

**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
DIRECCIÓN DE EXTENSIÓN Y RESPONSABILIDAD SOCIAL**



PROYECTO DE RESPONSABILIDAD SOCIAL

**“PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES: SÍNDROME
METABÓLICO - DIABETES Y ANEMIA EN EL ASENTAMIENTO HUMANO MANOS
DE DIOS II ETAPA- SAN JUAN DE LURIGANCHO**

DOCENTE: Dra. VANESSA MANCHA ALVAREZ

ESTUDIANTES:

- Beltrán Atalaya José Martin
- Benavides Sandoval Sharon
- Blas Ramos Percy Luis
- Buendía Mendoza Valery
- Cárdenas Morales Ray Nieves
- Castrejón Llovera Nahomi
- Chanamé Candia Jhosselyn
- Chavez Cardenas Samira Merly
- Condor Paucar Sandra Pilar
- Cruz Garcia Nikool Gladys
- De La Cruz Carpio Crish Mihaly
- Galvez Diaz Ingrid Dayana
- Guerrero Rugel Margarita
- Guzman Huamash Letizia Jimena
- Huaman Ramirez Michelle Clara
- Huapaya De La Cruz Linda Cristal
- Huari Quispe Alexandra
- Huincho Villaverde Xiomara

- Maciso Lomote Gimbeth Valeria
- Maldonado Nuñez Yadira Yazmin
- Mejia Perez Maria Fernanda
- Nuñez Portocarrero Andrea
- Panta Vasquez Izabella
- Placido Hurtado Leidy Vanessa
- Ponte Vilca Jackeline Shantal
- Principe Jaramillo Nelsy
- Ramos Yong Lidia Carolina
- Reyes Vargas Georgette
- Rios Carmen Samantha Valentina
- Rojas Ascue Samy Yashira
- Rojas Caverro Tonny Michell
- Santos Saucedo Yanderi
- Toro Aguilar Geanmarco
- Zapana Laurente Anel Ashly
- Zelada Valle Sara

- **INTRODUCCIÓN**

Las enfermedades no transmisibles (ENT), son también conocidas como enfermedades crónicas, son de larga duración, las más comunes son el síndrome metabólico (SM), diabetes y anemia. Estas enfermedades son el resultado de una combinación de factores genéticos, fisiológicos, ambientales y de comportamiento. **(1)**

A escala mundial, se estima que entre 20 y el 25% de la población adulta padece de SM **(2)**, el 9,3% de la población entre 20 y 79 años tienen diabetes y se prevé que aumente a 10.2% para 2030 **(3)**, 40% de los niños y niñas de 6 a 59 meses, el 37% de las mujeres embarazadas y el 30% de las mujeres de 15 a 49 años padecen anemia. **(4)**

Las enfermedades no transmisibles (ENT) matan a 41 millones de personas cada año, lo que equivale al 74% de todas las muertes en el mundo, concentrando el 77% de todas estas muertes en países de bajos recursos. **(1)**

En la Región de las Américas, 5,5 millones de muertes por año (equivalentes al 80% de todas las muertes) son causadas por las ENT. Cada año, 2,2 millones de personas entre los 30 y los 69 años de edad en la Región de las Américas mueren prematuramente a causa de las ENT (lo que representa el 40% de todas las muertes por ENT). **(5)**

En el Perú según ENDES el 37.5% de la población mayor a 15 años tiene sobrepeso en el año 2022 habiendo un incremento de 0.6% comparado con el año 2021 lo cual es preocupante como problema de salud pública **(6)**, siendo uno de los principales factores de riesgo para padecer una ENT.

En los últimos años, el Callao ha visto un aumento en la incidencia de enfermedades no transmisibles. De acuerdo con datos del Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), la diabetes afecta a más del 10% de los adultos en el distrito del Callao, mientras que, en La Perla, la tasa es cercana al 8%. Además, la anemia impacta al 40% de los niños menores de cinco años en el Callao, con cifras aún más altas en distritos como

Ventanilla y Carmen de la Legua-Reynoso, donde la incidencia puede superar el 50%. Estos problemas se ven agravados por factores como el sedentarismo, la alimentación inadecuada y el acceso limitado a servicios de salud de calidad.

