



## **CARRERA GUÍA NACIONAL DE TURISMO**

**TEMA:**

**“DISEÑO DE UN PROGRAMA DE GUIANZA  
ENFOCADO A PERSONAS CON DIABETES TIPO 1”**

Proyecto Integrador de grado previo a la obtención del título  
de Técnico Superior en Guía Nacional de Turismo

**AUTOR:** Camila Paredes Navarrete  
**DIRECTOR:** Lcda. Ingrid Arévalo

D.M. Quito, 01 de julio del 2020

## **DEDICATORIA**

A mi papá, mamá y hermano que amo y respeto mucho quienes me dan su amor incondicional y son el centro de mi vida.

A mis familias políticas, amigo/as con mi mayor afecto y respeto.

A quienes necesiten o aspiren una vida mejor con cuidados y amor un abrazo fuerte.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a Dios por ser la luz que vive en mí y ha sabido guiarme y que siempre será mi ángel de la guarda.

A mis padres, mi hermano que son y serán mi fortaleza mis pilares fundamentales en mi vida, que nunca me han fallado y sé que nunca lo harán.

Como parte del Instituto siento la necesidad de la existencia de proyectos que involucren la integración de personas diabéticas y a la vez siento satisfacción al estar investigando del tema y proponer que nuestro Instituto sea el pionero que los guías turísticos se sientan y estén preparados para casos de turistas con éste tipo de diagnóstico.

## AUTORIA

Yo, Camila Paredes Navarrete autor del presente informe, me responsabilizo por los conceptos, opiniones y propuestas contenidos en el mismo.

Atentamente

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Camila Paredes Navarrete', with a stylized flourish at the end.

Paredes Navarrete Camila Patricia

CL: 1727756080

Quito, 01 de julio del 2020

Lcda. Ingrid Arévalo

DIRECTORA DE TRABAJO DE TITULACIÓN

### **CERTIFICA**

Haber revisado el presente informe de investigación, que se ajusta a las normas institucionales y académicas establecidas por el Instituto Tecnológico Superior Internacional ITI, de Quito, por tanto, se autoriza su presentación final para los fines legales pertinentes.



Lcda. Ingrid Arévalo

Quito, 01 de julio del 2020

## **ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS DE TRABAJO FIN DE CARRERA**

Conste por el presente documento la cesión de los derechos en trabajo fin de carrera, de conformidad con las siguientes cláusulas:

**PRIMERA:** La Lcda. Ingrid Arévalo en sus propios derechos en calidad de Directora del trabajo de grado de la Srta. Paredes Navarrete Camila Patricia por sus propios derechos, en calidad de autor del trabajo fin de carrera.

**SEGUNDA:**

**UNO.** - La Srta. Paredes Navarrete Camila Patricia realizó el trabajo fin de carrera titulado: “Diseño de un programa de guianza enfocado a personas con diabetes tipo 1”, dirigido por la licenciada Ingrid Arévalo directora del trabajo para optar por el título de, Guía Nacional de Turismo en el Instituto Tecnológico Superior Internacional ITI, bajo la dirección de Ingrid Arévalo.

**DOS.** - Es política del Instituto Tecnológico Superior Internacional ITI, que los trabajos fin de carrera se aplique, se materialicen y difundan en beneficio de la comunidad.

**TERCERA:** Los comparecientes, Lcda. Ingrid Arévalo, en calidad de director del trabajo fin de carrera y la Srta. Paredes Navarrete Camila Patricia, como autora del mismo, por medio del presente instrumento, tienen a bien ceder en forma gratuita sus derechos en el trabajo fin de Carrera titulado: “Diseño de un programa de guianza enfocado a personas con diabetes tipo 1”, y conceden autorización para que el ITI pueda utilizar este trabajo en su beneficio y/o de la comunidad, sin reserva alguna.

**CUARTA:** aceptación: las partes declaradas que aceptan expresamente todo lo estipulado en la presente cesión de derecho.



Directora: Lcda. Ingrid Arévalo



Estudiante: Camila Paredes N

Quito, 01 de julio del 2020.

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

DEDICATORIA .....	ii
AGRADECIMIENTO.....	iii
AUTORIA.....	iv
CERTIFICA .....	v
ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS DE TRABAJO FIN DE CARRERA.....	vi
ÍNDICE DE TABLAS .....	10
ÍNDICE DE FIGURAS.....	11
RESUMEN.....	12
INTRODUCCIÓN .....	13
Nombre del proyecto.....	14
Marco Contextual.....	14
Problema de investigación .....	15
Formulación del problema .....	15
Definición del problema.....	15
Idea a defender .....	19
Objeto de estudio y campo de acción.....	19
Objeto de estudio: .....	19
Campo de acción:.....	19
Justificación.....	19
Objetivos .....	20
Objetivos Específicos.....	20
CAPÍTULO I: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA .....	21
1.1 Análisis del sitio de estudio.....	21
1.1.1 Aspectos geográficos .....	21
1.1.2 Aspectos Históricos.....	21
1.1.3 Aspectos Económicos entorno a la actividad turística.....	22
1.1.4 Los premios que Quito ha obtenido en temas de turismo .....	22
1.2 La Diabetes.....	23
Diabetes tipo 1.....	23
Diabetes tipo 2.....	24
Diabetes gestacional.....	25
¿Qué hacer antes de una actividad física y cuáles son las actividades que implican mayor esfuerzo en personas con diabetes tipo 1? .....	25
¿Qué hacer antes de una actividad física?.....	25

Actividades que implican mayor esfuerzo .....	26
Advertencia .....	26
1.3 Las discapacidades motivo de la diabetes .....	27
Discapacidad .....	27
Clases de discapacidad .....	27
Secuelas de la enfermedad .....	27
1.4 Guianza turística.....	28
1.4.1 Historia de la guianza.....	28
1.4.2 Guías especializados .....	30
Guía local .....	30
Guía Nacional de turismo.....	30
Guía nacional especializado.....	31
Especializaciones .....	31
a) Especialización en patrimonio turístico .....	31
b) Especialización en aventura.....	31
1.4.3 Operación turística del guía .....	32
1.4.4 Programa Turístico.....	32
1.4.5 Tipos de Programas Turísticos.....	32
1.4.6 Guías capacitados para el trato de personas con discapacidades o enfermedades 33	
1.4.7 Beneficios.....	33
1.5 Marco Legal .....	34
<b>2 CAPÍTULO II: DIAGNÓSTICO.....</b>	<b>35</b>
2.1 Antecedentes diagnósticos .....	35
2.2 Metodología .....	35
2.3 Tipos de Investigación .....	35
2.3.1 Explorativa .....	35
2.3.2 Descriptiva .....	35
2.4 Universo y muestra .....	36
2.5 Enfoques utilizados .....	36
2.5.1 Cuantitativo.....	36
2.5.2 Cualitativo.....	36
2.6 Técnicas de Investigación .....	37
2.6.1 Observación.....	37
2.6.2 Encuesta .....	37
2.6.3 Resultados obtenidos.....	37

2.7 Presentación gráfica de resultados .....	38
2.8 Análisis e interpretación de resultados.....	46
2.9 Síntesis del capítulo.....	47
3 CAPÍTULO III: PROPUESTA.....	48
3.1 Título de la propuesta – Descripción .....	48
3.1.1 Viaje con una experiencia nueva.....	48
3.1.2 Tips Dulces para Guías de Turismo .....	48
3.2 Macro y microlocalización.....	49
3.3 Esquema de la propuesta.....	50
3.4 Desarrollo de la Propuesta .....	51
3.5 Presupuesto .....	52
3.6 Flyer .....	53
3.7 Programa de Capacitación.....	54
3.8 Programa Turístico.....	57
3.9 Diseño del Blog.....	59
CONCLUSIONES .....	64
4 RECOMENDACIONES .....	65
5 REFERENCIAS .....	66
APÉNDICE A .....	69
APÉNDICE B .....	70
APÉNDICE C .....	71
APÉNDICE D .....	72

## ÍNDICE DE TABLAS

TABLA N°1: PLAN DE EJECUCIÓN .....	50
TABLA N°2: ITINERARIO .....	51
TABLA N°3: COSTOS .....	52
TABLA N°4: PLANIFICACIÓN DEL PROGRAMA DE CAPACITACIÓN .....	54
TABLA N°5: REGISTRO DE DATOS DE PARTICIPANTES AL PROCESO DE CAPACITACIÓN .....	56
TABLA N°6: IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA .....	69
TABLA N°7: ANÁLISIS DE INVOLUCRADOS .....	70

## ÍNDICE DE FIGURAS

FIGURA NO.1. DATOS GENERALES .....	38
FIGURA NO.2. CONOCIMIENTO SOBRE LA DIABETES TIPO 1.....	39
FIGURA NO.3. ESTRATEGIAS EN EL SERVICIO DE GUIANZA .....	39
FIGURA NO.4. CONOCIMIENTO DE SUMINISTRAR LA INSULINA .....	40
FIGURA NO.5. RANGO DE GLUCOSA QUE SE MANEJA EN EL CUERPO .....	40
FIGURA NO.6. IMPLEMENTACIÓN DE PLAN DE CONTINGENCIA EN LOS PROGRAMAS TURÍSTICOS .....	41
FIGURA NO.7. COMO ACTUAR EN MOMENTOS DE EMERGENCIA .....	41
FIGURA NO.8. DATOS GENERALES .....	42
FIGURA NO.9. CONOCIMIENTO DE DIABETES TIPO1 .....	43
FIGURA NO.10. CONOCIMIENTO DE SUMINISTRAR LA INSULINA .....	43
FIGURA NO.11. RANGO DE GLUCOSA QUE SE MANEJA EN EL CUERPO .....	44
FIGURA NO.12. ACOMPAÑANTES QUE TIENEN CONOCIMIENTO DE LA ENFERMEDAD.	44
FIGURA NO.13. ALIMENTOS QUE PUEDEN CONSUMIR PARA UNA DIETA SALUDABLE.	45
FIGURA NO.14. ACTIVIDADES TURÍSTICAS QUE GENERAN COMPLICACIÓN A PERSONAS CON DIABETES .....	45
FIGURA NO.15. ESTRATEGIAS PARA EVITAR EMERGENCIAS EN SERVICIOS TURÍSTICOS .....	46
FIGURA NO.16. RECORRIDO CENTRO HISTÓRICO DE QUITO.....	49
FIGURA NO.17. FLYER.....	53
FIGURA NO.18. EL BLOG TIENE TRES ENTRADAS PRINCIPALES CON DEFINICIÓN DE QUE ES DIABETES TIPO1, BENEFICIOS DE TRABAJAR CON ESTE TIPO DE PERSONAS Y ALIMENTACIÓN. ....	59
FIGURA NO.19. EN SEGURIDAD DETALLA QUE HACER ANTES DE UNA ACTIVIDAD FÍSICA Y CUÁLES SON LAS ACTIVIDADES QUE IMPLICAN MAYOR ESFUERZO EN PERSONAS CON ESTA CONDICIÓN MÉDICA. ....	60
FIGURA NO.20. EN PRIMEROS AUXILIOS EXPLICA CÓMO SUMINISTRAR LA INSULINA, COMO ACTUAR EN MOMENTOS DE EMERGENCIA Y QUE DEBE TENER EL BOTIQUÍN. .....	61
FIGURA NO.21. EN ADVERTENCIA HAY PUNTOS DE QUÉ HACER SI UN TURISTA PRESENTA INESTABILIDAD, ESTA OPCIÓN ES PUESTA COMO ADVERTENCIA, YA QUE MUCHAS PERSONAS CONFUNDEN O PIENSAN QUE POR SER PERSONAS DIABÉTICAS TIENEN QUE INYECTAR INSULINA Y MUCHAS DE LAS VECES NO ES ASÍ.....	62
FIGURA NO.22. EN ESTA OPCIÓN DE CONTACTO PUEDEN REALIZAR CUALQUIER PREGUNTA O INQUIETUD COPIANDO EL MAIL CAMILAPAREDESNAVARRETE@GMAIL.COM.....	63

“DISEÑO DE UN PROGRAMA DE GUIANZA ENFOCADO A PERSONAS  
CON DIABETES TIPO 1”

**AUTOR:** Srta. Camila Paredes N.

**DIRECTOR:** Lcda. Ingrid Arévalo

**FECHA:** 01/07/2020

**RESUMEN**

La presente investigación hace alusión al deficiente manejo y organización de la operación turística en el trato a personas con diabetes tipo 1, el tema radica en establecer parámetros para la programación de una guianza en donde los pasajeros estén a gusto con el recorrido realizando las paradas establecidas acorde a su condición, para que puedan medir su glucosa y consumir el alimento adecuado. Con el diseño del programa de capacitación, un blog para guías y un programa turístico enfocado a este tipo de turistas, se logrará un mejor manejo evitando la exclusión de las personas con esta condición médica y promoviendo mayor seguridad en actividades turísticas. Los resultados que se presentan sirven para determinar el nivel de conocimiento de los guías en el tema de diabetes, para ello es importante abarcar desde el entendimiento de lo que significa tener esta enfermedad hasta el acompañamiento y la selección de actividades y servicios que se encuentren preparados para su atención. En la presente investigación se aplicó una investigación descriptiva con técnicas como la encuesta y consulta a profesionales tanto en la rama de la salud y del turismo, lo que permitió verificar la viabilidad de la propuesta planteada.

## INTRODUCCIÓN

La guianza turística en el Ecuador como profesión se ha manejado a partir de la Segunda Guerra Mundial hasta la actualidad (Olivo, 2019), se ha ido especializando en diferentes áreas, tanto por la influencia territorial como por preferencias de actividades, sin embargo, carecen de guías especializados en el manejo de personas con algún tipo de discapacidad o enfermedad que dificulte las actividades o los servicios turísticos (Navas M. , 2019).

