

Resumen de conferencia

ALIMENTACIÓN, CONSUMO DE BEBIDAS ENVASADAS Y ACTIVIDADES DE AUTOCUIDADO DE LA DIABETES EN MUJERES DE COMUNIDADES MAYA-YUCATECAS.

Castillo-Hernández Karen, Espinosa-Marrón Alan, Caracashian-Díaz Rossana, Laviada-Molina Hugo.

Escuela de Ciencias de las Salud, Universidad Marista de Mérida, México.

Contacto ponente: nutricalli@gmail.com

RESUMEN

La prevalencia de diabetes de tipo 2 (DT2) ha aumentado de manera significativa en México en los últimos años como resultado de estilos de vida no saludables y de tasas alarmantes de obesidad en México. En las comunidades mayas, factores como la pobreza intensifican el problema de vivir con DT2. No se han descrito las actividades de autocuidado de la diabetes (ACD) ni la composición nutrimental de las dietas de las mujeres mayas yucatecas que viven con DT2. Objetivo: Evaluar las ACD, la dieta y el consumo de bebidas envasadas de mujeres con DT2 de tres comunidades semirurales de Yucatán. Metodología: Es un estudio transversal donde se incluyeron a 125 mujeres con DT2 de tres comunidades yucatecas. Mediante cuestionarios se evaluaron las ACD, el consumo de bebidas envasadas, así como la dieta. Se comparó el consumo de macronutrientes con las recomendaciones de la OMS para la DT2. Resultados: De las trece ACD evaluadas, únicamente la toma de medicamentos se realiza diariamente así como el no fumar cigarrillos. La bebida envasada más consumida fue el refresco de cola, seguida de la cerveza. El consumo de energía e hidratos de carbono excede significativamente las recomendaciones dietoterapéuticas mientras que la fibra y la proteína están por debajo de lo sugerido. Conclusiones: El sobreconsumo de energía a partir de alimentos y bebidas de mala calidad nutrimental aunado a la falta de actividades de cuidado de la diabetes, condiciona el descontrol de la DT2, además de afectar aún más la economía de estas comunidades.