La situación es especialmente grave en las comunidades vulnerables, donde las barreras económicas y educativas intensifican el problema. En Ventanilla, por ejemplo, donde el 30% de la población vive en pobreza, el acceso a servicios médicos es escaso, lo que aumenta el riesgo de enfermedades no transmisibles.

Estos datos son preocupantes es así que las Naciones Unidas, en el año 2015, incluyó dentro de sus 17 objetivos de Desarrollo Sostenible, al objetivo 3 "Salud y Bienestar" que tiene como una de las metas "Reducir en un tercio la mortalidad prematura por enfermedades no transmisibles mediante la prevención y el tratamiento y promover la salud mental y el bienestar" (Naciones Unidas, 2015).

Un estilo de vida saludable repercute positivamente a la salud física y mental, ayudando a crear hábitos sanos, como la alimentación adecuada, ejercicio, actividades de socialización, calidad de sueño, entre otros; disminuyendo considerablemente el desencadenamiento de alteraciones a largo plazo y la mortalidad temprana; común en una sociedad inactiva.

Este proyecto buscará dentro del rol de la enfermería fomentar la promoción de buenos hábitos y prevención de factores de riesgo, encaminado a disminuir la morbi-mortalidad de ENT, buscando en las personas actitudes favorables, concientizando la prevención de enfermedades no transmisibles como el Síndrome Metabólico, Diabetes y Anemia.

- **ANTECEDENTES**

AQUINO CANCHARI, C. R. (2021), en Perú, realizó un estudio sobre la prevalencia y los desafíos de la anemia infantil en niños de 6 a 35 meses, basado en datos de la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES) del 2018. El objetivo fue evaluar el impacto

de las políticas públicas implementadas, como el Plan Nacional para la Reducción y Control de la Anemia Materno Infantil, que busca disminuir la anemia al 19% en 2021 mediante estrategias como la suplementación de hierro y ácido fólico, y la promoción de una alimentación rica en hierro. Conclusiones: A pesar de la disminución en la prevalencia de anemia en los últimos años, los indicadores siguen siendo preocupantes, especialmente en áreas rurales y en quintiles socioeconómicos bajos. La anemia infantil en Perú es un problema multidimensional que requiere un enfoque integral, considerando factores socioeconómicos y culturales, para una efectiva prevención y tratamiento. **(7)**

CARRILLO-LARCO, R. M. y BERNABÉ-ORTIZ, A. (2023) en Perú realizaron una revisión sistemática sobre la prevalencia e incidencia de diabetes mellitus tipo 2 en la población general adulta, con el objetivo de caracterizar el riesgo de diabetes y evaluar el acceso a tratamiento y manejo de la enfermedad en diversas regiones del país. Conclusiones: La revisión identificó que la mayoría de los estudios se han centrado en áreas urbanas, con escasa representación de poblaciones rurales y amazónicas. Se destaca la necesidad de realizar más investigaciones en estas regiones para comprender mejor la carga de la diabetes y desarrollar estrategias efectivas de prevención y tratamiento. Además, se sugiere integrar temas relacionados con el manejo de la diabetes en el currículo de salud pública para mejorar la formación de profesionales en este ámbito. **(8)**