A lo largo de la historia habido cambios en las formas de entender el concepto salud –enfermedad (Del Carmen & Quintero, 2007), la palabra “salud” se revela una aspiración ideal. deriva del latín “saluus”, que a su vez se deriva del griego “ólos”, que significa “todo”. La palabra “salud” mantiene una relación etimológica con la palabra “salvación” (Ibarra, n.d.).

En un mundo sin conocimientos científicos, las enfermedades se explicaban como castigos de los dioses y de los espíritus por pecados individuales o colectivos y la salud era considerada como una gracia o recompensa ante un comportamiento virtuoso (*Renovación conceptual de la salud pública*, n.d.).

Según ha señalado, el diagnóstico, tratamiento y seguimiento de la DM1 en el sector público “no es el más adecuado” ya que hay datos insuficientes sobre cuántas personas tienen la enfermedad y cuántos tienen acceso al tratamiento (Fundación Diabetes Juvenil Ecuador, 2017).

## **Nombre del proyecto**

“DISEÑO DE UN PROGRAMA DE GUÍANZA ENFOCADO A PERSONAS CON DIABETES TIPO 1”

## **Marco Contextual**

Contar con un área o persona que tenga idoneidad para interactuar con personas que padecen de diabetes tipo 1, ya que son servicios que necesitan cubrirse en la ciudad de Quito, al ser un centro de distribución turística para el resto del país, debe incluir programas que permitan el trabajo especializado y brindar desde la asistencia de personal capacitado.

La diabetes, motivo de la presente investigación, a pesar de no estar incluida en el cuadro de enfermedades catastróficas según el Ministerio de Salud. La nutrición, la actividad física y un adecuado manejo de medicinas son partes importantes de un estilo de vida saludable para las personas con diabetes porque ayuda a mantener el nivel de glucosa en la sangre dentro de los rangos deseados. Por ello al momento de programar actividades turísticas se debe tomar en cuenta todas los requerimientos y recomendaciones que necesitan las personas que padecen este tipo de enfermedad.

Es conveniente proporcionar una identificación personal de la totalidad del grupo, adquirir datos del turista, la comunicación con el guía referente a la actividad debe ser fluida y constante para lograr que la persona con dicha discapacidad logre comprender la actividad que se desarrolle y también lograr un vínculo para interactuar, proponiendo la anticipación de información y de actividades que se llevarán a cabo, asegurando que la información brindada por el guía sea comprendida.

## **Problema de investigación**

El problema principal que se ha identificado previo al desarrollo de la presente investigación, ha sido el deficiente manejo y organización de la operación turística en el trato a personas con diabetes tipo 1.

## **Formulación del problema**

Para definir el problema se ha establecido las siguientes preguntas directrices:

**¿Qué causa el desinterés por parte de los operadores turísticos en cuanto a la generación de programas enfocados a personas con enfermedades crónicas?**

La falta de cultura y de conocimiento por las personas que padecen de este tipo de enfermedades. Según algunos operadores este segmento de mercado es minoritario.

**¿Cómo incide la inexistencia de estudios que involucren el análisis del perfil del turista para la generación de una oferta especializada?**

Disminuye el interés en el ámbito turístico, ocasionando la improvisación en el momento que se ocasiona un problema. Que no existe una atención más personalizada.

## **Definición del problema**

El desconocimiento de los guías en temas de salud, incide en el deficiente manejo y organización de la operación turística para el trato a personas con diabetes tipo 1, por ello es importante abarcar desde el entendimiento de lo que significa tener esta enfermedad.

La Diabetes Mellitus es una enfermedad metabólica crónica caracterizada por la glucosa en sangre elevada (Organización Panamericana de la Salud (OPS), 2019), se la considera como una enfermedad compleja y también es una de las más comunes (Shamim, 2013). Se asocia con una deficiencia absoluta o relativa de la producción y/o de la acción de la insulina (Sociedad Española de la Medicina Interna (SEMI), 2018), ésta enfermedad NO se encuentra dentro del listado de enfermedades catastróficas, raras y o huérfanas, a pesar de cumplir con los parámetros para estar dentro del cuadro de enfermedades catastróficas. Sin embargo, es contradictorio que el MSP incluya en sus dependencias como prioritarios en los programas a la Diabetes (Ministerio de Salud Pública (MSP), 2019).

Benites (2015) sostiene que “las enfermedades catastróficas son aquellas en las que los pacientes necesitan tratamientos continuos, son casi siempre devastadoras e incurables, tienen un alto impacto económico, cuyos resultados pueden llegar a la deficiencia, discapacidad y a la limitación funcional de sus actividades”.

Después de muchos años, la diabetes puede causar problemas en su cuerpo. Puede dañar sus ojos, riñones, nervios, piel, corazón y vasos sanguíneos (García, 2017, p. 57), para evitar esos problemas es necesario que el estilo de vida tenga cambios en sus hábitos diarios como son alimenticios y físicos (American Diabetes Association, 2018, p. 31).

Con todo lo mencionado y a quien le corresponde al Estado a través del MSP como ente regulador de la salud vigilar, proteger, cuidar y proveer a la población lo necesario para llevar una salud satisfactoria, pero, lamentablemente el sistema solo se enfoca en la medicina curativa más no en la preventiva, la misma que evitaría que la población sufra de múltiples diagnósticos. Sin embargo, no toda la responsabilidad es del Estado, debe ser compartida, con el paciente, la familia y la sociedad (MSP), 2019).

Con todo este enfoque, se puede determinar que una persona diabética puede vivir de manera “normal” por lo tanto debe incluir en su vida la diversión y esparcimiento. Lamentablemente no se ha encontrado bibliografía que involucre al Ministerio de Turismo en el que se enfoque en programas y proyectos para personas con enfermedades catastróficas y en éste caso la Diabetes Tipo 1, razón por la cual, se ha creído importante señalar lineamientos y recomendaciones claves a la hora de programar y operar turísticamente recorridos que permitan la inclusión de personas que padecen de diabetes.

Mediante el levantamiento de información sostenida el 31 de octubre del 2019 (Navas M. J., 2019) funcionaria del MINTUR cuenta que no existe una fecha exacta cuando inició la carrera de Guía Nacional de Turismo; ya que guías eran consideradas las personas que tenían alguna habilidad como de alta montaña, buceo solo necesitaban ser bachilleres. Actualmente, para tener la licencia de Guía Nacional de Turismo, Guías Especializados en Patrimonio y Aventura, deben tener el título de tercer nivel o pueden tener títulos en ramas fines como biología, historiadores y en ramas relacionadas al turismo, pueden obtener una certificación en competencias laborales y obtener la licencia como guía de turismo.

Existe el proyecto de turismo accesible e inclusivo que está construida y en análisis de las autoridades del Ministerio de Turismo (MINTUR), debido a que existe la tentativa de establecer como política pública (Dirección de Auditoría Interna, 2011). Dentro del MINTUR y varias entidades de estado son las que están formando parte del proyecto, pero quien las lidera es la Dirección provincial de Capacitación, este proyecto está en construcción y posiblemente puede salir en diciembre del 2019. El proyecto tiene desde un diagnóstico que lo hacen primero a nivel internacional y luego nacional, ya que toman el plan estratégico de España y Argentina a nivel de accesibilidad, estos países han servido como referencia para Ecuador.

El proyecto tiene varios ejes transversales que se han trabajado en el Ministerio de Turismo, quien tiene un convenio que fue firmado en el 2016 y se

renovó en el 2018 con la CONADIS y FENEDIP, este convenio permite al Ministerio de Turismo hacer varias acciones en temas de capacitación, establecimientos turísticos, promoción, diseño y empaquetamientos de circuitos turísticos, porque manejan desde la oferta a la demanda. Siendo el objetivo la creación de promoción en Ecuador como una de las opciones de visita para personas con discapacidad.

Por otro lado, al hacer contacto con el personal del MINTUR informa que se está creando un plan de turismo accesible para personas con discapacidad que se manejan con FENEDIP en donde están todos los establecimientos que son accesibles o al menos atiendan a personas con discapacidad, pretenden llegar a tener un sello de calidad en accesibilidad dentro de espacios no solo en infraestructura sino de servicio además, tiene un componente muy fuerte que lo consideran con mucho empeño, que es la capacitación y la sensibilización en tres áreas importantes como son: turismo, accesibilidad y discapacidad. Ministerio de Turismo, CONADIS y FENEDIP tienen cursos virtuales y presenciales que dan a las instituciones en estas tres temáticas.

Del acercamiento que se tuvo con el MINTUR, la normativa de guías, no establece parámetros del trabajo del guía para el trato a personas con discapacidad, la especialización en actividades como aventura, trekking, montañismo, se especializan por actividad turística no por especialización de mercado. En el país, existen 30 guías con discapacidad que trabajan en el medio, que desempeñan actividades relacionadas al desarrollo sensorial como: taparles los ojos y que mediante los otros órganos reconozcan elementos como frutas desde lo olfativo a lo gustativo, generando experiencias propias en las actividades de guianza.

En cuanto a la infraestructura de los hoteles y restaurantes, el Hotel Plaza Grande ubicado en el centro histórico de Quito, manejan un tipo de seguro para los huéspedes que es la asistencia médica inmediata para cualquier emergencia a personas diabéticas, en el restaurante existe menú para personas diabéticas el cual debe ser pedido con anticipación. En el Hotel Casa Gangotena cuentan con la ayuda

de UTIM, empresa médica con la que se manejan, los dos restaurantes tienen menú para personas con diabetes.

### **Idea a defender**

Mediante el diseño de un programa de guianza enfocado a personas con diabetes tipo 1, se logrará mejorar el manejo y organización de la operación turística en el trato a personas con esta condición médica.

### **Objeto de estudio y campo de acción**

**Objeto de estudio:** Guianza turística

**Campo de acción:** Distrito Metropolitano de Quito durante el año 2019

### **Justificación**

La creación de un plan de acción para manejo de los guías turísticos enfocados en turistas con diabetes tipo 1 es tan importante por cuanto se trata de precautelar la salud de un turista, asegurando que su estadía en el lugar escogido para conocer y disfrutar del paseo sea placentera, de tal manera que todos los turistas enfermos o no, guías y no guías se encuentran preparados para un posible caso de emergencia.

Este plus hará que los turistas escojan con plena confianza y seguridad un plan turístico y sobre todo que esta enfermedad no sea un limitante para ello, brindando seguridad a los pasajeros y contar con un personal de apoyo especializado en trato a personas con esta condición médica.

La importancia del presente tema de investigación radica en el establecimiento de parámetros para la programación de una guianza en donde los pasajeros estén a gusto con el recorrido haciendo ciertas paradas para que puedan medir su glucosa y consumir algún tipo de alimento, tomando en cuenta que pasajeros con este tipo de enfermedad no pueden realizar ciertas actividades ya que

su nivel de glucosa tiende a subir o a bajar provocado por las emociones y adrenalina que implican ciertas actividades.

Se determina importante la cristalización del proyecto por las siguientes razones:

- ✓ Inclusión de turistas con diabetes dentro de las guías turísticas
- ✓ Mantener la salud del turista
- ✓ Confianza en la empresa turística
- ✓ Diversión y entretenimiento del turista
- ✓ Rentabilidad económica

## **Objetivos**

Diseñar un programa de guianza enfocado a personas con diabetes tipo I, mediante el desarrollo de actividades y un guión especializado que permita la inclusión de pasajeros en todo tipo de recorridos turísticos en la ciudad de Quito.

## **Objetivos Específicos**

- Determinar el número de personas que tienen la enfermedad, de empresas y personal turístico que cuenta con la capacitación para la atención y programación de programas turísticos especializados.
- Establecer los parámetros de salud, para un control adecuado e información de los turistas que presenten diabetes.
- Determinar los pasos para la creación de programas inclusivos y la capacitación adecuada para el personal que trabaje con personas que presenten esta condición médica.

# **CAPÍTULO I: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA**

## **1.1 Análisis del sitio de estudio**

El proyecto es el diseño de un programa de guianza enfocado a personas con diabetes tipo 1, lo que principalmente hace una necesidad socio-turística en espacios funcionales en sitios específicos, en los que se integran actividades turísticas recreativas, socioculturales. En esto radica la importancia del análisis del sitio y del entorno, en lograr integrar las características naturales y las necesidades humanas con el fin de evitar la exclusión o aislamiento de las personas con esta condición en actividades turísticas.

### **1.1.1 Aspectos geográficos**

Según decreto expedido el 24 de septiembre de 1830 en la ciudad de Riobamba por la primera constituyente, se declaró a Quito por siempre como capital de la República del Ecuador que constituye el Distrito Metropolitano (Lara, 2015, p.10), se ubica dentro de la hoya del río Guayllabamba, que abre una brecha en la cordillera para avanzar hasta el Pacífico. Esta hoya está rodeada de un cinturón de volcanes como: Cotopaxi, Antisana, Sincholagua y Cayambe, en la cordillera oriental (Gobierno Provincial de Pichincha, 2017).

### **1.1.2 Aspectos Históricos**

Quito estuvo poblada por lo menos desde el año 900 a. de C. Fue centro de unión de las rutas entre los principales poblados de la zona por lo tanto era el eje de un intenso intercambio comercial (Museos de Quito, 2015), fue fundada en el siglo XVI sobre las ruinas de una ciudad inca y se encuentra a una altitud de 2.850 m. se extiende a lo largo de las laderas del volcán Pichincha y está bordeada por las colinas del Panecillo e Ichimbia, fundada por los españoles en 1534 (UNESCO, 2019).

