



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

Balboa Zepeda K<sub>1</sub>, Fernández-Cao JC<sub>2</sub>, Rojas Calisto J<sub>2</sub>, Bustos Letelier M<sub>3</sub>, Berrios Araya J<sub>1</sub>, Delgado Cerda JL<sub>1</sub>.

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 ± 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.

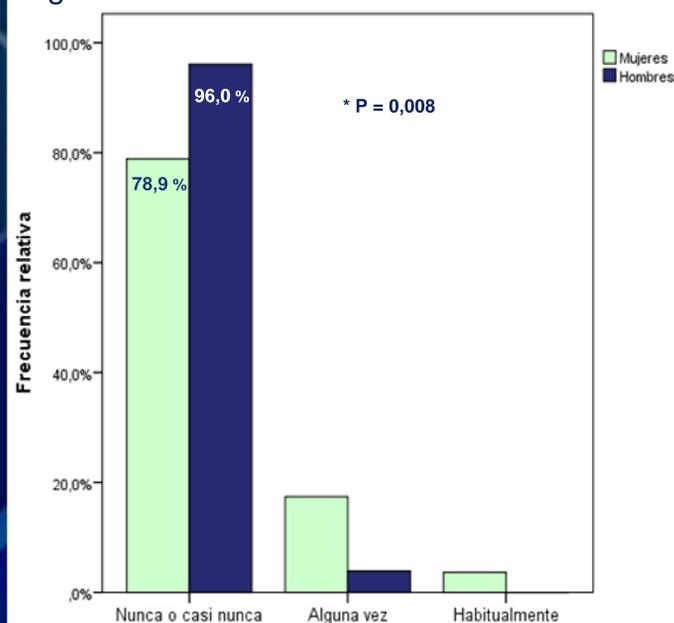


Figura 2. Frecuencia de consumo de embutidos según sexo.

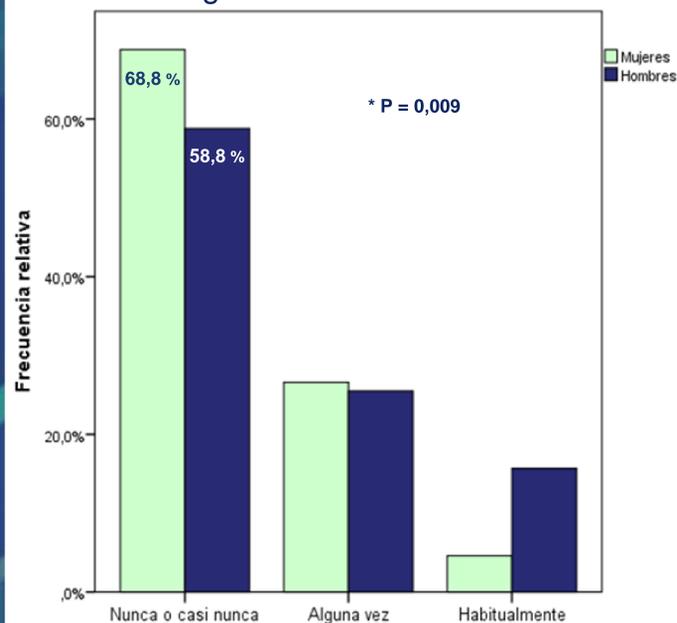
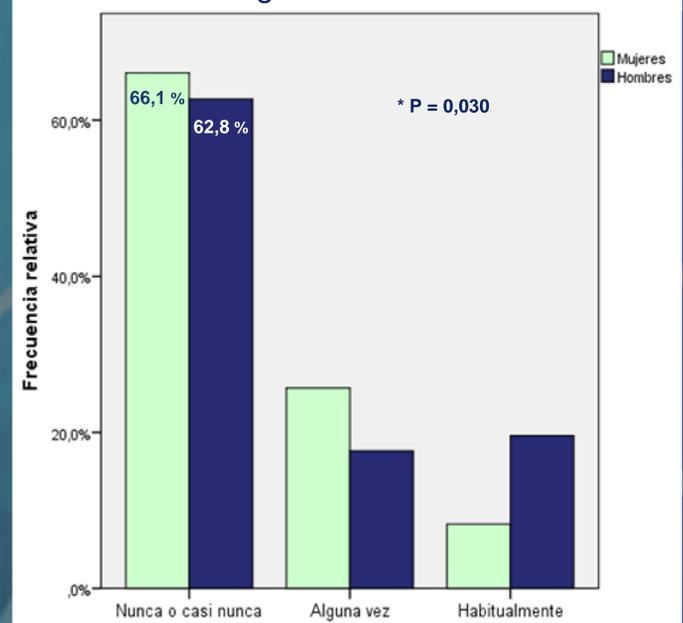


Figura 3. Frecuencia de consumo de bebidas carbonatadas según sexo.



## 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](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](http://epi.minsal.cl/wp-content/uploads/2021/01/ENS_2016_2017_Informe_final_V4.3.pdf)