

FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS EN DIABÉTICOS MELLITUS TIPO 2 DE LA COMUNA DE COPIAPÓ

Balboa Zepeda K₁, Fernández-Cao JC₂, Rojas Calisto J₂, Bustos Letelier M₃, Berrios Araya J₁, Delgado Cerda JL₁.

1 Carrera de Nutrición y Dietética, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de Atacama, Copiapó, Chile.

2 Departamento de Nutrición y Dietética, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de Atacama, Copiapó, Chile.

3 Estudio CODIACO, Universidad de Atacama, Copiapó, Chile

Introducción

En 2021, la prevalencia de diabetes mellitus tipo 2 (DM2) en Chile fue del 12,7 %, según la Federación Internacional de Diabetes (FID) (1), afectando más a las mujeres que a los hombres. La alimentación es una parte fundamental para el manejo de la DM2, influyendo en su control y en la prevención de complicaciones asociadas (2). Hasta donde sabemos, no hay estudios en Chile que hayan comparado el consumo de grupos de alimentos entre mujeres y hombres con DM2. Por todo ello, el objetivo de este estudio fue comparar la frecuencia de consumo de alimentos entre mujeres y hombres con DM2.

Resultados

Las/os 160 participantes, 109 mujeres y 51 hombres, tenían una media de edad de $55,64 \pm 7,48$ años. Se encontraron diferencias significativas en la frecuencia de consumo de vísceras, embutidos y bebidas carbonatadas entre hombres y mujeres. Así, el 96,0 % de los hombres no consumían nunca o casi nunca vísceras (Figura 1), frente al 78,9 % en el caso de las mujeres ($P = 0,008$). Asimismo, el 58,8 % de los hombres no consumían nunca o casi nunca embutidos (Figura 2), frente al 68,8% de las mujeres ($P = 0,009$). Finalmente, el 62,8% de los hombres no ingería nunca o casi nunca bebidas carbonatadas, frente al 66,1 % de las mujeres ($P = 0,030$) (Figura 3). El consumo de verduras crudas o cocidas, fruta fresca, legumbres, frutos secos, carnes blancas, agua y té fue habitual en gran parte de los hombres y de las mujeres, mientras que, mayoritariamente, las verduras congeladas y precocidas, mariscos, ultraprocesados dulces y jugos no fueron consumidos nunca o casi nunca ni en hombres ni en mujeres.

Materiales y Métodos

Estudio transversal descriptivo realizado dentro de la cohorte CODIACO en 160 usuarias/os con DM2 de los ocho Centros de Salud Familiar (CESFAM) de la comuna de Copiapó. Se incluyeron usuarias/os de CESFAM diagnosticadas con DM2, de ambos sexos y de entre 30 y 65 años de edad. Se excluyeron mujeres embarazadas y lactando, pacientes con neuropatía o nefropatía diabética, cáncer y enfermedades infecciosas o inflamatorias graves. Desde abril a agosto de 2023, se administró un cuestionario de frecuencia de consumo, previamente diseñados para el estudio CODIACO, en el que se preguntaba por la frecuencia (nunca, casi nunca, alguna vez o habitualmente) con la que las/os participantes consumían ciertos alimentos (frutas frescas; verduras crudas, cocidas, precocinadas y congeladas; frutos secos; legumbres; pescados azules y blancos; mariscos; carnes rojas y blancas; vísceras; embutidos; ultraprocesados dulces; agua; jugos; bebidas carbonatadas; café y té). Los resultados sobre la frecuencia de consumo de estos alimentos se expresaron como porcentajes y la edad de los participantes como media y desviación típica. Se empleó la prueba chi-cuadrada para comparar la frecuencia de consumo de alimentos entre hombres y mujeres. Se consideró estadísticamente significativo un valor P inferior a 0,05. Los datos fueron analizados a través del programa estadístico SPSS 20. El estudio CODIACO fue aprobado por el Comité Ético de Investigación Científica de la Universidad de Atacama. Proyecto financiado por FONDECYT N° 11180794).

Figura 1. Frecuencia de consumo de vísceras según sexo.