### **1.1.3 Aspectos Económicos entorno a la actividad turística**

El Ecuador es uno de los países con mayor biodiversidad del planeta, y que ha mantenido durante los últimos años un incremento en la llegada de turistas debido a sus maravillas naturales (Ministerio de Turismo, 2015), el turismo aportó a la economía ecuatoriana con 2,392 millones de dólares, lo que lo mantienen como la tercera fuente de ingresos no petroleros, después del banano y el camarón. Para medir el turismo interno la herramienta Geovit implementada por el Ministerio indica que en los feriados de 2018 se realizaron 13,2 millones de viajes siendo los principales destinos Quito, Guayaquil y Cuenca (Ministerio de Turismo, 2019).

### **1.1.4 Los premios que Quito ha obtenido en temas de turismo**

Quito ganó como destino Líder de Reuniones y Conferencias, así como Ciudad Cultural Líder de la región (La República EC, 2018), llevó trece premios en la XXV edición de los World Travel Awards (WTA), considerados los «Oscar de Turismo» el aeropuerto internacional Mariscal Sucre se llevó el trofeo de aeropuerto líder de Sudamérica; el Wyndham Quito ganó el hotel líder de aeropuerto; el Swissotel Quito ganó como hotel líder en conferencias (EL UNIVERSO, 2018).

Ecuador alcanzó el galardón como Destino de cruceros fluviales líder en Sudamérica y también se reconoció a la ruta del Tren Crucero como el Tren de lujo líder de América del Sur. En los galardones que obtuvieron hoteles y empresas especializadas en servicios de turismo a escala de Sudamérica: Swissotel Quito: Hotel líder en conferencias; Mashpi Lodge Ecuador: Eco-Lodge líder; Hotel Plaza Grande de Quito: La Suite de Lujo líder; Agencia Metropolitan Touring: El operador turístico líder (EL COMERCIO, 2019).

## 1.2 La Diabetes

La diabetes no está incluida en el cuadro de enfermedades catastróficas, sin embargo, éste diagnóstico causa con el tiempo algunas discapacidades. La nutrición y la actividad física son partes importantes de un estilo de vida saludable para las personas con diabetes (MSP, n.d.). Además de otros beneficios, seguir un plan de alimentación saludable y mantenerse físicamente activo ayuda a mantener el nivel de glucosa en la sangre dentro de los rangos deseados. Para manejar el nivel de glucosa en la sangre tiene que equilibrar lo que come y bebe con la actividad física y medicinas (National Institute of Diabetes, 2016).

Mediante la charla realizada el 15 de noviembre del 2019 con el médico especialista endocrinólogo diabetólogo del Hospital Docente de Calderón (Guerrero, 2019) sostiene que:

*“Hay tres tipos principales de diabetes: tipo 1, tipo 2 y diabetes gestacional”.*

Diabetes tipo 1: o llamada también congénita (de nacimiento) no tiene cura. Tratamiento toda la vida, luego de agotar todo tipo de tratamiento, la última opción es el trasplante del páncreas, en nuestro país aún no se realizan éste tipo de trasplantes, no se cuenta con el personal médico capacitado ni equipos necesarios para realizarlo, razón por la cual resulta imposible la sanación.

La diabetes indica que el nivel de glucosa, o azúcar, se encuentra muy elevado en la sangre. En la diabetes tipo 1, el páncreas no produce insulina. La insulina es una hormona que ayuda a que la glucosa penetre en las células para suministrarles energía.

Durante estos años, los pacientes con diabetes tipo 1 tenían una esperanza de vida al nacer estimada de 68,6 años, es decir, 12,2 años menos que la población general (11,6 años menos para los hombres y 12,5 años menos para las mujeres).

Se denomina insulino dependiente (de insulina + dependencia), a aquellos individuos que por causas varias necesitan de la administración exterior o artificial de insulina para mantener controlado los niveles de glucosa en el organismo (glucemia).

Diabetes tipo 2: Es la más común, se tiene un riesgo mayor de tener diabetes tipo 2 si es adulto mayor, tiene obesidad, historia familiar de diabetes o no hace ejercicio.

Síntomas:

- Aumento de la sed
- Disminución del apetito
- Pérdida de peso involuntaria
- Fatiga
- Visión borrosa
- Llagas que tardan en sanar
- Infecciones frecuentes
- Zonas de piel oscurecida, habitualmente en las axilas y el cuello

Los factores que pueden aumentar el riesgo de padecer diabetes de tipo 2 incluyen: sobrepeso, inactividad, edad, diabetes gestacional, Zonas de piel oscurecida, habitualmente en las axilas y el cuello, enfermedades del corazón, daño renal, daño en los ojos, Antecedentes familiares; el riesgo de diabetes de tipo 2 aumenta si tu padre, tu madre o algún hermano la tienen, Raza; aunque no resulta claro por qué, las personas de determinadas razas, como la afroamericana, hispana, indioamericana y asiáticoamericana, presentan un riesgo mayor de tener diabetes de tipo 2 que las de raza blanca, Enfermedad de Alzheimer; aunque no se sabe bien por qué. Cuanto más deficiente sea el control del azúcar en la sangre, mayor será el riesgo.

Diabetes gestacional: Se desarrolla en etapa de gestación durante los 9 meses, se manifiesta durante el embarazo (gestación). Al igual que con otros tipos de diabetes, la diabetes gestacional afecta la forma en que las células utilizan el azúcar. La diabetes gestacional causa un alto nivel de azúcar en sangre que puede afectar el embarazo y la salud del bebé.

Aproximadamente dos tercios del azúcar de la madre van a parar al bebé. Si la madre tiene niveles de azúcar elevados, esa dosis extra de glucosa puede sobrecargar el páncreas del niño y producir más insulina. Esto afectará al desarrollo del bebé que puede crecer más de lo normal y tener un tamaño superior a la media.

### **¿Qué hacer antes de una actividad física y cuáles son las actividades que implican mayor esfuerzo en personas con diabetes tipo 1?**

Con la diabetes tipo 1, es muy importante usar la dosis de insulina que corresponde según los alimentos que come y la actividad física que realiza.

Para evitar que la glucosa suba o baje demasiado, es importante planificar con tiempo las actividades a hacer y saber cómo responde la glucosa en la sangre al hacer ejercicio.

La respuesta de la glucosa en sangre al ejercicio varía en función de:

- Nivel de glucosa en la sangre antes de iniciar la actividad.
- La intensidad de la actividad.
- El tiempo que hace ejercicio.
- Cambios que haga en su dosis de insulina.

¿Qué hacer antes de una actividad física?

- Medirse la glucosa (glicemia) antes de hacer la actividad física, en caso de que la glicemia este en un rango bajo ingerir carbohidratos para poder realizar la actividad.

- Llevar consigo un canguro con: alimentos dulces, agua, gaseosas altas en azúcar.
- Tomar el tiempo necesario hasta que los niveles de glucosa empiecen a estabilizarse para retomar la actividad.
- Tomar en cuenta la altura en la que se encuentra.

#### Actividades que implican mayor esfuerzo

Al hacer actividades como bungee jumping, rafting, buceo, parapente implican mayor esfuerzo y adrenalina lo cual hace que la glucosa tienda a subir más de lo normal y en las actividades como rafting, buceo la glucosa baja más de los rangos normales y los turistas puede sufrir ciertas descompensaciones e inestabilidades intelectuales, auditivas, pérdida de vista y desconocimiento total.

#### Advertencia

- Turista con diabetes tipo 1 siempre debe llevar el botiquín consigo mismo.
- En caso de que el turista presente una desestabilidad siempre deben medir la glucosa antes de aplicar cualquier tipo de insulina haciendo la glicemia, depende el rango en que se encuentre tomar ciertas medidas como:
- Rangos 120 - 70 no deben ser inyectados ningún tipo de insulina de acción rápida.
- 180 – 200 – 300 son rangos elevados donde necesita ser inyectado insulina, dependiendo la actividad física que vaya a realizar (es mejor no inyectar y solo hacer ejercicio, así ayudara a bajar los niveles de azúcar).
- La glucosa debe ser tomada dos horas después.

### 1.3 Las discapacidades motivo de la diabetes

**Discapacidad:** Es un término general que engloba las limitaciones de la actividad y las restricciones de la participación, refiriéndose a los problemas que afectan a una estructura o función corporal; las limitaciones de la actividad son dificultades para ejecutar acciones o tareas, y las restricciones de la participación son problemas para participar en situaciones vitales (OMS, 2011).

**Clases de discapacidad:** Discapacidad auditiva, discapacidad física, discapacidad intelectual, discapacidad psico-social, discapacidad visual, discapacidad de lenguaje, discapacidad múltiple: es la presencia de dos o más discapacidades física, sensorial, intelectual y/o psicosocial que generan limitaciones funcionales en varios sistemas del organismo humano (MSP, 2019).

#### Secuelas de la enfermedad

- Discapacidad auditiva, esta discapacidad se genera cuando los niveles de glucosa se mantienen en rangos altos y de momento a otro bajan, causando tal discapacidad.
- Discapacidad física, en caso de cortaduras, una persona diabética tarda semanas hasta meses en cicatrizar, para ello debe mantenerse en rangos bajos para que logre cicatrizar, el principal objetivo que se debe perseguir es que la herida cicatrice tan pronto como sea posible. De esta forma se evita infecciones y amputaciones.
- Discapacidad visual, cuando tiene rangos elevados de glucosa tiende a dañarse la visión.
- Discapacidad intelectual, en caso de llegar a estado de coma diabético.

Por esta razón, dentro del presente trabajo de investigación se ha enfocado en el tema del trato a personas con diabetes, ya que, en algunos casos la diabetes genera como consecuencia el deterioro de ciertos órganos, es por ello que se hace indispensable el conocimiento respecto al tema.

## **1.4 Guianza turística**

El guía nacional de turismo es la persona natural que ha obtenido mínimo su título profesional de nivel técnico superior a través de una institución de educación superior debidamente acreditada y evaluada de conformidad a lo dispuesto en la Ley Orgánica de Educación Superior, y registrado ante la autoridad competente, que conduce y dirige a uno o más visitantes, para mostrar, orientar e interpretar el patrimonio turístico nacional (Ministerio de Turismo, 2019).

### **1.4.1 Historia de la guianza**

De acuerdo a entrevista sostenida el 20 de noviembre del 2019 con el Sr. Héctor Olivo, ex funcionario público de las instituciones de Turismo y docente por varios años con experiencia en la formación de profesionales en Turismo en el Ecuador; el turismo se empieza a organizarse a partir de los años 900, en esa fecha no había carreteras, aeropuertos, pero puertos si existían es por eso que, los turistas empiezan a llegar por el Puerto de Guayaquil. Porque a partir de los años 900, en el Ecuador se implementa la tecnología en transportes que tenían otros países en el mundo, Y se empieza a hablar en el Ecuador del ferrocarril, automóvil que son medios de transporte porque antes se empieza hablar del transporte aéreo, pero en ese entonces no había una organización, un ente oficial de turismo, el presidente de la república nombraba para que se hagan cargo de la actividad turística.

En 1930 en la primera ley de turismo todavía no había operadoras de turismo, para 1940 un señor de apellido Granizo empieza a llevar pasajeros que querían conocer las Islas Galápagos, quien los llevaba y les daba información. Pero en 1947, se pone la primera agencia de viajes en el Ecuador llamada Ecuador Game Tours, luego llega Tourism Mundial, Metropolitan siendo las operadoras de turismo.

Pero, que hacían los que operaban turismo en el Ecuador para proporcionar información, es decir lo que ahora llaman guía de turismo. Las operadoras contrataban a personas con vastos conocimientos y los llamaban guías contratados

para los atractivos de las ciudades porque en ese tiempo era difícil desplazarse al campo.

En el campo tenían que acudir donde el teniente político que hay en las parroquias y el jefe político en los cantones, acudían allá porque el teniente político o jefe político conocía toda la comunidad y era quien asignaba a cualquier persona para que los lleve.

Los primeros guías a nivel mundial eran llamados cabreros, quienes pastaban cabras y conocían por donde llevar a los pasajeros.

En la ciudad eran llamados cicerones, quienes eran gente muy preparada que conocía idiomas.

Conforme pasaba el tiempo no había profesionalización en la parte de la guianza. En vista de no haber profesionalización en Julio de 1964 nace el primer organismo oficial de turismo del Ecuador llamada CETURIS (Corporación Ecuatoriana de Turismo del Ecuador). CETURIS empieza a organizar en parte, pero no organizan la guianza sino la guianza era la facultad de los operadores de turismo, entonces empieza a organizar ya que antes no había quien esté a cargo de organizar lo que son hoteles, restaurantes, bares, intermediarios de viaje. Las intendencias de policía eran un caos, siendo la empresa privada la que presiona que haya un ente que se encargue de regular la actividad turística y nace la Corporación Ecuatoriana de turismo CETURIS, pero en el año de 1972 deja de existir y se crea la Dirección Nacional de Turismo DETURIS, el cambio de nombre se dio porque hubo un decreto de Velasco Ibarra que quitó a CETURIS y creó en el gobierno militar la Dirección Nacional de Turismo adscrita en el Ministerio de Industrias y Comercio.

A partir del cambio hubo la necesidad de organizar los guías, había guías excelentes en conocimientos entre ellos Fredy Ehlers, Marco Cruz, Juan Cruz, Héctor Olivo. La Dirección Nacional de Turismo emite un reglamento el cual le

faculta a la Dirección de Turismo hacer cursos extensivos de seis a ocho meses para profesionalizar y darles la facultad para que puedan guiar.

El primer instituto de formación profesional fue el ITE (Instituto Tecnológico Equinoccial) que hoy es la UTE (Universidad Tecnológica Equinoccial) y nace a partir de los años 90 y en el 91 empieza a formar profesionales en turismo, administración y guías nacionales.

En 1993 nace el ITI (Instituto Tecnológico Internacional) formando a los primeros profesionales en guías de turismo.

