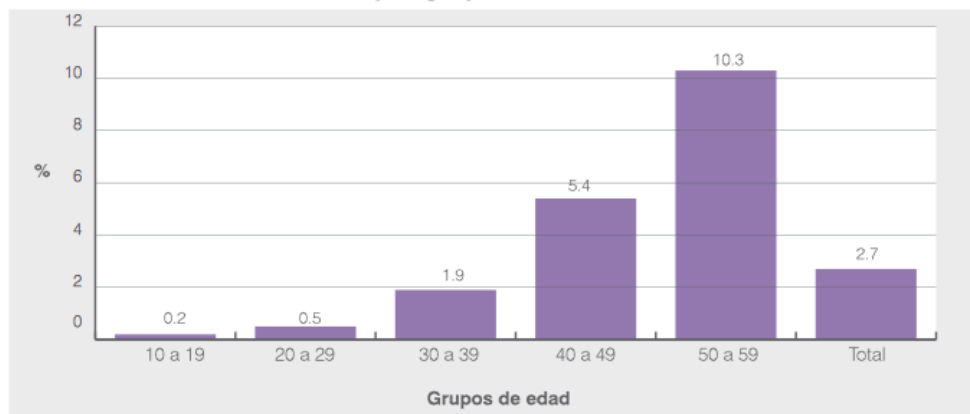
después, Lucía Mantilla (2014), Presidenta de la Fundación Diabetes Juvenil de Ecuador, asegura que la diabetes es la primera cause de muerte en el país.

Según el MSP, la diabetes en el Ecuador, junto a otras enfermedades mencionadas anteriormente, registran el mayor número de consultas hospitalarios desde hace más dos décadas. (ENSANUT, 2013)

En la población de 10 a 59 años, la prevalencia de diabetes es de 2.7%.

(ENSANUT, 2013) Sin embargo en la población en general, la prevalencia de diabetes tipo 2 es de 4.1 a 5%, siendo Quito (4.8%) y la Costa urbana (3,8%) las zonas con más alto índice. (SANOFI Ecuador) En cuanto a la diabetes tipo 1 no existen estadísticas oficiales en el Ecuador. Es por esta razón que he dividido la investigación en dos etapas: diabetes tipo 1 y diabetes tipo2.

**Gráfico 52. Prevalencia de diabetes en población de 10 a 59 años a escala nacional, por grupos de edad**



**Fuente:** Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2011-2013. Ministerio de Salud Pública. Instituto Nacional de Estadística y Censos.  
**Elaboración:** Freire et al.

## **Entrevistas a expertos**

### **Mauricio Pérez de la Puente , Doctor Endocrinólogo**

El Doctoro Mauricio Pérez comenta que cada vez se diagnostican más casos de diabetes en el Ecuador y que si existen esfuerzos del gobierno para mejorar la situación pero estos esfuerzos son insipientes y limitados por lo que tomará algún tiempo para lograr lo que el gobierno está tratando de implementar. Desde la aplicación de normas, la posibilidad que exista garantía de cumplir con lo que escriben, de que los pacientes tengan una verdadera accesibilidad a los servicios de salud, a la insulina, a la parte nutricional y a poderse medir la glucosa.

El Doctor dice que al ser una enfermedad sumamente cara, es difícil que las personas de escasos recurso tengan control sobre esta, por lo que el éxito vendrá cuando el estado pueda garantizar un buen tratamiento para estos pacientes.

Hablamos de la facilidad de conseguir la insulina. Mauricio comenta que la insulina existe, el problema esta en la situación económica de la familia o el paciente. El Ministerio no reconoce las insulinas más actuales, de lo contrario trata de utilizar insulina tecnológicamente más atrasadas que las nuevas.

Es importante el conteo de carbohidratos en un paciente con diabetes y a nivel del estado no existe la suficiente experiencia nutricional. Para Mauricio el estado podría hacerlo mejor en cuanto a la prevención de esta enfermedad.

A nivel público, existen pocos hospitales que cuentan con endocrinólogos por lo que se puede ver que se avanza poco a poco para solucionar esta problemática.

## **Lucía Mantilla, Directora de la Fundación Diabetes Juvenil del Ecuador**

La especialista en diabetes tipo 1, Lucia Mantilla, comenta que mal o bien la diabetes tipo 2 está atendida en el país pero que lamentablemente la diabetes tipo 1(dm1) no está visibilizada, no existe una línea base para saber cuantas personas padecen esta enfermedad en el Ecuador. Por estudios que se hace a nivel internacional se estima que deben haber como 3000 personas con dm1.