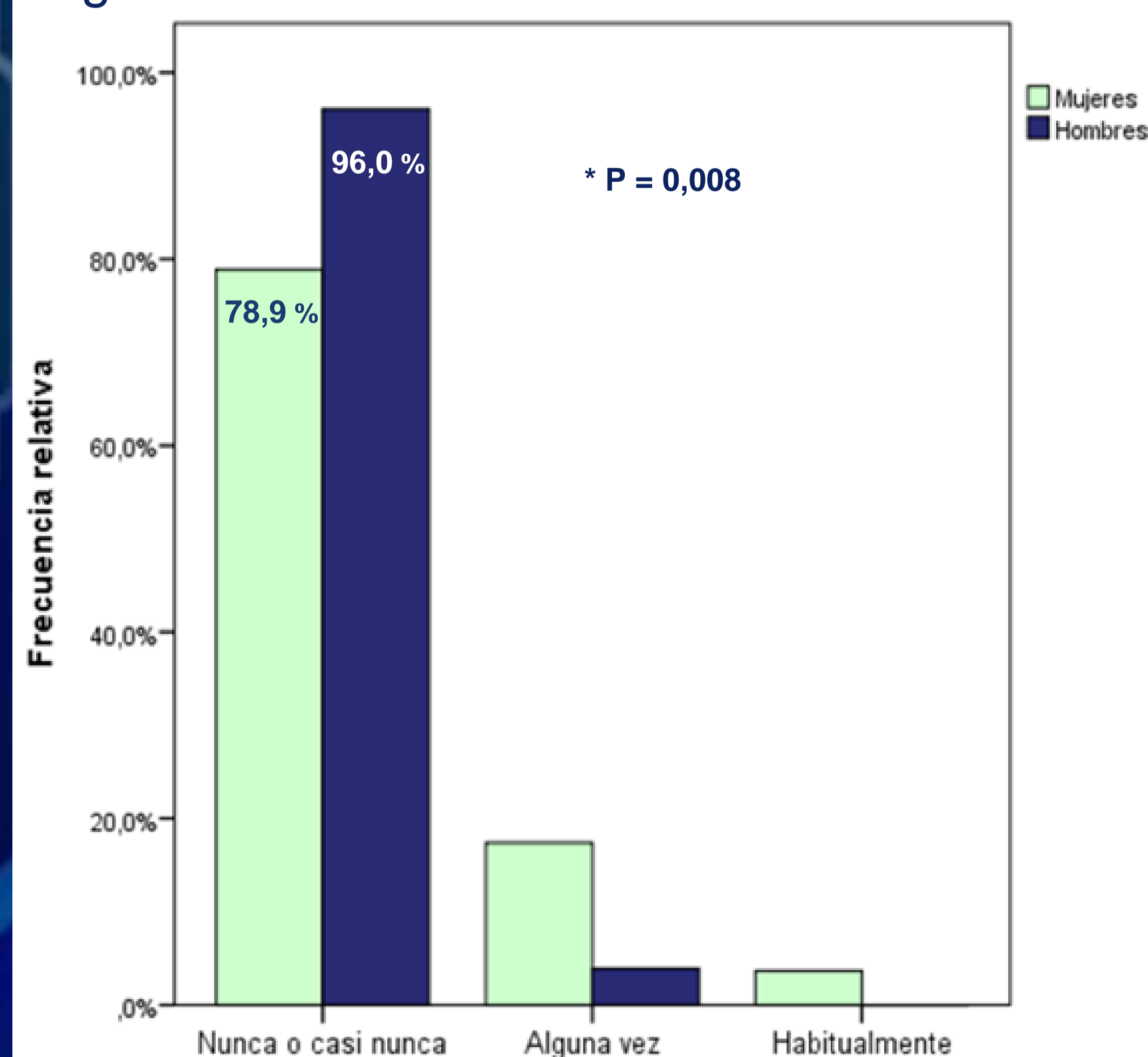


Figura 2. Frecuencia de consumo de embutidos según sexo.