#### **1.4.2 Guías especializados**

**Guía local.** - Es la persona natural que tiene conocimiento y experiencia para proporcionar a los visitantes información detallada respecto del valor turístico - natural/cultural- de los sitios asignados a tal uso (Alvarado & Ortega, 2016, pp.4-5-6).

**Guía Nacional de turismo.** - El guía nacional de turismo es la persona natural que ha obtenido mínimo su título profesional de nivel técnico superior a través de una institución de educación superior debidamente acreditada y evaluada de conformidad a lo dispuesto en la Ley Orgánica de Educación Superior, y registrado ante la autoridad competente, que conduce y dirige a uno o más visitantes, para mostrar, orientar e interpretar el patrimonio turístico nacional.

Los guías nacionales de turismo, deben registrarse en el catastro único y portar durante la prestación del servicio la credencial de guía de turismo.

**Guía nacional especializado.** - Es la persona natural que tiene conocimiento y dominio en una actividad específica conforme a las competencias que definan a cada especialidad.

Para acceder a una de las siguientes clasificaciones reconocidas en el reglamento y ser considerado como guía nacional especializado, el guía nacional de turismo deberá haber obtenido mínimo un título profesional de nivel técnico superior a través de una institución de educación superior debidamente acreditada y evaluada de conformidad a lo dispuesto en la Ley Orgánica de Educación Superior, el cual deberá encontrarse registrado ante la autoridad competente.

**Especializaciones.** - El guía nacional de turismo podrá obtener las siguientes especializaciones una vez aprobado el curso de capacitación correspondiente conforme a lo establecido en este reglamento, en:

**a) Especialización en patrimonio turístico:** El guía nacional especializado en patrimonio turístico estará capacitado para interpretar el patrimonio turístico nacional de carácter natural y cultural, incluyendo áreas pertenecientes al Sistema Nacional de Áreas Protegidas (SNAP).

**b) Especialización en aventura:** El guía nacional especializado en aventura estará capacitado para desarrollar las siguientes modalidades de turismo de aventura: senderismo, cicloturismo, espeleología y las que determine la Autoridad Nacional de Turismo.

Para el guía nacional de turismo que desee acceder a la especialización en aventura en las siguientes modalidades: buceo, alta montaña, rafting, kayak, y las que determine la Autoridad Nacional de Turismo, deberá contar con una certificación de habilidad reconocida en el anexo 1 del presente reglamento.

### 1.4.3 Operación turística del guía

Las funciones generales que debe cumplir un guía de turismo es:

**Conducir la visita turística:** Implica un conocimiento teórico y empírico del espacio físico y de las características del entorno en el que se desarrolla la visita o recorrido turístico.

**Brindar información:** Sobre los puntos de interés en el recorrido y explicar el atractivo.

**Acompañamiento:** En almuerzos y/o cenas.

**Asistencia al turista:** Ayudar al turista en una operación de cambio de moneda, o brindándole primeros auxilios.

**Orientar y asesorar al turista:** Sugerir sitios de compra, lugares donde comer, advertir sobre zonas inseguras. (Aracelly & Vera, 2011, p.25).

### 1.4.4 Programa Turístico

Es un producto o servicio ofrecido al turista que tiene por objeto satisfacer las necesidades y motivaciones del usuario, ya sea turista excursionista. El programa más simple es el transfer que incluye solamente la transportación entre dos destinos pre-establecidos y un servicio de acompañamiento. Los programas más complejos y sofisticados son los de aventura o deportivos, que incluyen una gran cantidad y variedad de elementos (Durazno Walter, 2009, p.12).

### 1.4.5 Tipos de Programas Turísticos

Aquellos que incorporan el consumo directo de servicios y aquellos que el consumo es inducido o sugerido (Austin & García, n.d. p.5).

**Producto Turístico:** Es el elemento con capacidad de brindar servicio al consumidor como es: alojamiento, gastronomía, transporte.

**Servicios:** Son las actividades, beneficios o satisfacciones que ofrecen a la venta.

**Ruta Turística:** Elemento promocional que basado en un itinerario previo, facilita la orientación del pasajero al destino.

**Itinerario personal:** Tiene por objeto la información al pasajero sobre la potencialidad turística del lugar visitado.

**Circuito Turístico:** Parte de un punto específico recorriendo lugares naturales, arqueológicos, culturales; sin regresar a estos mismos. Existen dos tipos de circuito el establecido o estándar, donde no se puede cambiar nada y se encuentra dentro de un paquete turístico. Y el sugerido donde puede existir intereses específicos de los turistas.

**Paquete:** Programa comercializado a través de los tours operadores.

#### **1.4.6 Guías capacitados para el trato de personas con discapacidades o enfermedades**

La normativa de guías no da un guía especializado en personas con discapacidad, da especialización en actividades como aventura, trekking, montañismo, se especializan por actividad turística no por especialización de mercado (Navas M. , 2019).

#### **1.4.7 Beneficios**

Los beneficios de trabajar con personas que padecen de diabetes tipo 1 es saber cómo reaccionar ante cualquier eventualidad que suceda, aprender el método a tratar a este tipo de personas siendo necesario el conocimiento de suministrar insulina y realizar la glicemia, esto ayuda a reconocer cuando los niveles de azúcar pueden ser demasiados bajos o altos.

También tienen la oportunidad de encontrar nuevos amigos y compartir las experiencias personales que ocurren al tener diabetes, pueden compartir sus recetas de alimentación, tips y otros temas.

La diabetes puede ser ese aspecto motivacional para hacer actividad física, ya que son conscientes que la realización de ejercicio beneficiará el control. Te enseña a ser más disciplinado ya que si quieres vivir una vida plena y saludable es

bueno seguir la dieta y el estilo de vida que tiene una persona diabética. Esto requiere disciplina, y esa es una habilidad que no todo el mundo tiene.

### **1.5 Marco Legal**

El Estado ecuatoriano garantiza a todas las personas la protección, prevención, diagnóstico, tratamiento de la Diabetes y el control de las complicaciones de esta enfermedad que afecta a un alto porcentaje de la población y su respectivo entorno familiar. La prevención constituye política de Estado y es implementada por el Ministerio de Salud Pública.

Serán beneficiarios de esta Ley, los ciudadanos ecuatorianos y los extranjeros que justifiquen al menos cinco años de permanencia legal en el Ecuador (EL CONGRESO NACIONAL, 2004, p.1), esta ley establece la defensa de la estabilidad laboral del paciente diabético, que no puedan ser despedidos por causa de las secuelas de esta enfermedad; que en coordinación con el MSP se realice gratuitamente exámenes para el diagnóstico de la Diabetes y sus complicaciones, garantizar una atención integral y sin costo de la diabetes y sus complicaciones, la carnetización de todos los diabéticos para que, una vez creado el Instituto Nacional de Diabetología (INAD) y ejecutadas sus directrices, acceder a los beneficios de esta ley (Chávez, 2007).

## **CAPÍTULO II: DIAGNÓSTICO**

### **2.1 Antecedentes diagnósticos**

### **2.2 Metodología**

El desarrollo de la metodología partió desde el problema que es el deficiente manejo y organización de la operación turística en el trato a personas con diabetes tipo 1, para esto se aplicó dos tipos de encuestas a personas que padecen de esta enfermedad y a guías nacionales de turismo, para conocer cuánto es el nivel de conocimiento que tienen hacia este tipo de turistas, de esta manera se pudo observar que el nivel de conocimiento es bajo hacia este tipo de personas.

Por otro lado, turistas con diabetes tipo 1 conocen como manejar su medicina y cómo actuar en momentos de emergencia y que actividades turísticas son las que presentan mayor complejidad por ciertas descompensaciones como altos y bajos de glucosa.

### **2.3 Tipos de Investigación**

#### **2.3.1 Explorativa:**

Se utiliza para examinar un tema o problema de investigación poco estudiado.

En el proyecto integrador de grado se utilizó la investigación explorativa mediante el levantamiento de información a fuentes directas de investigación, debido a que no se encuentran registrados actualmente los servicios turísticos y la calidad de los mismos con respecto al trato a personas que viven con diabetes tipo 1.

#### **2.3.2 Descriptiva:**

Buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno.

Se utilizó este tipo de investigación, debido a que se tomó datos de fuentes indirectas o secundarias sobre temas existentes como es la diabetes, el servicio de guianza, establecimientos que cuentan con servicio e instalaciones para la atención a personas que viven con diabetes tipo 1.

## **2.4 Universo y muestra**

Para la investigación se tomó una muestra aleatoria, del universo de 700 personas diabéticas registradas en la Fundación Diabetes Juvenil, que funciona en el país. Para la segunda encuesta de se tomó el dato del universo de guías registrados en la ciudad de Quito, cabe recalcar que se realizó un muestreo aleatorio con datos obtenidos de los guías que trabajan en el Instituto Tecnológico Internacional ITI.

## **2.5 Enfoques utilizados**

### **2.5.1 Cuantitativo**

Proceso de investigación a las mediciones numéricas, utiliza la observación del proceso en forma de recolección de datos y los analiza para llegar a responder las preguntas de investigación (Cortés & Iglesias, 2004).

Al no encontrar información en fuentes secundarias se tuvo que proceder a levantarla directamente de la población involucrada en el tema, por lo cual se aplicó la técnica de la encuesta, utilizando dos encuestas; una para personas con diabetes y otra para guías nacionales para la recopilación de información y conocimientos y de esta manera expresar los análisis de las preguntas planteadas en forma de pasteles.

### **2.5.2 Cualitativo**

Es una vía de investigar sin mediciones numéricas, tomando encuestas, entrevistas, descripciones, puntos de vista de los investigadores.

En la presente investigación se aplicó mediante la observación del trabajo del profesional en turismo en el trato a personas con diabetes tipo 1, para la identificación de destrezas y falencias en cuanto al servicio.

Para este método se basó en el diseño del programa enfocado a personas con diabetes tipo 1, en donde se aplicó la observación, el estudio y los conocimientos de guías como personas que la padecen. De esta manera se pudo comprobar el nivel de conocimiento y desconocimiento especialmente en guías nacionales.

## **2.6 Técnicas de Investigación**

### **2.6.1 Observación:**

Las encuestas fueron realizadas en la Fundación Diabetes Juvenil (FDJE), ubicada en la Isla Santa Fe N43-65, Quito 170513 a diez personas con diabetes y a diez guías nacionales de turismo en el Instituto Tecnológico Internacional (ITI), ubicado en la Av. 6 de Diciembre y Colón.

### **2.6.2 Encuesta:**

Se realizaron dos tipos de encuestas en cuanto a conocimientos para guías de turismo que fueron seis preguntas y otra encuesta para personas que padecen de esta enfermedad de siete preguntas.

### **2.6.3 Resultados obtenidos**

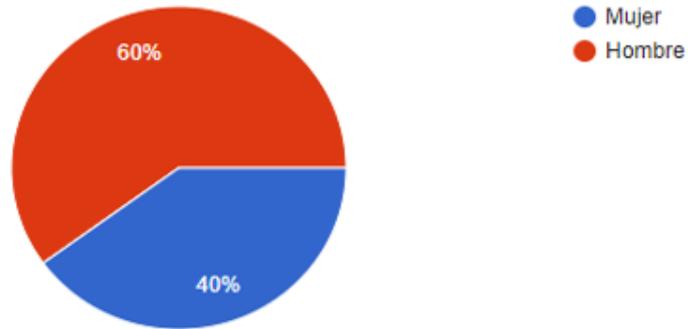
Como conclusión se deduce que los guías nacionales desconocen acerca de la enfermedad y cómo actuar ante una emergencia.

## 2.7 Presentación gráfica de resultados

### Encuesta para Guías Nacionales de Turismo

#### Datos Generales

##### Género



##### Edad

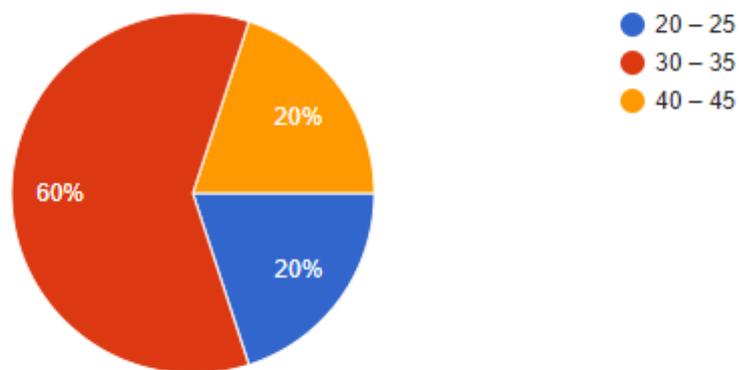


Figura No.1. Datos Generales

## 1.- ¿Qué conoce acerca de diabetes tipo 1?

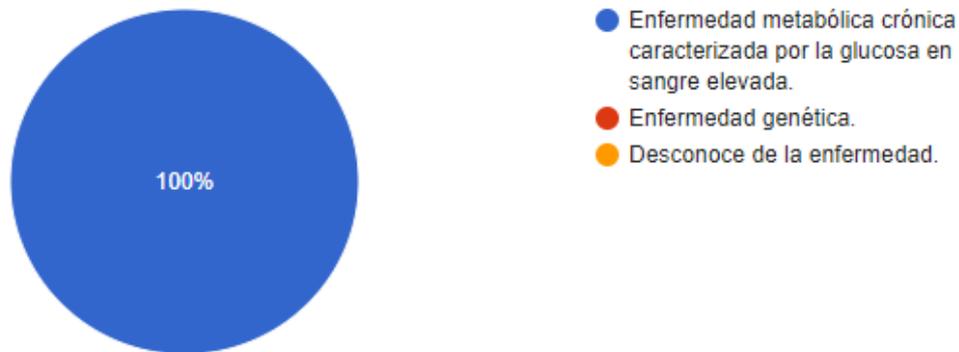


Figura No.2. Conocimiento sobre la diabetes tipo 1

**Fuente:** Encuesta realizada el 11 de diciembre en Instituto Tecnológico Internacional.

### **Interpretación:**

Los diez guías encuestados conocen que diabetes tipo 1, es una enfermedad metabólica crónica caracterizada por la glucosa en sangre elevada.