Lucía comenta que al no haber estadísticas, el estado no sabe que existe, o si lo sabe pero no hace nada al respecto. Muchas veces solo se refieren a la diabetes como una sola sin hacer diferencia entre la tipo 1 y tipo 2.

No hay atención a nivel de salud pública, hay dos hospitales referentes que son el Baca Ortiz en Quito y el Hospital del niño en Guayaquil. Aquí atienden a niños y jóvenes con diabetes tipo 1 pero solo hasta los 15 años. Posteriormente les direccionan a otros hospitales pero en estos no hay endocrinólogos especialistas.

Lucia dice que la ley de protección del diabético existe pero para que pueda haber una ley debe haber un reglamento y este nunca se dio, por lo tanto es como que no existiera. Actualmente, en el nuevo gobierno se ha establecido una ley general de salud , por lo que todas las leyes puntuales desaparecen

### **Fundaciones que ayudan a la diabetes en el Ecuador**

Existen algunas fundaciones en el Ecuador que ayudan a la diabetes, estas son:

1. FUVIDA: Fundación Aprendiendo a Vivir con Diabetes Guayaquil
2. Federación Ecuatoriana de diabetes Quito
3. Fundación los Fresnos Cuenca , Casa de la diabetes

4. FDJE, Fundación Diabetes Juvenil del Ecuador

5. Club de Leones: grupo de información para el cuidado de la diabetes

### **FDJE, Fundación Diabetes Juvenil del Ecuador**

Nació hace 6 años como respuesta ante un Sistema de Salud (público y privado) que no toma en cuenta las necesidades específicas de los niños, adolescentes y jóvenes con diabetes tipo 1.

Nace de la iniciativa de madres con hijos que padecen la enfermedad. Sus objetivos como institución son:

1. Mejorar y facilitar las condiciones de acceso a la atención, seguimiento médico, medicinas e insumos.
2. Proporcionar la educación al paciente y su familia respecto del manejo de su condición diabética.
3. Fomentar una actitud positiva y proactiva del paciente, su familia y el entorno.
4. Formar a jóvenes voluntarios como líderes y gestores de vida de las personas con DM1.
6. Incidir en la adopción de políticas públicas de protección a las personas con DM1.



## EJECUCIÓN PRÁCTICA DE LA INVESTIGACIÓN

Moldea tu Vida, Evita la DIABETES: campaña de prevención y educación

### **Tema**

Esta es una propuesta de tesis después de constatar el poco interés que recibe esta enfermedad por parte del sector de salud pública del Ecuador. La iniciativa promueve la prevención y educación de la diabetes enfocándose en niños y jóvenes y madres de familia. Busca inculcar buenos hábitos alimenticios y de actividad física desde edades muy tempranas.

### **Justificación**

De acuerdo a la investigación realizada a nivel nacional e internacional, pude determinar que la diabetes tipo 1 y tipo 2 se puede tratar y prevenir respectivamente si se tiene los recursos económicos necesarios ya que esta enfermedad, considerada la primera causa de muerte en el Ecuador, requiere de costosos insumos para su tratamiento. También es importante mencionar que no solo se ve afectada la persona con diabetes, sino toda su familia. Adicionalmente, concluí que si bien existen algunas fundaciones y de cierto modo se ayuda a los pacientes con diabetes, no está tomada en cuenta en su totalidad como debería ser. Por estas razones, he visto la necesidad de realizar esta campaña educativa e informativa de prevención y tratamiento de la diabetes, de esta manera se puede evitar que existan más casos de diabetes.

### **Público objetivo**

Debido a que la diabetes tipo 1 se da en niños y la diabetes tipo 2 se puede prevenir desde edades tempranas, el público objetivo para mi campaña son los niños y jóvenes de clase media y media baja. Como sub-público están las madres quienes son el pilar básico para la alimentación de un niño.

### **Nombre y slogan de la campaña**

Esta campaña recibe el nombre de Moldea tu Vida, evita la Diabetes ya que busca educar a niños y jóvenes desde edades tempranas, como dice su nombre, a moldear la manera en que se alimentan y cuidan su cuerpo, y así evitar la diabetes.

### **Logo**



## Objetivo general

- Educar e informar sobre la importancia de llevar un estilo de vida saludable desde edades tempranas para prevenir y tratar bien la diabetes.