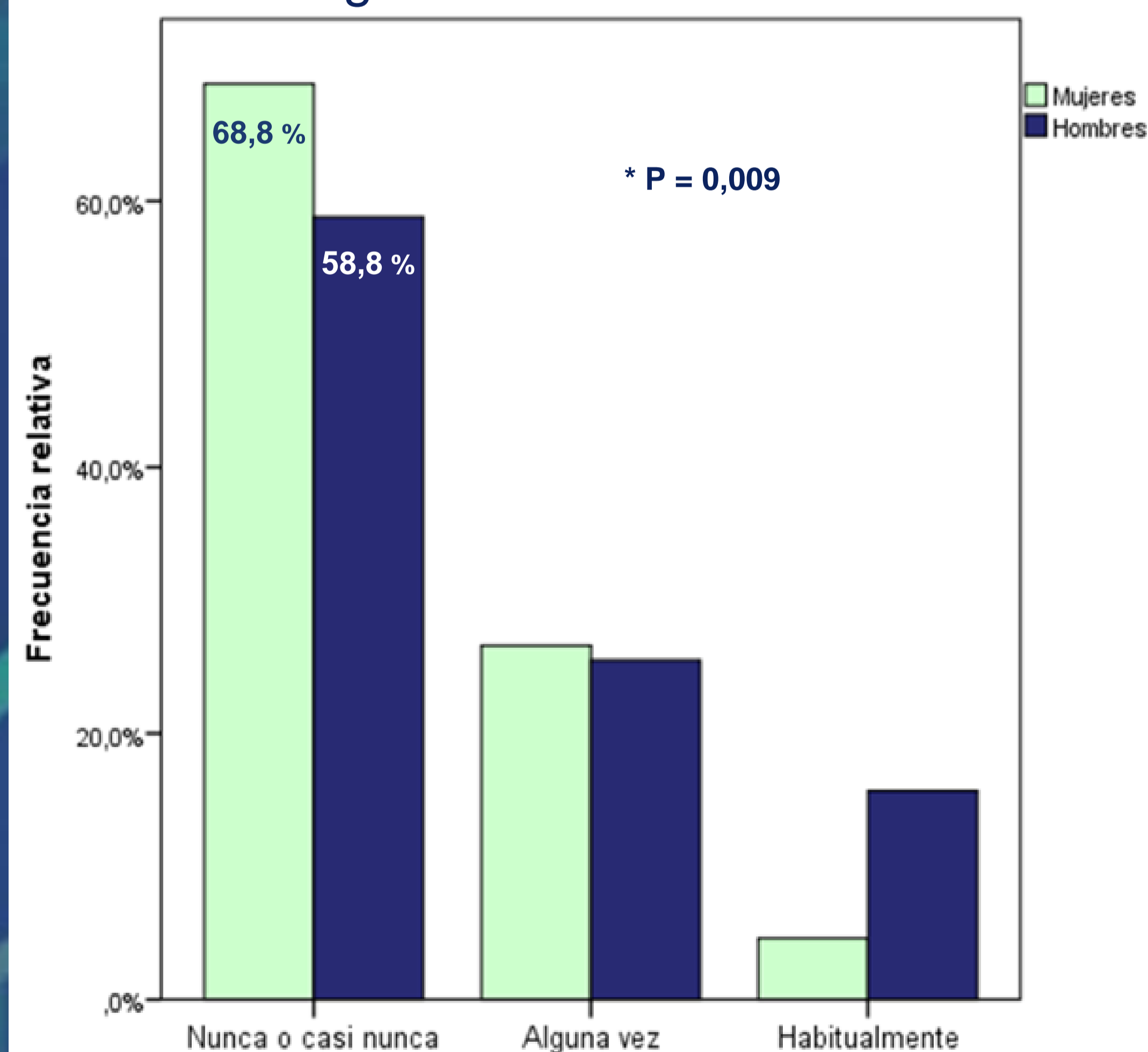
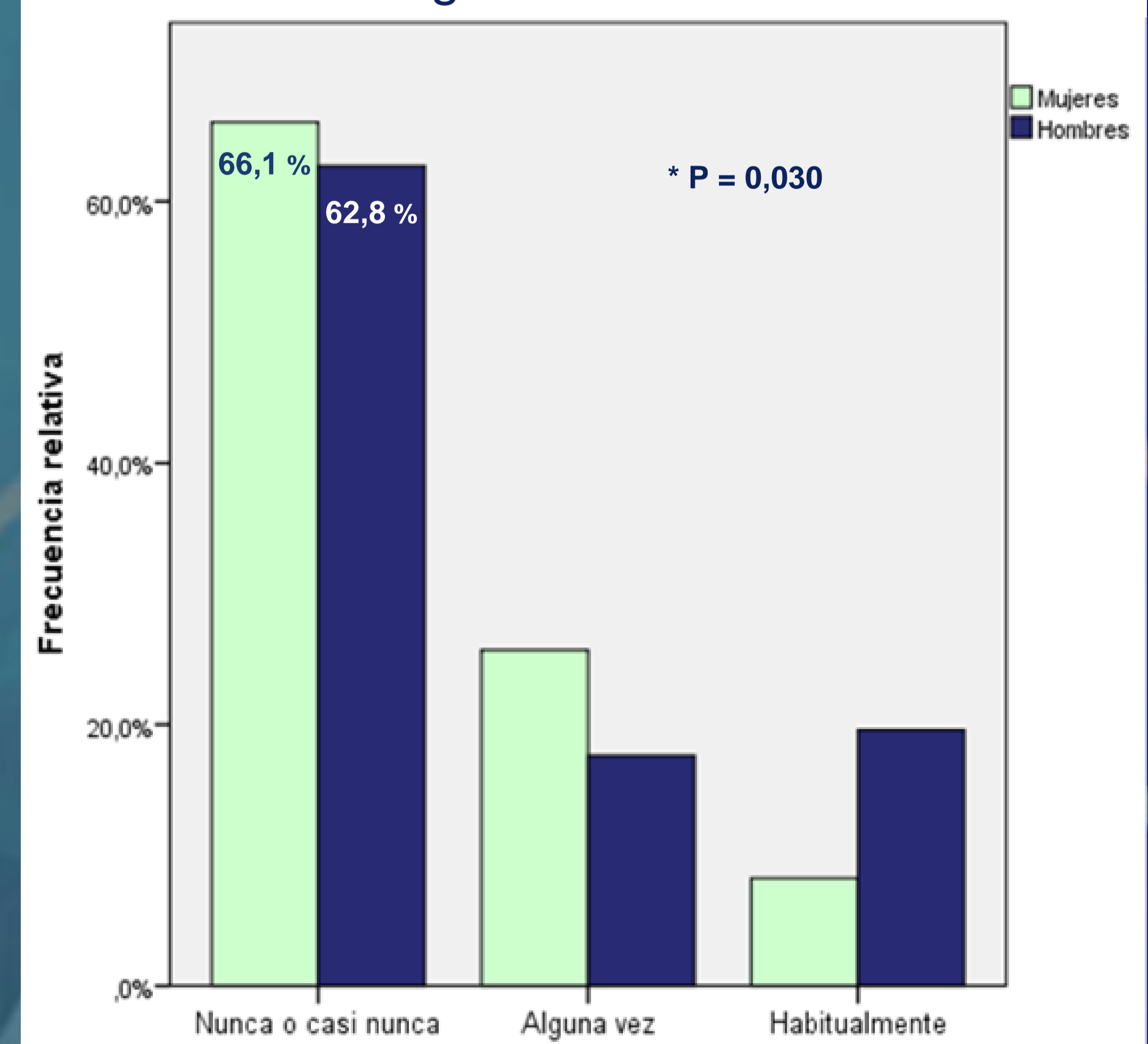


Figura 3. Frecuencia de consumo de bebidas carbonatadas según sexo.



Conclusión

Los datos sugieren que la frecuencia de consumo de vísceras, es menos habitual en hombres que en mujeres y la frecuencia de consumo de embutidos y bebidas carbonatadas es menos habitual en mujeres que en hombres usuarias/os de los CESFAM de Copiapó diagnosticados con DM2. Además, el consumo de verduras crudas o cocidas, fruta fresca, legumbres, frutos secos, carnes blancas, agua y té es similar y habitual en la mayoría de hombres y mujeres. Son necesarios más estudios que confirmen e investiguen las causas de estos.

Referencias

1. Diabetes O, Glance A. Diabetes in south & central America 2021 – [Internet]. Com.br. [cited 2023 May 13]. Disponible en: https://emdiabetes.com.br/wp-content/uploads/2021/11/IDF-Atlas-Factsheet-2021_SACA.pdf
2. MINSAL. ENS 2016-2017: informe final [Internet]. 2017 [citado 2023 May 13]. Disponible en: http://epi.minsal.cl/wp-content/uploads/2021/01/ENS_2016_2017_Informe_final_V4.3.pdf