## 2.- ¿Qué estrategias usaría en caso de tener dentro del grupo de turistas una persona con diabetes tipo 1?

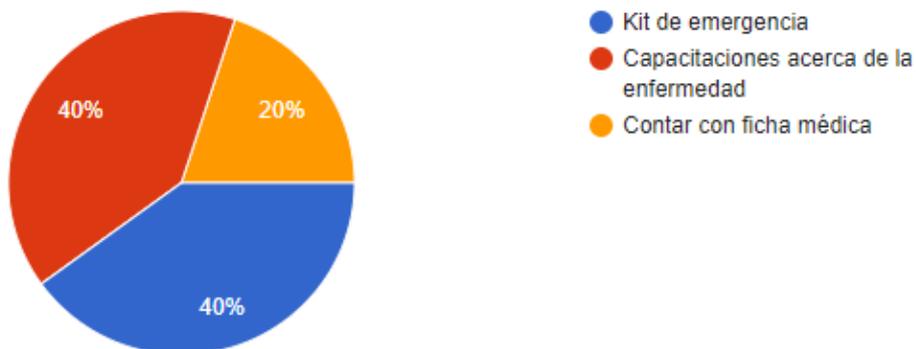


Figura No.3. Estrategias en el servicio de guianza

**Fuente:** Encuesta realizada el 11 de diciembre en Instituto Tecnológico Internacional

### **Interpretación:**

El 40% de los guías usaría un Kit de emergencia, el 40% asistiría a capacitaciones acerca de la enfermedad y el 20% cuenta con la ficha médica del turista.

### 3.- ¿Tiene conocimiento de cómo suministrar la insulina subcutánea?

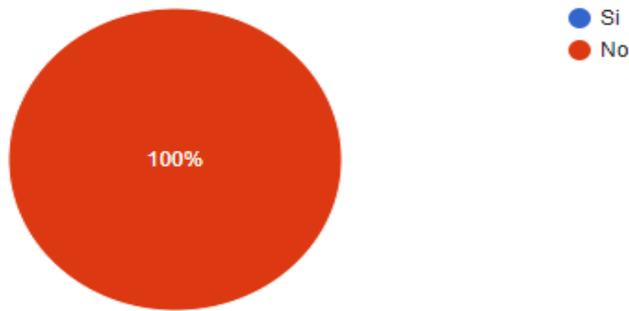


Figura No.4. Conocimiento de suministrar la insulina

**Fuente:** Encuesta realizada el 11 de diciembre en Instituto Tecnológico Internacional

#### **Interpretación:**

Los guías encuestados desconocen como suministrar la insulina, para suministrar la insulina primero deben conocer en cuanto está el nivel de glucosa, que actividad turística van a realizar y que alimentos van a consumir, de esta manera se procede a inyectar inclinando la jeringa a 90°.

### 4.- ¿Cuál es el rango normal que se maneja de glucosa en el cuerpo?

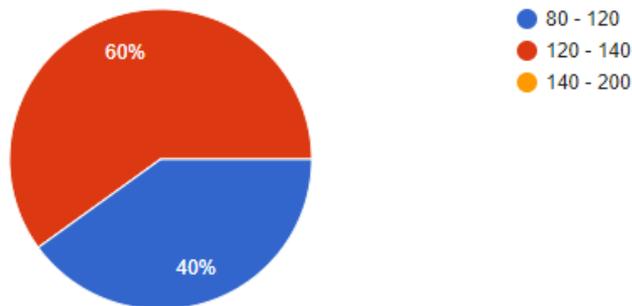


Figura No.5. Rango de glucosa que se maneja en el cuerpo

**Fuente:** Encuesta realizada el 11 de diciembre en Instituto Tecnológico Internacional

#### **Interpretación:**

El rango normal de glucosa que se maneja en un turista con diabetes es de 80 – 120, el 40% conoce, el 60% menciona que es de 120 – 140. Este rango puede tener, siempre y cuando realice actividad física para bajar la glucosa al rango normal, caso contrario tiende a subir y a tener descompensaciones al momento de realizar cualquier actividad turística.

**5.- ¿Cree usted, que es importante la implementación de un plan de contingencia dentro de los programas turísticos?**

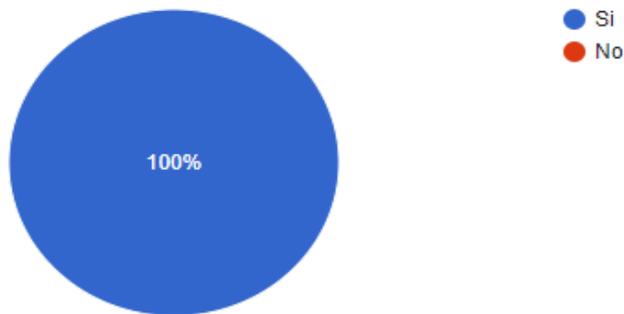


Figura No.6. Implementación de plan de contingencia en los programas turísticos

**Fuente:** Encuesta realizada el 11 de diciembre en Instituto Tecnológico Internacional

**Interpretación:**

El 100% de los guías mencionan que es importante la implementación de un plan de contingencia para seguridad de los turistas.

**6.- ¿Sabe cómo actuar en un momento de emergencia?**



Figura No.7. Como actuar en momentos de emergencia

**Fuente:** Encuesta realizada el 11 de diciembre en Instituto Tecnológico Internacional

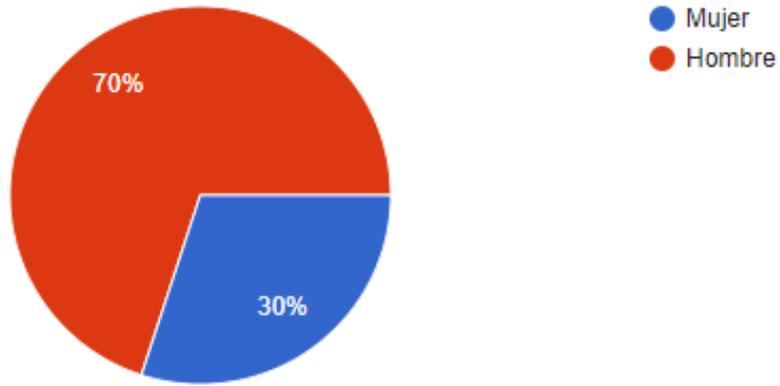
**Interpretación:**

El 60% de los guías inyectaría insulina de acción rápida en un momento de emergencia, el 20% daría azúcar y el 20% desconoce cómo actuar. En un momento de emergencia se debe hacer antes y después la glicemia para saber en cuanto esta la glucosa, en caso que el turista este hipoglucémico se debe dar azúcar para regular la glucosa.

# Encuesta para personas con Diabetes Tipo 1

## Datos Generales

### Género



### Edad

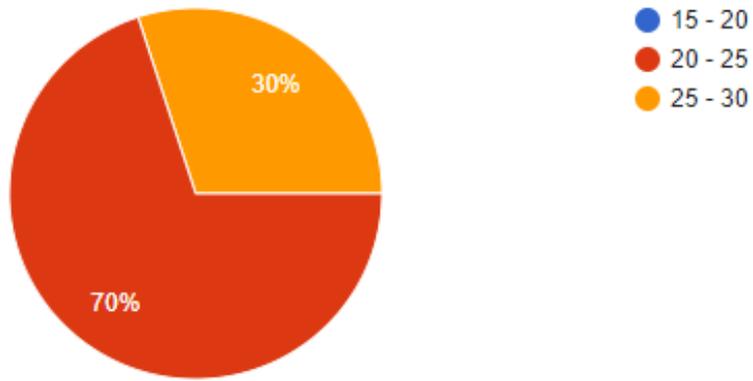


Figura No.8. Datos Generales

## 1.- ¿Qué es para usted diabetes tipo 1?

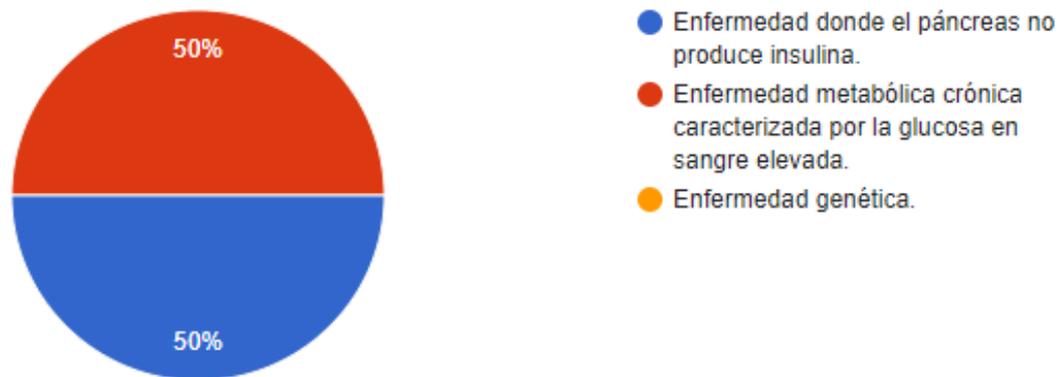


Figura No.9. Conocimiento de diabetes tipo1

**Fuente:** Encuesta realizada el 11 de diciembre en Fundación Diabetes Juvenil Ecuador

### **Interpretación:**

El 50% de los encuestados conoce que es una enfermedad donde el páncreas no produce insulina y el otro 50% conoce que es una enfermedad metabólica crónica caracterizada por la glucosa en sangre elevada. Las dos respuestas son correctas ya que a una persona con diabetes se la conoce como insulano dependiente.

## 2.- ¿Tiene conocimiento de cómo suministrar la insulina subcutánea?



Figura No.10. Conocimiento de suministrar la insulina

**Fuente:** Encuesta realizada el 11 de diciembre en Fundación Diabetes Juvenil Ecuador

### **Interpretación:**

El 100% conoce como suministrar la insulina, se inyecta en áreas de tejido adiposo como en brazos, piernas, nalgas e inyectar en ángulo de 90°.

### 3.- ¿Cuál es el rango normal que se maneja de glucosa en el cuerpo?

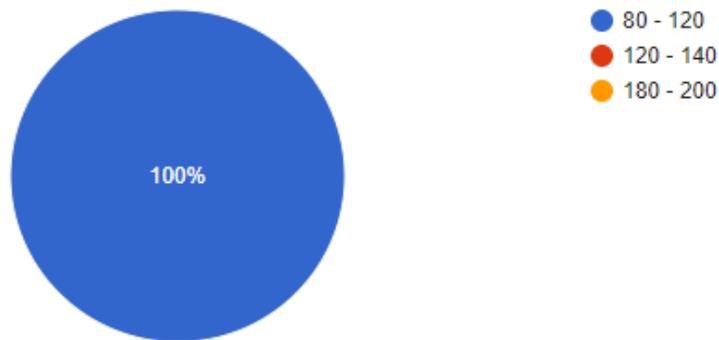


Figura No.11. Rango de glucosa que se maneja en el cuerpo

**Fuente:** Encuesta realizada el 11 de diciembre en Fundación Diabetes Juvenil Ecuador

#### **Interpretación:**

El 100% conoce que el rango normal es de 80 – 120.

### 4.- ¿En caso de viajar qué acompañantes tienen conocimiento de la enfermedad que padece?

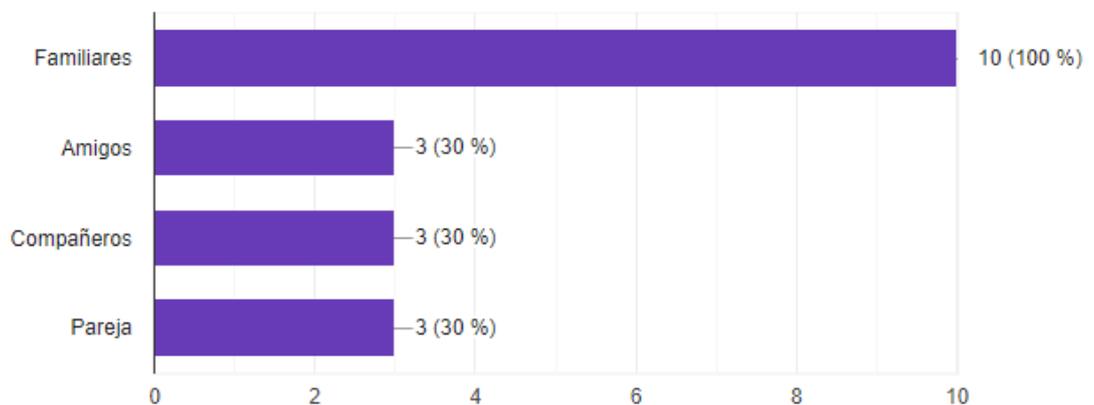


Figura No.12. Acompañantes que tienen conocimiento de la enfermedad

**Fuente:** Encuesta realizada el 11 de diciembre en Fundación Diabetes Juvenil Ecuador

#### **Interpretación:**

En caso de viajar el 100% que son los familiares conocen la enfermedad que padece, el 3% conocen familiares amigos, familiares compañeros y familiares pareja.