JAIME PAJUELO - RAMIREZ (2017) esta investigación analizó la prevalencia de la obesidad en el Perú a lo largo del tiempo en diferentes grupos poblacionales (preescolares, escolares, adolescentes y adultos) utilizando datos de encuestas nacionales como ENNSA, MONIN, ENAHO y estudios del INEI. Tiene como objetivo mostrar la situación de la obesidad en el Perú y cómo ha sido su comportamiento en función del tiempo, de acuerdo a grupos poblacionales (preescolares, escolares, adolescentes y adultos). Asimismo, mostrar las medidas que se han tomado para prevenir y enfrentar el problema. La conclusión revela un incremento constante de la obesidad en todos los grupos estudiados, atribuible a cambios en los hábitos alimentarios y la disminución de la actividad física, similares a las tendencias regionales. Además, se destaca que las políticas implementadas, como la ley de promoción de la alimentación

saludable y el etiquetado de alimentos, han enfrentado retrasos y dificultades en su aplicación efectiva, subrayando la necesidad de mejorar las estrategias de implementación para combatir eficazmente la obesidad en el Perú. **(9)**

CARRILLO-LARCO, R. M. y GUZMAN-VILCA, W.C. (2024) , se realizó un análisis de una encuesta nacional de salud sobre el síndrome metabólico en el Perú según variables sociodemográficas, así como sus componentes individuales más frecuentes y su riesgo cardiovascular con el objetivo de describir la prevalencia nacional de síndrome metabólico utilizando una encuesta representativa nacional. Conclusiones: El síndrome metabólico afecta a 1 de cada 2 adultos en Perú y es más frecuente en mujeres, personas de mayor edad y población urbana. De cada 10 peruanos con síndrome metabólico, 6 cumplen con 3 componentes y solo 1 cumple con los 5 componentes. Los componentes más frecuentes son HDL bajo, hiperglicemia y obesidad abdominal. **(10)**

JORDANO ISMAEL C.P., JORGE DÍAZ ORTEGA y ROSA PATRICIA G.C. (2019), se realizó un estudio de diseño descriptivo con el fin de determinar la relación de los estilos de vida y el síndrome metabólico en los pobladores adultos y adultos mayores de la ciudad de Trujillo (Perú). La muestra estuvo conformada por 227 adultos y 44 adultos mayores. Para la evaluación de los estilos de vida se utilizó un cuestionario con preguntas sobre snacks, frutas, verduras, consumo de tabaco, alcohol y actividad física. Conclusiones: Se determinó que el 55 % de los adultos y el 73 % de los adultos mayores presentaban síndrome metabólico. El 18,9 % de los adultos consumían snacks y presentaban síndrome metabólico; en tanto que aquellos que no consumían snacks y no presentaban síndrome metabólico representaban el 23,3%. El 27,3 % no consumían verduras, presentaban síndrome metabólico; en tanto que el 28,6% consumían verduras, no presentaban síndrome metabólico (0,044). Solo se encontró relación entre el consumo de snacks y el consumo de verduras con el síndrome metabólico en los adultos. **(11)**

- **JUSTIFICACIÓN**

Las enfermedades crónicas no transmisibles, son motivo de preocupación en Perú debido a la gran carga de morbi-mortalidad e incapacidad en la población.

El síndrome metabólico, la diabetes y la anemia aborda un problema de salud pública creciente y significativo, que afecta la calidad de vida de las personas y la economía. La alta prevalencia de estas enfermedades sumada a la necesidad de prevención y control, hace que este proyecto sea fundamental para reducir la incidencia y prevalencia de estas enfermedades.

El proyecto de prevención de enfermedades no transmisibles busca abordar estas problemáticas a través de la educación, la promoción de estilos de vida saludables y la detección temprana. Al hacerlo, podemos reducir el riesgo de desarrollar estas enfermedades y mejorar la calidad de vida de las personas en nuestra comunidad. **(12)**

Las ECNT son responsables al menos, de la muerte de 41 millones de personas en el mundo. Y si bien pueden afectar a todos los grupos etarios, se estima 15 millones de muertes entre los 30 y 69 años de edad. De acuerdo a las cifras de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

En este sentido el Ministerio de Salud ve con preocupación que, en los últimos años, estas enfermedades presentan una tendencia de aumento, es por ello, que se hace necesario elaborar planes y programas aplicables a las diferentes poblaciones - niños, jóvenes, adultos y adulto mayor, que sean mayormente vulnerables al presentar enfermedades crónicas no transmisibles. Además, se espera que el proyecto tenga un impacto positivo en la reducción de los costos de atención médica y en la mejora de la calidad de vida de las personas afectadas. **(13)**

La prevalencia de estas enfermedades en nuestra comunidad es alta. Además, estas condiciones tienen un impacto desproporcionado en los grupos más vulnerables, como los adultos mayores, los niños y las personas con bajos ingresos.