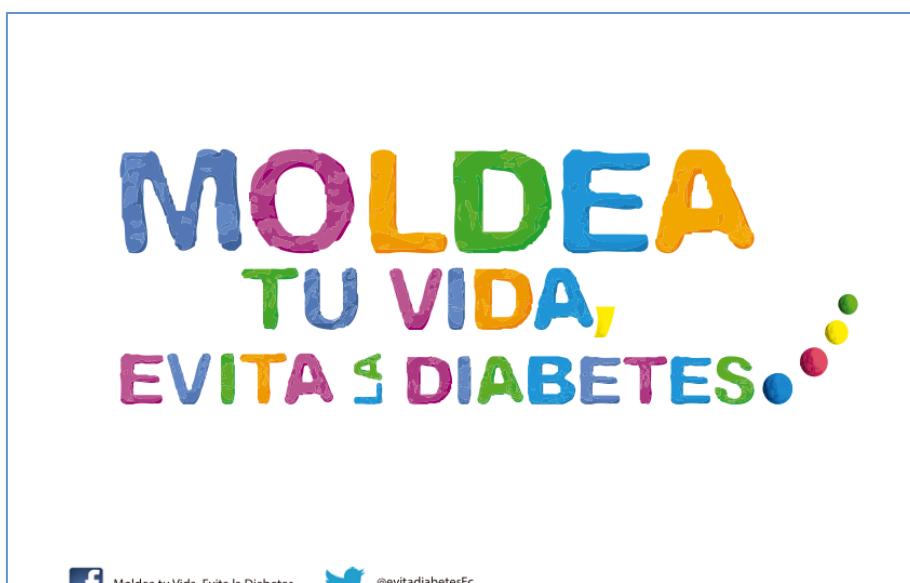
## Objetivos específicos

- Lograr que los niños y jóvenes conozcan sobre la diabetes para así poder llegar a ser escuchados por el gobierno.
- Estar presente en al menos 4 medios de comunicación
- Recaudar al menos \$200 que serán destinados a la Fundación Diabetes Juvenil de Ecuador
- Lograr que al menos 100 personas sean activistas de la campaña y participen en los eventos a realizarse.
- Llegar a más de 250 personas en la fan page de Facebook

## Producción de la campaña

### Piezas gráficas

#### Cartel



Sabías que la **DIABETES** es la primera causa de muerte en el Ecuador?

Pero tu puedes hacer que esto cambie, conoce como **PREVENIRLA...**



@evitadiabetesEc  
f Moldea tu Vida, Evita la Diabetes

**MOLDEA**  
TU VIDA,  
EVITA 5 DIABETES.  
Campaña de prevención y educación.



Sabías que la **DIABETES** es la primera causa de muerte en el Ecuador?

Pero tu puedes hacer que esto cambie, conoce como **PREVENIRLA...**



@evitadiabetesEc  
f Moldea tu Vida, Evita la Diabetes

**MOLDEA**  
TU VIDA,  
EVITA 5 DIABETES.  
Campaña de prevención y educación.



Afiches redes sociales



Sabías que.... si alguien en tu familia ha tenido diabetes, tu eres más propenso a tenerla?



**MOLDEA**  
TU VIDA,  
EVITA 3 DIABETES

Campaña de prevención y educación.



**MOLDEA**  
TU VIDA,  
EVITA 3 DIABETES

Campaña de prevención y educación.



### **Producto**

El producto que se vendió como soporte para la campaña fueron pulseras con el nombre y slogan de la misma: “Moldea tu Vida, Evita la Diabetes” Con una producción de 200 pulseras se recaudaron 200 dólares, los cuales serán donados a la fundación FDJE.

## Actividades comunicacionales

### BTL

Para el BTL estuvimos presentes en el parque Bicentenario el día sábado 13 de diciembre con el fin de llegar a nuestro público objetivo que es medio y medio bajo. Contamos con la presencia de voluntarios de la Fundación Diabetes Juvenil del Ecuador, quienes nos ayudaron a explicar en que consiste el plato saludable y la importancia de llevar un estilo de vida sano. Para atraer a la gente regalamos pinchos de fruta y vegetales. La gente se mostró muy interesada y agradecida al recibir esta información.