## 5.- ¿Qué tipo de alimentos puede consumir para mantener una dieta saludable?

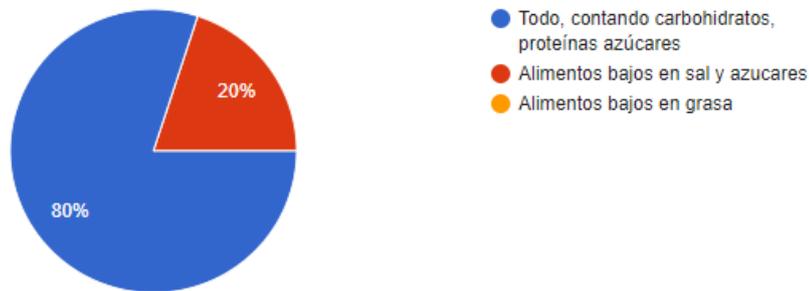


Figura No.13. Alimentos que pueden consumir para una dieta saludable

**Fuente:** Encuesta realizada el 11 de diciembre en Fundación Diabetes Juvenil Ecuador

### Interpretación:

El 80% de personas con diabetes pueden consumir todo tipo de alimentos contando carbohidratos, proteínas, azúcares, y un 20% puede consumir alimentos bajos en sal y azúcares.

## 6.- ¿Qué actividades turísticas le genera complicación?

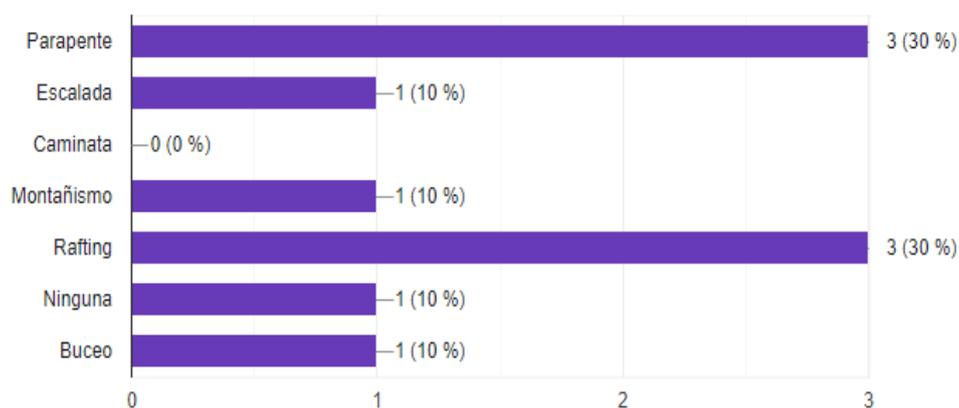


Figura No.14. Actividades turísticas que generan complicación a personas con diabetes

**Fuente:** Encuesta realizada el 11 de diciembre en Fundación Diabetes Juvenil Ecuador

**Interpretación:** El 30% le genera complicación actividades como parapente, el 10% escalada, el 10% montañismo, el 30% rafting, el 10% no tiene ninguna complicación y el 10% otras actividades como el buceo.

## 7.- ¿Qué estrategias aplicaría para evitar una emergencia?

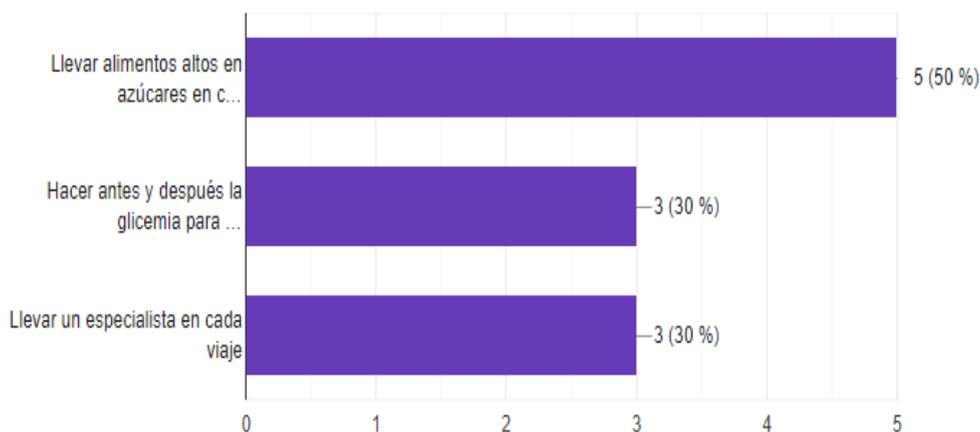


Figura No.15. Estrategias para evitar emergencias en servicios turísticos

**Fuente:** Encuesta realizada el 11 de diciembre en Fundación Diabetes Juvenil Ecuador

### **Interpretación:**

Las estrategias que aplicarían las personas con diabetes para evitar una emergencia, el 50% llevaría alimentos altos en azucares, el 30% realiza la glicemia antes y después y el 30% contaría con especialista en cada viaje.

## **2.8 Análisis e interpretación de resultados**

Las dos encuestas aplicadas se realizaron en conocimiento en cuanto a la enfermedad donde guías de turismo conocen o tienen una idea de que es diabetes tipo 1, pero existe un gran porcentaje que desconoce cómo actuar en momentos de emergencia y cómo tratar.

Las encuestas realizadas a personas con diabetes conocen de la enfermedad y cómo actuar, señalan que actividades les genera mayor esfuerzo por las descompensaciones que sufren al realizar actividades como: rafting, buceo, parapente, escalada.

## **2.9 Síntesis del capítulo**

Las encuestas abiertas fueron realizadas en conocimiento general de la enfermedad partiendo desde el problema que es el deficiente manejo y organización turística en el trato a personas con diabetes, para ello se utilizaron dos tipos de investigación la explorativa y la descriptiva; para la investigación se tomó una muestra aleatoria de personas con diabetes de la Fundación Diabetes Juvenil Ecuador, se realizó un muestreo aleatorio con datos obtenidos de guías de turismo.

Los enfoques utilizados es el cuantitativo; ya que se levantó información directamente de la población involucrada en el tema, aplicando la técnica de la encuesta. En el enfoque cualitativo se aplicó mediante la observación del trabajo del profesional en turismo en el trato a personas con esta condición médica.

En las encuestas aplicadas se deduce que existe deficiente conocimiento en manejo y trato a personas con diabetes por parte de guías de turismo y personas con esta condición médica conocen como actuar en momentos de emergencia y como suministrar insulina.

## **CAPÍTULO III: PROPUESTA**

### **3.1 Título de la propuesta – Descripción**

#### **3.1.1 Viaje con una experiencia nueva**

El nombre del recorrido se da porque al viajar con pasajeros que tienen diabetes tipo 1 es una nueva vivencia, ya que no todos los días se comparte con este tipo de pasajeros, es aprender y vivir por un par de horas con ellos y entender como es la enfermedad, a pesar de que ellos puedan controlarse por sí mismos, nunca falta la ayuda de terceros cuando hay descompensaciones, lo que hace un viaje con una nueva experiencia.

#### **3.1.2 Tips Dulces para Guías de Turismo**

El nombre del blog nace de la enfermedad, tips por los consejos, recomendaciones y sugerencias mencionadas en el blog y dulces porque diabetes es sinónimo de azúcar en la sangre.

El blog es creado para guías nacionales de turismo en conocimiento a este tipo de turistas.

### 3.2 Macro y microlocalización

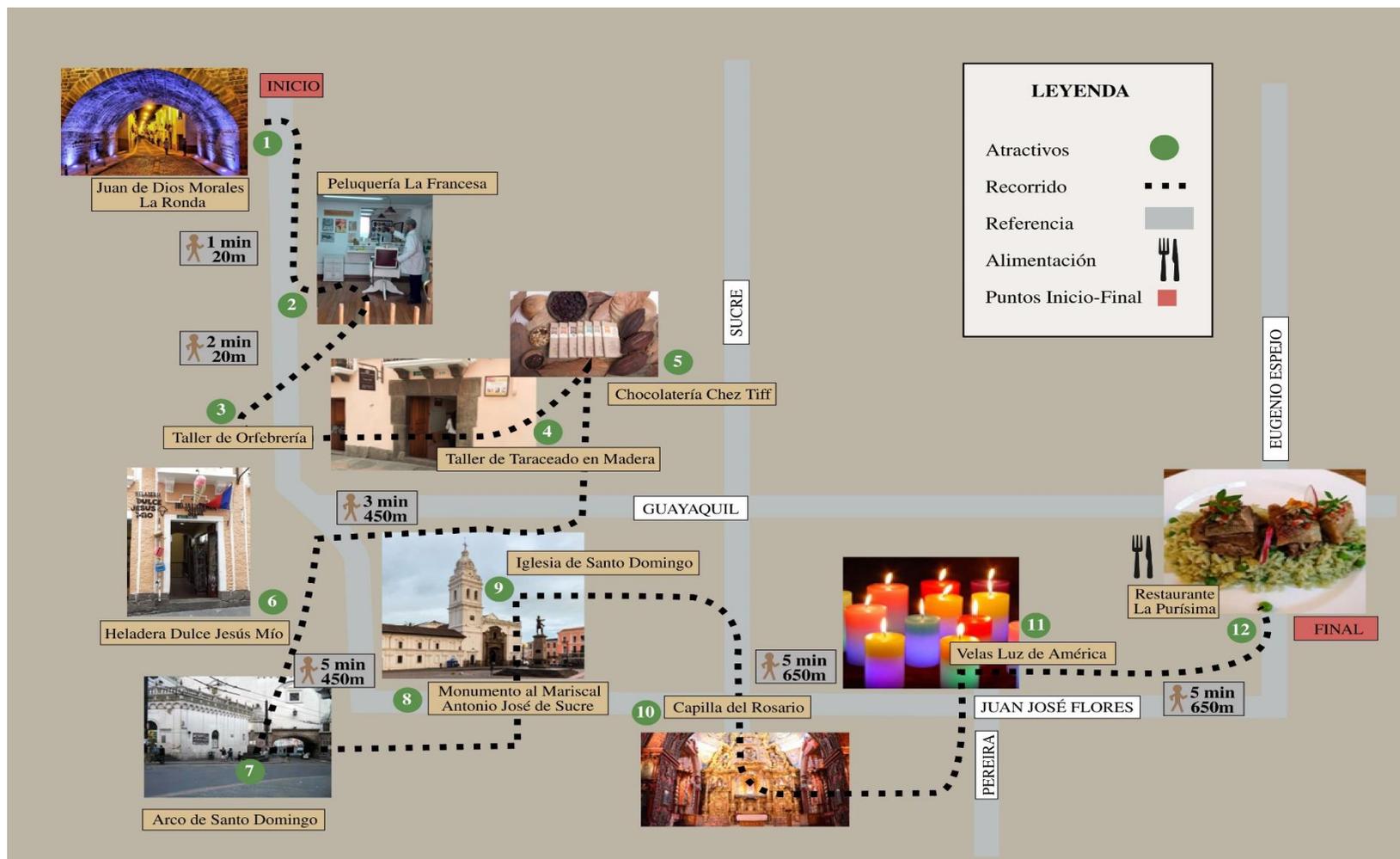


Figura No.16. Recorrido Centro Histórico de Quito

### 3.3 Esquema de la propuesta

**Tabla N°1: Plan De Ejecución**

PLAN DE EJECUCIÓN								
OBJETIVO	Diseñar un programa de guianza enfocado a personas con diabetes tipo 1, mediante el desarrollo de actividades y un guión especializado que permita la inclusión de pasajeros en todo tipo de recorridos turísticos en la ciudad de Quito.							
ESTRATEGIA	Establecer un programa de capacitación y elaboración de un manual para guías de turismo.							
ESTRATEGIAS	ACTIVIDADES	RECURSOS				RESPONSABLE	INDICADOR	TEMPORALIDAD
		H	T	M	E			
Programa De Capacitación	1. Primeros Auxilios	X	X	X	X		Observación	
	2. Seguridad	X	X	X	X		Inventario	
	3. Alimentación	X	X	X	X		Inventario	
Programa Turístico Para Personas Con Diabetes Tipo 1	1. Diseño de ruta	X	X	X	X		Observación	
	2. Temática del Programa: Cultura-Salud	X	X	X	X		Observación	
	3. Tipo de programa turístico: City Tour	X	X	X	X		Observación	
	4. Servicios: Guía, Alimentación, Control de glicemias	X	X	X	X		Inventario	
	5. Diseño del itinerario	X	X	X	X		Observación	
	6. Costos	X	X	X	X		Tabla costos	
	7. Publicidad	X	X	X	X		Observación	
Blog Para Guías	1. Elementos a tomar en cuenta para el manual	X	X	X	X		Observación	
	2. Selección de las temáticas a tratar	X	X	X	X		Observación	
	4. Blog	X	X	X	X		Observación	

Referencias: H (Humanas), T (Tecnológicas), M (Materiales), E (Económicas).

### 3.4 Desarrollo de la Propuesta

Tabla N°2: Itinerario

Recorrido Centro Histórico de Quito					
Hora	Origen	Tiempo de Recorrido	Tiempo de Vista	Costo	Actividades
9:00	La Ronda Peluquería La Francesa	1 min	20 min	Entrada gratuita	Inicio del recorrido calle la Ronda. Visita a la Peluquería La Francesa. Explicación del corte artesanal.
9:25	Casa de las Artes	2 min	20 min	\$1,00	Visita taller de orfebrería.
			20 min	\$1,00	Visita taller de taraceado en madera.
10:05	Chocolatería Chez Tiff	2 min	30 min	\$3,30	Explicación del proceso del cacao. Elaboración y degustación del chocolate artesanal.
10:40	Heladería Dulce Jesús Mío	3 min	30 min	\$2,00	Explicación del proceso de elaboración tradicional del helado / Degustación.
11:15	Iglesia de Santo Domingo	5 min	25 min	Entrada gratuita	Explicación del Arco de Santo Domingo, monumento al Mariscal Antonio José de Sucre, iglesia y capilla del Rosario.
11:45	Tienda de velas Luz de América	5 min	25 min	\$1,00	Historia del taller. Explicación de elaboración artesanal de las velas.
12:15	Restaurante La Purísima	5 min	45 min	\$5,00	Almuerzo tradicional.