Estas enfermedades surgen debido a factores como la falta de educación, la pobreza y el acceso limitado a servicios de salud, lo que hace que sea necesario implementar estrategias efectivas de prevención y control **(14)**.

Este proyecto permite educar y concienciar a la comunidad sobre la importancia de la prevención y el control de estas enfermedades, y fomenta la colaboración con la comunidad y otros actores relevantes para desarrollar estrategias efectivas.

La finalidad de este proyecto aborda una necesidad importante en nuestra comunidad, tiene el potencial de reducir la prevalencia de enfermedades no transmisibles y mejorar la calidad de vida de las personas, y es rentable en términos de reducción de costos de atención médica.

- **OBJETIVOS:**

4.1 OBJETIVOS GENERAL

Promover la salud y mejorar la calidad de vida de la población mediante la reducción de la incidencia y las complicaciones de las enfermedades no transmisibles, a través de estrategias integrales de prevención, detección temprana, y fomento de hábitos de vida saludables.

4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICO

- Fomentar la educación en salud mediante un taller educativo y/o una campaña informativa para concientizar a la población sobre los factores de riesgos, síntomas y complicaciones asociadas con el síndrome metabólico, la diabetes y la anemia.
- Realizar una detección temprana, se organizará jornadas de tamizaje para detectar riesgos como hipertensión, hiperglucemia y niveles bajos de hemoglobina en la población.
- Promover hábitos de vida saludable, se desarrollará y organizará un programa de alimentación saludable y gestión del estrés dentro de la comunidad.

- **FUNDAMENTACIÓN DEL PROYECTO**

Ley Universitaria N° 30220

Estatuto de la Universidad Nacional del Callao

Ley N° 30309

Código de ética.

El Artículo 124 de la Ley Universitaria N° 30220 establece: La responsabilidad social universitaria es la gestión ética y eficaz del impacto generado por la universidad en la sociedad debido al ejercicio de sus funciones: académica, de investigación y de servicios de extensión y participación en el desarrollo nacional en sus diferentes niveles y dimensiones; incluye la gestión del impacto producido por las relaciones entre los miembros de la comunidad universitaria, sobre el ambiente, y sobre otras organizaciones públicas y privadas que se constituyen en partes interesadas.

Además, la responsabilidad social universitaria es fundamento de la vida universitaria, contribuye al desarrollo sostenible y al bienestar de la sociedad y compromete a toda la comunidad universitaria.

Según la Ley N° 30309, “Ley que promueve la investigación científica, desarrollo tecnológico e innovación tecnológica” busca que nosotros como estudiantes seamos respaldados económicamente para la realización de diferentes proyectos de esta manera nos induce al desarrollo de nuevos conocimientos científicos o tecnológicos permitiéndonos garantizar el incremento de la investigación y cumplimiento de las competencias dentro la universidad. **(15)**

El código de ética de investigación de la UNAC es un conjunto de principios que norman la conducta de los docentes, estudiantes, graduados y de los investigadores en general que desarrollan esta actividad científica y de su gestión de las diferentes unidades, institutos y centros en donde se desarrolla la investigación. De igual manera la

investigación en la UNAC no ocasiona acciones lesivas a la naturaleza ni a la biodiversidad. Respeta los elementos y diversidad bióticos, abióticos, genéticos, étnicos, culturales y sociales.