### **Activismo**

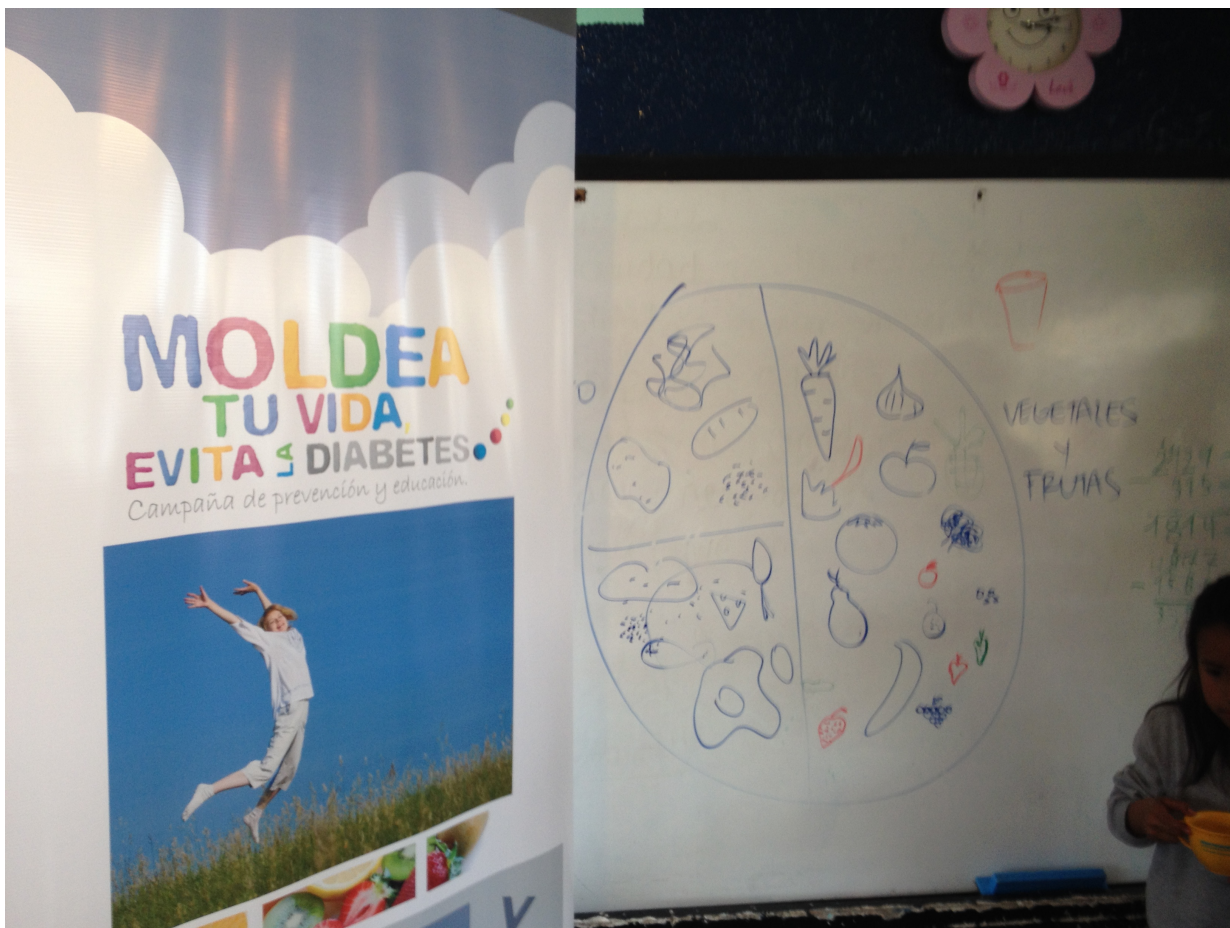
Como parte del activismo buscábamos llegar al Ministerio de Salud para que se tome en cuenta este tema de tesis que es muy importante. De esta manera acudimos al MSP, primero estuvimos afuera del mismo con carteles e informando a la gente de que se trata la campaña. Tuvimos gran acogida. Después nos reunimos con el departamento de Dirección Nacional de Estrategias de Prevención y Control a quienes entregamos la propuesta de campaña.





## Evento

Para nuestro evento acudimos a la escolita Serrano Aguilar con el fin de llegar a los más jóvenes. Realizamos un taller didáctico con 80 niños de 4to año de educación básica. Primero recibieron una breve explicación de lo que es la diabetes y como deben prevenirla, para esto se les explicó el plato saludable. La actividad consistió en dibujar los alimentos que mejor quedan en el plan nutritivo. También se entregó a los niños plátanos y gelatina como snack saludable. Tuvimos gran acogida por parte de los niños.