### 3.5 Presupuesto

**Tabla N°3: Costos**

<b>Costos</b>		
<b>Detalle</b>	<b>Costo Unitario</b>	<b>Costo Total</b>
Guía	\$12,00	\$36,00
Entradas	\$8,30	\$24,90
Almuerzo	\$5,00	\$15,00
Almuerzo Guía	\$5,00	\$5,00
Subtotal	\$30,30	\$80,90
Imprevistos 8%	\$2,42	\$6,47
<b>Total</b>	<b>\$32,72</b>	<b>\$87,37</b>

**Nota:** La programación es para 3 personas.

#### **Observaciones**

- Llevar kit que contiene: glucómetro, tiras, insulina, jeringas, alcohol, algodón.
- Dulces como: caramelos masticables, gaseosas, productos altos en azúcar.
- Agua.
- Protector solar.
- Gorra.
- Dinero.
- Ropa cómoda.
- Zapatos para caminata.

#### **Notas**

- Mantenerse dentro del grupo.
- Informar al guía si alguien de los turistas presenta alguna descompensación u otro tipo de dolencia.
- Recordar a los turistas que pueden comprar cosas en los diferentes lugares a visitar.

### 3.6 Flyer



Figura No.17. Flyer.

### 3.7 Programa de Capacitación

	<p><b>PROGRAMA DE CAPACITACIÓN</b>  <b>Atención al turista con Diabetes Tipo 1</b></p>
---	--

#### 1. DATOS GENERALES

<b>MÓDULO</b>	UNO
<b>NÚMERO DE HORAS DIARIAS</b>	3 horas
<b>TIEMPO DE DURACIÓN TOTAL</b>	6 horas
<b>FECHA DE INICIO</b>	
<b>FECHA DE FINALIZACIÓN</b>	
<b>FACILITADOR (nombre completo)</b>	Srta. Camila Paredes

#### 1. OBJETIVO

El objetivo del programa de capacitación es lograr la adaptación de los guías en conocimientos apropiados, promoviendo un ambiente de mayor seguridad y responsabilidad a los turistas con esta condición médica en actividades turísticas.

#### 2. PLANIFICACIÓN

**Tabla N°4: Planificación del programa de capacitación**

FECHA	TEMAS	SUBTEMAS	ACTIVIDADES
	<b>Primeros Auxilios</b>	Inducción al perfil del turista con diabetes tipo 1	Indicaciones
		Como tratar a este tipo de turistas en caso de emergencias.	Exposición
		Como suministrar la insulina.	Indicaciones
		Manejo de kit de medicamentos y alimentos de preferencia (azúcar).	Indicaciones
	<b>Seguridad</b>	¿Qué hacer antes de una actividad física y cuáles son las actividades que implican	Indicaciones

		mayor esfuerzo en personas con diabetes tipo 1?	
	<b>Alimentación</b>	Horario para la ingesta de alimentos (5 comidas diarias). Porciones (carbohidratos, proteínas, grasas, vegetales).	Indicaciones

### 3. METODOLOGÍA A UTILIZAR

Exposición con diapositivas
Elaboración de contenidos en un blog manual para guías

### 4. SISTEMA DE EVALUACIÓN

Evaluación diagnóstica – Lluvia de ideas
Evaluación participativa- Taller y exposición de ruta desarrollada
Evaluación final

*Se adjuntará para la capacitación a los guías el listado de asistencia y evaluación de los participantes al mismo el cual se coloca a continuación los formatos a utilizar.*

**FIRMA DEL CAPACITADOR:** \_\_\_\_\_

**FECHA:** \_\_\_\_\_

	<p><b>PROGRAMA DE CAPACITACIÓN</b>  <b>Atención al turista con Diabetes Tipo 1</b></p>
---	--

**REGISTRO DE DATOS DE PARTICIPANTES AL PROCESO DE CAPACITACIÓN**

**Tabla N°5: Registro de datos de participantes al proceso de capacitación**

<b>APELLIDOS Y NOMBRES</b>	<b>CÉDULA IDENTIDAD</b>	<b>TELÉFONO DE CONTACTO</b>	<b>ORGANIZACIÓN / COMUNIDAD</b>	<b>CORREO ELECTRÓNICO</b>

### **3.8 Programa Turístico**

El recorrido tiene una duración de 4 horas, adecuado para personas con diabetes tipo 1 ya que, al hacer actividad física como caminata ayuda a mantener los niveles de azúcar dentro de los rangos deseados, además incluye la visita a locales donde cuentan con comida especialmente para este tipo de turistas.

#### **Viaje con una experiencia nueva**

El recorrido inicia entre el puente de los Gallinazos y el túnel de la Paz, escondida debajo de las calles Guayaquil y Venezuela, se encuentra una de las calles más antiguas de Quito, calle Juan de Dios Morales conocida como La Ronda calle que marcó los límites de la ciudad en la época colonial.

En la casa 129, visita a la barbería llamada Peluquería La Francesa donde se encuentra un muñeco de cera con un barbero seguido con una explicación del trabajo artesanal, a 20m en la casa 989 están los talleres artesanales demostrativos de orfebrería y taraceo en madera de la Escuela Quiteña. En la misma casa se encuentra el chocolate Chez Tiff, una tienda donde se puede disfrutar de pasteles, chocolates con diferentes especias del Ecuador y otros postres hechos de chocolate artesanal, acompañada con la explicación paso a paso del grano del cacao y su procedimiento. Además, para los turistas con diabetes hay productos de chocolate que pueden consumir.

A tres minutos se encuentra la Heladería Dulce Jesús Mío, se caracteriza en transformar la gastronomía popular ecuatoriana como la fanesca en un helado, a parte de los helados tradicionales con azúcar tienen helados para personas con diabetes acompañada de una explicación de la elaboración de los helados (casa 925).

Caminando por la calle Guayaquil se llega a la iglesia de Santo Domingo, que cuenta con uno de los interiores más coloridos, gran parte de la obra original

fue reemplazada por nuevas piezas del siglo XIX, ya que los sacerdotes italianos de la época decidieron favorecer elementos neoclásicos. A la derecha del altar principal se encuentra la Capilla de la Virgen del Rosario que fue obsequio de Carlos V en la época de la colonia a la iglesia de Santo Domingo.

El Arco de Santo Domingo es una muestra de la arquitectura quiteña, se construyó un poco por devoción a la Virgen del Rosario y por alagar la vanidad de quienes tuvieron el dinero para construirlo, en el escrito de Luciano Andrade Marín (historiador, escritor ecuatoriano) dice que para la configuración actual se realizaron dos desbanques: uno en la colonia y otro en la época de García Moreno, que ordenó para regularizar la superficie de la plaza y comenzar desde la esquina sur, donde se inicia la pendiente que baja hacia Puente de los Gallinazos. En la plaza se encuentra el monumento a Sucre, héroe venezolano que liberó finalmente a Ecuador de la dominación española en 1822.

Al caminar hacia el norte en la calle Flores, visita a la tienda de velas ‘‘Luz de América’’ tienda que tiene más de un siglo de historia en la calle Pereira.

Finalmente, en la calle Espejo y Guayaquil se encuentra el restaurante La Purísima donde preparan platos tradicionales, se trabajará con previa reservación para el manejo de un menú específico para personas con diabetes tipo 1.

### 3.9 Diseño del Blog

The image shows a screenshot of a blog page with a dark green background and a white navigation bar. The main title is "Tips Dulces Para Guías de Turismo". The navigation bar includes links for "BLOG", "SEGURIDAD", "PRIMEROS AUXILIOS", "ADVERTENCIA", and "CONTACTO". Below the navigation bar, there is a section titled "Todas las entradas" (All entries). The first entry is titled "¿Qué es Diabetes Tipo 1?" and features an image of a black diabetes kit. The second entry is titled "Beneficios de trabajar con turistas que padecen de Diabetes tipo 1" and features an image of a yellow apple, a pink sneaker, a yellow measuring tape, and a digital glucose meter. The third entry is titled "Alimentación" and features a pyramid diagram of food groups. Each entry includes the author's name "Camila Paredes", the date "feb 18", and the time "1 min.". The entries also show view counts and a comment button.

## Tips Dulces Para Guías de Turismo

BLOG SEGURIDAD PRIMEROS AUXILIOS ADVERTENCIA CONTACTO

Todas las entradas

**¿Qué es Diabetes Tipo 1?**  
Diabetes tipo 1 o llamada también congénita (de nacimiento) no tiene cura. La diabetes indica que el nivel de glucosa, o azúcar, se encuentra muy...

16 vistas Escribir un comentario

**Beneficios de trabajar con turistas que padecen de Diabetes tipo 1**  
Los beneficios de trabajar con personas que padecen de diabetes tipo 1 es saber cómo reaccionar ante cualquier eventualidad que...

8 vistas Escribir un comentario

**Pirámide de alimentos para la diabetes**

Grasas, aceites y dulces  
Carnes, sustitutos de la carne y otras proteínas  
Frutas  
Verduras  
Leche  
Panes, granos y otros almidones

**Alimentación**  
Algunos consejos: - Turista que ingiera alimentos que lleven harina (pan, galletas, bizcochos...), que sean integrales, ya que tienen un índice glicémic...

11 vistas Escribir un comentario

Figura No.18. El blog tiene tres entradas principales con definición de que es diabetes tipo1, beneficios de trabajar con este tipo de personas y alimentación.

# Tips Dulces Para Guías de Turismo

BLOG

SEGURIDAD

PRIMEROS AUXILIOS

ADVERTENCIA

CONTACTO

## ¿Qué hacer antes de una actividad física y cuáles son las actividades que implican mayor esfuerzo en personas con diabetes tipo 1?

Con la diabetes tipo 1, es muy importante usar la dosis de insulina que corresponde según los alimentos que come y la actividad física que realiza, incluso si se trata de quehaceres domésticos.

Para evitar que la glucosa suba o baje demasiado, es importante planificar con tiempo las actividades a hacer y saber cómo responde la glucosa en la sangre al hacer ejercicio.

La respuesta de la glucosa en sangre al ejercicio varía en función de:

- Nivel de glucosa en la sangre antes de iniciar la actividad.
- La intensidad de la actividad.
- El tiempo que hace ejercicio.
- Cambios que haga en su dosis de insulina.

### ¿Qué hacer antes de una actividad física?

- Medir la glucosa (glicemia) antes de hacer la actividad física, en caso de que la glicemia este en un rango bajo ingerir carbohidratos para poder realizar la actividad.
- Llevar un canguro con: alimentos dulces, agua, gaseosas altas en azúcar.
- Tomar el tiempo necesario hasta que los niveles de glucosa empiezan a estabilizarse para retomar la actividad.
- Tomar en cuenta la altura en la que se encuentra.

### Actividades que implican mayor esfuerzo

Al hacer actividades como bungee jumping, rafting, buceo, parapente implican mayor esfuerzo y adrenalina lo cual hace que la glucosa tienda a subir más de lo normal. Y en las actividades como rafting, buceo la glucosa baja más de los rangos normales y los turistas pueden sufrir ciertas descompensaciones e inestabilidades intelectuales, auditivas, pérdida de vista y desconocimiento total.



Figura No.19. En seguridad detalla que hacer antes de una actividad física y cuáles son las actividades que implican mayor esfuerzo en personas con esta condición médica.

# Tips Dulces Para Guías de Turismo

BLOG

SEGURIDAD

PRIMEROS AUXILIOS

ADVERTENCIA

CONTACTO

## ¿Cómo suministrar la insulina?

- Para suministrar la insulina, se debe medir la glucosa.
- Debe tomar una jeringa nueva cada vez que vaya a ser inyectado.
- Debe ser inyectado 30 minutos antes de ingerir alimentos como: desayuno, almuerzo y merienda.
- El ángulo es en 90°.
- Las unidades suministradas de insulina deben ser tomadas en cuenta que alimentos va a consumir y actividades físicas a realizar.

## ¿Cómo actuar en momentos de emergencia?

- Si el turista presenta síntomas como mareo, cansancio, náuseas debe suspender la actividad física que está realizando.
- Inmediatamente debe ser medido la glucosa e ingerir de preferencia alimentos altos en azúcar.
- Después de dos horas debe ser medido la glucosa.

## Botiquín de primeros auxilios

En caso de presentar algún accidente como caída de insulinas, jeringas, tiras, glucometro bajo de pila. En el botiquín siempre debe haber un doble de lo mencionado incluyendo alimentos altos en azúcar como gaseosas, barras energéticas, caramelos, ya que son diluyentes necesarios para que rápidamente suba la glucosa.

Figura No.20. En primeros auxilios explica cómo suministrar la insulina, como actuar en momentos de emergencia y que debe tener el botiquín.

# Tips Dulces Para Guías de Turismo

BLOG

SEGURIDAD

PRIMEROS AUXILIOS

ADVERTENCIA

CONTACTO

- En caso de que el turista presente una inestabilidad siempre deben medir la glucosa antes de aplicar cualquier tipo de insulina haciendo la glicemia, depende el rango en que se encuentre tomar ciertas medidas como:
- Rangos 120 - 70 no deben ser inyectados ningún tipo de insulina de acción rápida.
- 180 - 200 - 300 son rangos elevados donde necesita ser inyectado insulina, dependiendo la actividad física que vaya a realizar (es mejor no inyectar y solo hacer ejercicio, así ayudará a bajar los niveles de azúcar).
- La glucosa debe ser tomada dos horas después.