- **METODOLOGÍA**

Este proyecto se realizará con la participación de los estudiantes de la Universidad Nacional del Callao y también con la población objetiva y consta en lo siguiente

- Se realizó un estudio de la problemática actual sobre la prevención del síndrome metabólico, la diabetes y la anemia en la comunidad (nombre de la comunidad). Se estimó las posibles acciones para educar, detectar y promover hábitos. Por ello, se propone este proyecto para hacer frente y buscar soluciones de mejora a esta problemática.
- Se realizará la elaboración del material educativo: material visual, afiches, entrega de trípticos del tema “Prevención de enfermedades no transmisibles: síndrome metabólico - diabetes y anemia en la comunidad ”
- La ejecución de las actividades programadas será llevada a cabo por los estudiantes responsables de dicho proyecto.
- Se llevará a cabo un monitoreo y seguimiento de las actividades programadas como evidencia para el cumplimiento de las actividades en el tiempo establecido.
- Después de haber realizado las actividades, pasaremos a medir y evaluar el impacto producido en el campo establecido.

- **PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES**

El objetivo de este proyecto es realizar un seguimiento de todas las actividades para orientar sobre la prevención de enfermedades no transmisibles: síndrome metabólico, diabetes y anemia en la comunidad X e identificar los factores de riesgo que desencadenan un inadecuado estilo de vida saludable.

Actividades	CICLO 2024 - B		
	SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE
Diagnóstico de la Situación actual frente a las enfermedades no transmisibles (síndrome metabólico, diabetes y anemia) en el asentamiento humano Manos de Dios II etapa- San Juan de Lurigancho	x		
Planificación de actividades: 1. Búsqueda y reconocimiento del lugar donde se realizará la actividad en el asentamiento humano Manos de Dios II etapa- San Juan de Lurigancho 2. Coordinación de la actividad a realizar en el asentamiento humano Manos de Dios II etapa- San Juan de Lurigancho	x	x	

3. Elaboración de Plan de trabajo. 4. Producción de material educativo			
Ejecución de actividades			x
en el asentamiento humano manos de dios II etapa- San Juan de Lurigancho			
Sesiones educativas sobre la prevención enfermedades no transmisibles (síndrome metabólico, diabetes y anemia), con apoyo de material educativo Fomentar la participación en asistencia hacia los centros de salud oportunamente ante la presencia de algún signo de alarma que pueda afectar su salud. Tamizaje para identificar el síndrome metabólico (medida de peso, talla, perímetro abdominal,			

medida de la glucosa, presión arterial)			
Evaluación de actividades			x
Elaboración del informe			x

- **POTENCIALES BENEFICIARIOS:**

El presente proyecto tendrá como beneficiarios a toda la población de San Juan de Lurigancho

DIRECTA : 60 personas todos los vecinos de la comunidad de la II etapa

INDIRECTA : 112 personas, todos vecinos del asentamiento humano Manos de Dios

- **IMPACTO DE LA ACTIVIDAD :**

El presente proyecto tendrá como beneficiarios a toda la población en general (niños, adolescentes, jóvenes, gestantes y adultos).

- Fomentar la adquisición de conocimiento acerca de los cuidados que se debe de tener para prevenir el síndrome metabólico y que la población lo ponga en

práctica, haciendo uso de sus recursos, mejorando así su calidad de vida y salud en general.

- Proporcionar información acerca del valor nutricional de los diversos alimentos que poseemos en nuestro medio, poniendo énfasis en aquellos que son ricos en hierro, y el modo de prepararlos y consumirlos, como también brindar opciones de suplementación de estos productos.
- Inculcar en los niños y adolescentes la importancia de tener una alimentación balanceada y de calidad, para más adelante prevenir enfermedades tales como el síndrome metabólico, diabetes, anemia, entre otros.
- **METAS :**
- Involucrar a la familia en poner en práctica hábitos saludables tanto en la alimentación como el ejercicio físico, para ayudar a crear un entorno de apoyo y reforzar las prácticas preventivas ante enfermedades como el síndrome metabólico, diabetes y deficiencia de hierro en niños, mujeres gestantes y en el adulto mayor.
- Mejorar el estado cognitivo y físico de la población en pleno desarrollo, inculcando buenas prácticas de alimentación que refuercen su memoria a largo plazo y se desenvuelven de una manera óptima en el entorno académico y en la comunidad, como también fortalecer su sistema inmunológico.
- Reducir los costos de atención médica, impulsando a la comunidad a reformar su estilo de vida y así poder prevenir enfermedades no transmisibles a largo plazo.

