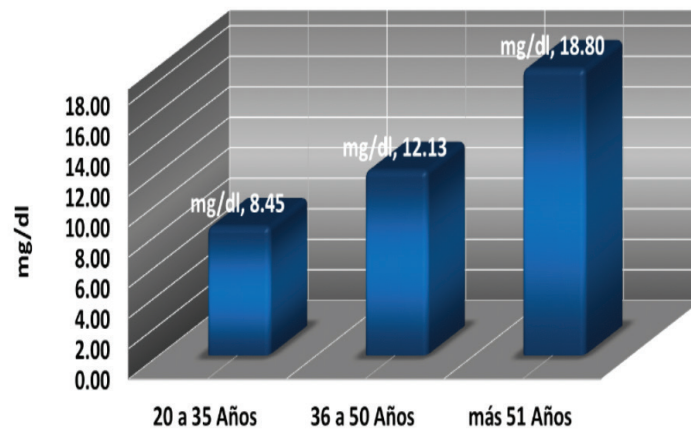


**Gráfico 7.**  
**Promedio de glucosa por rango de edades**



Edades	mg/dl	Número de Pacientes	% Pacientes	Máximo de descenso de Glucosa
20 a 35	8.45	152	31.21%	26.00
36 a 50	12.13	196	40.25%	197.80
más 51	18.80	139	28.54%	40.00
Total		487	100.00%	

Fuente. Elaboración propia.

**Gráfico 7.** El promedio de descenso del nivel de glucosa fue de 8.45 mg/dl en la población más joven, hasta alcanzar un descenso de 18.8 mg/dl en la población mayor de 51 años. La pérdida máxima reportada de baja en este valor en el tratamiento fue de 197.80 mg/dl.

Representa el descenso de glucosa en sangre en mg/dl en la población, relacionado al cambio promedio de 20 libras menos y al menos 2 puntos de grasa visceral. Entre mayor edad tiene la población, suele tener mayores niveles de glucosa en ayuno. Ello explica el por qué la pérdida es mayor entre más se avanza en edad. Parecen cifras pequeñas pero estos resultados deben analizarse desde la perspectiva de que el nivel de glucosa normal de un ser humano es de 80 mg/dl en ayuno. Se acepta que no está alterado hasta 100 mg/dl. Es en este valor que una prediabetes se inicia y permanece este diagnóstico hasta que superamos 126 mg/dl -cuando se hace con dos tomas de este valor en ayuno-, el diagnóstico de diabetes. Un cambio de aproximadamente 20mg/dl en la población mayor de 51 años, podría llevar

a alguien de padecer una diabetes a tener casi un resultado normal, o pasar de una prediabetes a un valor normal de glucosa. Sicológicamente, llegar a controlar por el propio esfuerzo los parámetros de salud del organismo, lleva a una sensación de dominio y libertad que motivan a mantener estos cambios de salud. Al analizar los valores máximos de glucosa perdidos y ver que pueden alcanzar hasta 125mg/dl en el grupo entre 36 a 50 años y de hasta 225 mg/dl en el mayor de 51 años, puede hacernos prever que podemos trabajar a la población que padece diabetes para retornar al organismo a valores normales, sólo con cambios del estilo de vida y mantenerlo así, si mantenemos estos cambios a mediano y largo plazo.

## 4.2 Algunas breves reflexiones y propuestas

Consideramos estos resultados de suma importancia para el planteamiento de cambios poblacionales y territoriales a mayor escala. Habiéndose comprobado la efectividad del tratamiento en los últimos diez años, en una población de