## Medios digitales

La campaña tuvo gran presencia en las redes sociales, en Facebook tuvo más de 270 likes, sin embargo llegó a más de 2000 personas. Las publicaciones mas populares fueron aquellas después de los eventos, con esto se puede evidenciar claramente la intención de las personas. Por otro lado el Twitter se utilizó para llegar a las entidades gubernamentales. El Ministerio de Salud marcó como favorito a uno de nuestros tweets.

## Facebook

**MOLDEA TU VIDA, EVITA LA DIABETES**  
Compañía de prevención y educación.

Moldea tu Vida, evita la Diabetes  
Community

Timeline About Photos Likes More

PEOPLE > Status Photo / Video Event, Milestone +

**Moldea tu Vida, evita la Diabetes** added 7 new photos.  
13 December at 21:57

Seguimos informando. Hoy estuvimos en el Parque Bicentenario promoviendo la campaña "Moldea tu Vida, Evita la Diabetes"  
Enseñamos a la gente las porciones que debe tener un plato saludable y los hábitos que deben adoptar para evitar la diabetes.

**THIS WEEK**

68 Page Likes

2,006 Post Reach

UNREAD

0 Notifications

0 Messages

Recent 2014

See Your Ad Here

---

1,521 People Reached

30 Likes, Comments & Shares

25 Likes	15 On Post	10 On Shares
1 Comments	0 On Post	1 On Shares
4 Shares	3 On Post	1 On Shares

383 Post Clicks

50 Photo views	0 Link clicks	333 Other Clicks
----------------	---------------	------------------

**NEGATIVE FEEDBACK**

0 Hide Post      0 Hide All Posts

0 Report as Spam      0 Unlike Page

## Twitter

**MOLDEA TU VIDA, EVITA LA DIABETES.**  
Campaña de prevención y educación.

TWEETS 24 FOLLOWING 183 FOLLOWERS 28 Edit profile

**Moldea Tu Vida**  
@evitadiabetesEc

Moldea tu vida, evita la DIABETES es una campaña de educación y prevención de la diabetes. La campaña está dirigida a niños y jóvenes para que cambien su estilo

Quito-Ecuador

Tweets Tweets & replies Photos & videos

Moldea Tu Vida retweeted  
anthony hill pt @pt\_anthony\_j · Dec 14  
To enjoy the glow of good health, you must exercise.  
#QuoteOfTheDay

Who to follow · Refresh · View all

juanjo104 @juanjo104  
Followed by juanjo104 and ...  
Follow

Neil Floch MD @NeilFlochMD  
Followed by Grace Ella and ...  
Follow

★ **Lenin Rivadeneira and Salud Ecuador** favorited your Tweet Dec 12

Dec 12: "Esto debería ser grande, todos deberían verlo"  
#MoldeaTuVida #EvitaLaDiabetes @Salud\_Ec @Educacion\_Ec  
pic.twitter.com/kgP8SqfKz

## Cuña de radio

Se realizó una cuña de radio con el siguiente texto:

Sabías que hay más de 382 millones de personas con diabetes en el mundo? Tu puedes cambiar esto. Aprende a prevenir la diabetes: come sano, has ejercicio y evita los excesos porque una vida sana depende de ti. Tu Decides. Te invitamos a apoyar esta campaña: Moldea Tu Vida, Evita la Diabetes



## Vocero

La vocera oficial de la campaña Moldea Tu Vida, Evita la diabetes es Valentina López. Cantautora ecuatoriana que se ha posicionado como un líder de opinión en los jóvenes en los últimos tres años.

## Gestión de medios

Para promover la campaña estuvimos presentes en algunos medios de comunicación. Entre estos Radio Majestad, Telesucesos, Radio Católica y Radio Casa de la Cultura.





## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

- En conclusión se puede decir que a pesar de que la diabetes tipo 1 no puede ser prevenida, es muy importante su tratamiento mediante la administración de insulina ya que es una de las principales causas de muerte en el mundo.
- La buena alimentación y ejercicio son indispensables para prevenir la diabetes tipo 2. Por lo que es importante concientizar e informar a las personas, sobretodo si existen antecedentes genéticos.
- Durante el embarazo es importante la revisión de la glucosa en la madre sin importar si se presentan síntomas o no. Es mejor que la madre se a prevenida ya que muchas veces no aparecen síntomas.
- Se debe concientizar sobre la importancia de llevar una vida sana cuando una persona tiene diabetes. Además es esencial educarlos para que ellos puedan reflejar la importancia de su enfermedad en la sociedad.
- A pesar de que existen muchas fundaciones alrededor del mundo que se interesan por esta causa, la diabetes sigue siendo una de las mayores causas de muerte en el mundo. Esto quiere decir que mucho no es suficiente y que la sociedad necesita hacer mas conciencia para que no existan tantos casos no diagnosticados.
- A nivel nacional se puede ver que los índices de diabetes crecen cada vez más y el gobierno no pone la suficiente atención a esta causa.
- La diabetes tipo 1 en el Ecuador no recibe ningún tipo de atención por parte del gobierno y es indispensable que lo hagan ya que los niños son insulino dependientes.
- Después de realizar la campaña se puede ver el interés que tiene la gente por la alimentación y el deporte.
- Me pude dar cuenta que es fácil llegar a los niños ya que aprenden rápido y se interesan mucho por aprender cosas nuevas.

- Es recomendable informar y educar más a toda la sociedad en general ya que cualquier persona puede adquirir diabetes si no mantiene un ritmo de vida saludable a lo largo de su edad temprana y adulta.
- Para realizar una campaña de mercadeo social es necesario prepararse con tiempo y tener muy clara la investigación de estudio.

## Bibliografía

Asociación diabéticos de Madrid. 2008 <http://diabetesmadrid.org/diabetes-2/diabetes-historia/>

Canon de Medicina. Traducción: Gabriel Garde Hece. Web: [http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/histologia/canon\\_de\\_avicena.pdf](http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/histologia/canon_de_avicena.pdf)

[Diabetes Australiavic. \*Current information and campaigns.\* 2014](#)

[Sattley, Melissa. \*The History of Diabetes.\* DiabetesHealth, 2008.](#)  
<http://diabeteshealth.com/read/2008/12/17/715/the-history-of-diabetes/>

Fonseca, Vivian. *Clinical Diabetes. Translating research into practice.* Editorial Saunders, 1ed. Filadelfia: 2006

International Diabetes Federation. *¿Qué es la diabetes?*. Web: 29 septiembre 2014.  
<http://www.idf.org/diabetesatlas/5e/es/que-es-la-diabetes>

[International Diabetes Federation. \*Atlas de la Diabetes de La FID. Sexta edición: 2013\*](#)  
[International Diabetes Federation. \*Plan Mundial para la Diabetes, 2011-2021.\*](#)

Jervel, Jak. *Educación sobre Diabetes. Disminuyamos el costo de la ignorancia.* Washington D.C: 1996

Jill Carleone. *Diabetic Low-Carb diet.* Lievestrong. Marzo 2014. Web: octubre 2014  
<http://www.livestrong.com/article/172315-diabetic-low-carb-diet/>

Lee Witters, M.D., et al. *History of diabetes.* Diabetes Detectives. Dartmouth Medical School. 2008

Medline Plus (2012) *Diabetes Gestacional.* Web: 29 septiembre 2014.  
<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/000896.htm>

Organización Mundial de la Salud (2013). *Diabetes*. Web: 28 septiembre 2014.

<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs312/es/>

Sanchez Rivero, Germán. *Historia de la Diabetes*. *Gac Med Bol* . 2007, vol.30, n.2, pp. 74-78.



**ANEXO A: BOLETÍN DE PRENSA**

Quito, 5 de Diciembre del 2014

Nombre:

Cargo:

**Súmate a la causa, evitemos la Diabetes en el Ecuador**

**María Paz Laso, estudiante de la Universidad San Francisco de Quito, presenta la campaña “Moldea tu Vida, evita la DIABETES”, que se enfoca en la prevención y educación de la diabetes. Esta va dirigida a niños y jóvenes con la idea de implementar buenos hábitos alimenticios y una vida activa desde pequeños.**

La diabetes es la primera causa de muerte en el Ecuador. Ahora más que nunca debemos educar a nuestros niños y jóvenes para que se acostumbren a un estilo de vida saludable. Con esta campaña buscamos acercarnos de una manera divertida a los jóvenes para que sepan que lo importante no es evitar las comidas, sino medir las porciones.

Por esta razón les invitamos a ser parte de esta campaña. Queremos que sean la voz de esta causa y nos den apertura para hablar del tema en su programa.

Saludos cordiales

Para mayor información contactarse con:

María Paz Laso

0998741394

[mpazlaso@gmail.com](mailto:mpazlaso@gmail.com)