• **CRONOGRAMA:**

ACTIVIDADES	2024-B			
	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
Diagnostico situacional	x			
Planificación de actividades	x	x		
Ejecución			x	
Evaluación			x	
Informe (2024-B)				x

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Enfermedades no transmisibles. (s/f). Who.int. [citado el 31 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
- Russo, M. P., Grande-Ratti, M. F., Burgos, M. A., Molaro, A. A., & Bonella, M. B. (2023). Prevalencia de diabetes, características epidemiológicas y complicaciones vasculares. Archivos de cardiología de Mexico, [citado el 31 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://doi.org/10.24875/acm.21000410>
- Vergara ID. Síndrome Metabólico en Adultos: Revisión. Arch Med [Internet]. [citado el 31 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://www.archivosdemedicina.com/medicina-de-familia/siacutendrome-metaboacutelico-en-adultos-revisioacuten-narrativa-de-la-literatura.pdf>
- Anemia [Internet]. Who.int. [citado el 31 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anaemia>
- Economía de las ENT [Internet]. Paho.org. [citado el 31 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/economia-ent>
- De Planeamiento OG, Modernización PY. Reporte de seguimiento al I Semestre 202 [Internet]. Gob.pe. [citado el 31 de agosto de 2024]. Disponible en: https://www.minsa.gob.pe/presupuestales/doc2024/reporte-seguimiento/Reporte%202023-I_PP%200018.pdf
- Canchari, C. R. A. Anemia infantil en el Perú: un problema aún no resuelto Children anemia in Peru: a problem not yet solved. Medigraphic.com. [citado el 31 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/revcubped/cup-2021/cup211r.pdf>
- Carrillo-Larco, R. M., & Bernabé-Ortiz, A. (2019). Diabetes mellitus tipo 2 en Perú: una revisión sistemática sobre la prevalencia e incidencia en población general. Revista peruana de medicina experimental y salud pública, [citado el 31 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://doi.org/10.17843/rpmesp.2019.361.4027>

- Pajuelo Ramírez, J. (2017). La obesidad en el Perú. Anales de la Facultad de Medicina (Lima, Peru : 1990), [citado el 31 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://doi.org/10.15381/anales.v78i2.13214>
- Vista de Síndrome metabólico en el Perú: Análisis de una encuesta nacional de salud en 2017-2018. (s/f). Org.pe. [citado el 31 de agosto de 2024]. Disponible en: <http://cmhnaaa.org.pe/ojs/index.php/rcmhnaaa/article/view/2245/936>
- Vista de Estilos de vida y síndrome metabólico en adultos y adultos mayores de Trujillo, Perú, 2019. Edu.pe. [citado el 31 de agosto de 2024]. Disponible en: <http://revistas.udh.edu.pe/index.php/RPCS/article/view/336e/40>
- OPS Enfermedades no transmisibles [citado el 31 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/enfermedades-no-transmisibles>
- Ministerio de Salud, Plan de acción y control de enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) Hospital de Huaycan 17 nov 2023 [internet] [citado el 31 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/5613785/4978117-240-plan-de-ecnt-2023.pdf>
- SCIELO Prevalencia de Factores de riesgo para enfermedades crónicas no transmisibles en Perú.pub. 4 nov 2020 [revista] [citado el 31 de agosto de 2024]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext HYPERLINK "http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2221-24342018000200008"& HYPERLINK "http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2221-24342018000200008"pid=S2221-24342018000200008
- Ley N° 30309, Ley Que promueve la i+d+i [Internet]. Plataforma Vincúlate. 2020 [citado 31 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://vinculate.concytec.gob.pe/ley-no-30309-ley-que-promueve-la-idi/>