Contáctame para más información

Figura No.21. En advertencia hay puntos de qué hacer si un turista presenta inestabilidad, esta opción es puesta como advertencia, ya que muchas personas confunden o piensan que por ser personas diabéticas tienen que inyectar insulina y muchas de las veces no es así.



Figura No.22. En esta opción de contacto pueden realizar cualquier pregunta o inquietud copiando el mail [camilaparedesnavarrete@gmail.com](mailto:camilaparedesnavarrete@gmail.com)

## **CONCLUSIONES**

- Se determinó que en la Fundación Diabetes Juvenil Ecuador tienen 700 personas con diabetes tipo 1, existen pocas empresas que se enfocan a personas con esta condición médica, pero con previa reservación se puede manejar un menú adecuado y servicios adicionales que se requiriesen.
- Con el diseño del programa de capacitación enfocado a personas con diabetes tipo 1 se brinda información de fuentes confiables de la enfermedad para que los guías de turismo tengan conocimiento del trato y manejo a los pasajeros con diabetes tipo 1.
- La creación del blog es para ayuda a los guías de turismo ya que cuenta con información y tips hacia personas con diabetes tipo 1.

## **RECOMENDACIONES**

- Por medio de la incorporación de guías se pueda recopilar información de cuantas personas están registradas a través de una base de datos con información de turistas nacionales y extranjeros que padezcan de esta enfermedad.
- Las empresas e instituciones cuenten con servicios en cuanto menús, personal capacitado para atender emergencias médicas en el momento de la operación turística y que cuenten con una oferta para personas con diabetes en alojamiento y restaurantes de esta manera permitirá que las agencias de viajes construyan una ruta acorde con proveedores que puedan brindar opciones para este perfil de turista.

## REFERENCIAS

- Alvarado, F., & Ortega, D. (2016). *Reglamento de Guianza Turística*. 16.
- American Diabetes Association. (2018). Lifestyle management: Standards of medical care in Diabetesd2018. *Diabetes Care*, 41, S38–S50. <https://doi.org/10.2337/dc18-S004>
- Austin, L., & García, M. (n.d.). *PROGRAMAS TURÍSTICOS PAQUETES TURÍSTICOS*. Venezuela .
- Benites, E. (2015). Enfermedades catastróficas. Retrieved April 2, 2020, from El Universo website:  
<https://www.eluniverso.com/opinion/2015/09/28/nota/5153543/enfermedades-catastroficas>
- Chávez, D. (2007). Ley sobre la Diabetes. *El Diario Ecuador*. Retrieved from <http://www.eldiario.ec/noticias-manabi-ecuador/60798-ley-sobre-la-diabetes/>
- Cortés, M. &, & Iglesias, M. (2004). *Generalidades sobre Metodología de la Investigación* (Primera; A. Polkey, Ed.). México: México.
- Del Carmen, M., & Quintero, V. (2007). *TRES CONCEPCIONES HISTÓRICAS DEL PROCESO SALUD-ENFERMEDAD* (Vol. 12).
- Dirección de Auditoría Interna. (2011). *Examen especial al ciclo presupuestado 2009 de la planta central del Ministerio de Turismo* . Quito.
- Durazno Walter. (2009). *Paquete Turístico*. Cuenca - Ecuador.
- EL COMERCIO. (2019). *Ecuador en los premios WTA*. Retrieved from <https://www.elcomercio.com/tendencias/ecuador-premios-world-travel-awards.html>
- EL CONGRESO NACIONAL. (2004). *LEY DE PREVENCIÓN, PROTECCIÓN Y ATENCIÓN DE LA DIABETES*. Retrieved from [www.lexis.com.ec](http://www.lexis.com.ec)
- EL UNIVERSO. (2018). *Premios Quito como destino líder de Sudamérica*. Retrieved from <https://www.eluniverso.com/noticias/2018/09/18/nota/6958739/quito-sexta-vez-logro-premio-como-destino-lider-sudamerica>
- Fundación Diabetes Juvenil Ecuador. (2017). La diabetes tipo1. Retrieved from <https://www.edicionmedica.ec/secciones/salud-publica/la-diabetes-tipo-1-conlleva-una-carga-econ-mica-alta-para-los-pacientes-y-sus-familias-90864>

- García, A. B. (2017). Actualización breve en diabetes para médicos de atención primaria BRIEF UPDATE ON DIABETES FOR GENERAL PRACTITIONERS. *Rev Esp Sanid Penit*, 19, 57–65.
- Gobierno Provincial de Pichincha. (2017). Geografía. Retrieved April 4, 2020, from <https://www.pichincha.gob.ec/pichincha/datos-de-la-provincia/96-geografia>
- Ibarra, Y. (n.d.). *EL CONCEPTO DE SALUD, DEFINICIÓN Y EVOLUCIÓN* Marta Talavera.
- La República EC. (2018). *Quito en los World Travel Awards*. Retrieved from <https://www.larepublica.ec/blog/sociedad/2018/09/16/quito-llevo-trece-premios-world-travel-awards/>
- Lara, C. (2015). CENTRO DE CAPACITACIÓN E INVESTIGACIÓN ARQUEOLÓGICO. *Universidad Central Del Ecuador*, 25. Retrieved from <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/1610/1/T-UCE-0005-218.pdf>
- Ministerio de Salud Pública (MSP). (2019). MSP vigila, controla y autoriza el funcionamiento de los establecimientos de salud públicos y privados. Retrieved April 2, 2020, from <https://www.salud.gob.ec/msp-vigila-controla-y-autoriza-el-funcionamiento-de-los-establecimientos-de-salud-publicos-y-privados/>
- Ministerio de Turismo. (2019a). Aspectos Económicos. Retrieved April 4, 2020, from <https://www.turismo.gob.ec/el-turismo-ecuatoriano-crecio-un-11-en-2018/>
- Ministerio de Turismo. (2019b). Guía Nacional de Turismo. Retrieved April 4, 2020, from <https://www.gob.ec/mintur/tramites/emision-credencial-registro-turismo-primera-vez-guia-nacional-turismo-titulo-profesional-continente>
- Ministerio de Turismo del Ecuador. (2015). *Proyecto Ecuador potencia turística*. I(1), 129.
- MSP. (n.d.). Atención integral, incluidos medicamentos, para quienes sufren enfermedades catastróficas. Retrieved April 5, 2020, from <https://www.salud.gob.ec/el-ministerio-de-salud-garantiza-atencion-integral-incluidos-medicamentos-para-quienes-sufren-enfermedades-catastroficas/>
- MSP. (2019). Dirección Nacional de Discapacidades. Retrieved April 4, 2020, from <https://www.salud.gob.ec/direccion-nacional-de-discapacidades/>
- Museos de Quito. (2015). Quito en Miniatura. Retrieved April 4, 2020, from <http://museosquitoecuador.blogspot.com/2015/05/quito-en-miniatura.html>

- National Institute of Diabetes. (2016). Nutrición, alimentación y actividad física si se tiene diabetes. Retrieved April 5, 2020, from <https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/diabetes/informacion-general/nutricion-alimentacion-actividad-fisica>
- OMS. (2011). Organización Mundial de la Salud y Discapacidad. Retrieved April 4, 2020, from <https://www.bienestaryproteccioninfantil.es/fuentes1.asp?sec=17&subs=202&cod=1873&page=>
- Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2019). Diabetes. Retrieved April 2, 2020, from [https://www.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=6715:2012-diabetes&Itemid=39446&lang=es](https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=6715:2012-diabetes&Itemid=39446&lang=es)
- Renovación conceptual de la salud pública. (n.d.).
- Shamim, A. (2013). Diabetes An Old Disease, a New Insight Edited. In *Diabetes An Old Disease, a New Insight Edited* (Vol. 53). <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Sociedad Española de la Medicina Interna (SEMI). (2018). DIABETES.
- UNESCO. (2019). City of Quito. Retrieved April 2, 2020, from <http://whc.unesco.org/en/list/2>

## APÉNDICE A: Identificación del Problema

**Tabla N°6: Identificación del Problema**

CAUSAS	DEFINICION DEL PROBLEMA	CONSECUENCIAS
<p>Desconocimiento de los guías en el manejo a personas con diabetes tipo 1.</p> <p>Desinterés por parte de los operadores turísticos en cuanto a la generación de programas enfocados a personas con diabetes.</p> <p>Inexistencia de estudios que involucren el análisis del perfil del turista para la generación de una oferta especializada.</p>	<p>Deficiente manejo y organización de la operación turística en el trato a personas con diabetes tipo 1</p>	<p>Desaprovechamiento de un mercado potencial debido al alto número de personas diagnosticadas con esta enfermedad.</p> <p>Exclusión de pasajeros con este tipo de enfermedad para la práctica de ciertas actividades turísticas.</p> <p>Desequilibrio de las condiciones de salud de los pasajeros por omisión de información sobre su enfermedad.</p>
<b>INDICADORES</b>		
<p>Guías inexpertos en el trato a personas con diabetes tipo 1.</p> <p>Pocos programas que involucren actividades adecuadas para personas con esta condición médica.</p> <p>Número de personas en el Ecuador (o si hubiese en el mundo) que padecen de diabetes tipo 1.</p>		

## APÉNDICE B: Análisis de involucrados

**Tabla N°7: Análisis de involucrados**

<b>ANÁLISIS DE INVOLUCRADOS GRUPOS</b>	<b>INTERESES EN LA INVESTIGACIÓN</b>	<b>PROBLEMAS PERCIBIDOS</b>	<b>RECURSOS Y MANDATOS (recursos que aporten y mandatos son leyes, normas a seguir)</b>
Guías	Contar con una herramienta eficiente para el trato a personas con diabetes.	Desconocimiento del temas en el trato a personas con esta condición médica	Información técnica sobre el manejo de grupos de turistas. Reglamento de guianza.
Operadores turísticos	Ofrecer productos y servicios turísticos contratados por la empresa para personas con enfermedades crónicas.	Desinterés por parte de la empresa quien vende pasajes a personas con esta condición	Reglamento de Guianza Políticas de la agencia
Turista con diabetes tipo I	Conocer y participar en las actividades turísticas del lugar	Hipoglucemias por actividades físicas y emocionales	Historial Clínico
Profesional en turismo	Conocimiento del tema y puesta en práctica en los posibles turistas en este diagnóstico	Falta de información del pasajero por parte de la agencia	Información del estado de salud del turista
Profesionales de salud	Adquirir datos del pasajero con dicha enfermedad	Desconocimiento de la enfermedad que padece el turista	Información del estado de salud del turista

## **APÉNDICE C: Cuestionario Encuesta para Guías**

### **Encuesta para Guías Nacionales de Turismo**

La presente encuesta es de carácter académico, con la finalidad de determinar el grado de conocimiento respecto a la enfermedad Diabetes tipo 1.

#### **Datos Generales**

##### **Género**

- Mujer
- Hombre

##### **Edad**

- 20 – 25
- 30 – 35
- 40 – 45

#### **1.- ¿Qué conoce acerca de diabetes tipo 1?**

- Enfermedad metabólica crónica caracterizada por la glucosa en sangre elevada.
- Enfermedad genética.
- Desconoce de la enfermedad.

#### **2.- ¿Qué estrategias usaría en caso de tener dentro del grupo de turistas una persona con diabetes tipo 1?**

- Kit de emergencia
- Capacitaciones acerca de la enfermedad
- Contar con ficha médica

#### **3.- ¿Tiene conocimiento de cómo suministrar la insulina subcutánea?**

- Si
- No

#### **4.- ¿Cuál es el rango normal que se maneja de glucosa en el cuerpo?**

- 80 – 120
- 120 – 140
- 180 – 200

**5.- ¿Cree usted, que es importante la implementación de un plan de contingencia dentro de los programas turísticos?**

- Si
- No

¿Por qué?

**6.- ¿Sabe cómo actuar en un momento de emergencia?**

- Hacer antes y después la glicemia para saber en cuanto esta la glucosa
- Inyectar insulina de acción rápida
- Dar azúcar
- Desconoce cómo actuar

## **APÉNDICE D: Cuestionario Encuesta para personas con diabetes**

### **Encuesta para personas con Diabetes tipo 1**

La presente encuesta es de carácter académico, con la finalidad de determinar el grado de conocimiento respecto a la enfermedad Diabetes tipo 1.

#### **Datos Generales**

##### **Género**

- Mujer
- Hombre

##### **Edad**

- 15 – 20
- 20 – 25
- 25 – 30

**1.- ¿Qué es para usted diabetes tipo 1?**

- Enfermedad donde el páncreas no produce insulina.
- Enfermedad metabólica crónica caracterizada por la glucosa en sangre elevada.
- Enfermedad genética.

**2.- ¿Tiene conocimiento de cómo suministrar la insulina subcutánea?**

- Si
- No

**3.- ¿Cuál es el rango normal que se maneja de glucosa en el cuerpo?**

- 80 – 120
- 120 – 140
- 180 – 200

**4.- ¿En caso de viajar qué acompañantes tienen conocimiento de la enfermedad que padece?**

- Familiares
- Amigos
- Compañeros
- Pareja

**5.- ¿Qué tipo de alimentos puede consumir para mantener una dieta saludable?**

- Todo, contando carbohidratos, proteínas azúcares
- Alimentos bajos en sal y azúcares
- Alimentos bajos en grasa

**6.- ¿Qué actividades turísticas le genera complicación?**

- Andinismo
- Trekking
- Escalada
- Montañismo
- Rafting
- Ninguna

**7.- ¿Qué estrategias aplicaría para evitar una emergencia?**

- En caso de hipoglucemia ingiere azúcar
- Hacer antes y después la glicemia para saber en cuanto esta la glucosa
- Inyectar insulina de acción rápida