



## **DESCONTROL DE LA DIABETES POR HÁBITOS ALIMENTICIOS EN UNA POBLACIÓN INDÍGENA DE VERACRUZ**

Margarita Hernandez Mixteco<sup>1</sup>, Cecilia Luz Balderas Vázquez<sup>1</sup>, Blandina Bernal Morales<sup>1</sup>, Olga Lidia Valenzuela Limón<sup>2</sup>, Juan Francisco Rodríguez Landa<sup>1</sup> y Eliud Alfredo Garcia Montalvo<sup>2</sup>

1 Instituto de Neurootología de la Universidad Veracruzana, 2 Facultad de Ciencias Químicas, Universidad Veracruzana. mago\_qfb94@hotmail.com

La Diabetes mellitus es el síndrome crónico más común en todo el mundo, caracterizado por hiperglucemia que conduce a complicaciones micro y macro vasculares si no es controlada adecuadamente. La adopción de hábitos alimenticios saludables es particularmente importante para manejar eficazmente la hiperglucemia, permitir la eficacia de los hipoglucemiantes e impedir su descontrol (glucosa >140 mg/dL). El objetivo del estudio fue analizar el estado glicémico y los hábitos alimenticios de una población indígena veracruzana. Se realizó un estudio descriptivo y transversal en 55 pacientes diabéticos de Tlilapan Veracruz, con la aplicación de un cuestionario para evaluar medidas antropométricas, hábitos alimenticios y uso de medicamentos. La cuantificación de glucosa sérica mostró que el 83.64% de la población estaba descontrolada (Glucosa=238 mg/dL), el 74.54 % tenía sobrepeso u obesidad y más del 70% no era adherente al tratamiento farmacológico; se observó un porcentaje alto de personas que consumían diariamente: tortilla (96.36%), pan (69%), grasas (74.55%), azúcares (83.64%) y café (80%), siendo este último correlacionado con el descontrol (OR=11,  $p<0.05$ ) de la enfermedad. Estos hallazgos resaltan las consecuencias de los hábitos alimenticios en la diabetes y además corrobora que el café es una de las bebidas más consumidas cuyos componentes están implicados en la alteración del metabolismo de la glucosa y en la reducción en la sensibilidad a insulina, por lo que entre otros aspectos bien conocidos, también podría contribuir a aumentar el descontrol de la diabetes por lo que su ingesta debe moderarse en población vulnerable.