



LA ALIMENTACION EN EL ADULTO CON DIABETES COMO UN FACTOR DE RIESGO PARA PADECER PIE DIABETICO

Ma. del Carmen Vera Rosales¹

¹ UAM Xochimilco. carmen.vera@hotmail.com

INTRODUCCION. La diabetes mellitus es una patología crónica, que se ha incrementado rápida y continuamente tanto a nivel mundial como nacional, la misma OPS, la ha declarado como “epidemia”, en este fenómeno están presentes el incremento de la longevidad así como el estilo de vida dentro de los cuales destacaremos la alimentación; bajo cualquier esquema de tratamiento debe privar en primera instancia la alimentación ya que de ella depende en buena medida la respuesta a los tratamientos establecido. Se ha reconocido que la alimentación es uno de los factores que mas se asocia a la aparición de la diabetes. **JUSTIFICACION.** El incremento de la glucosa plasmática crónica y la presencia de infección durante la enfermedad conduce al compromiso y alteración de las funciones con otros órganos, pero el caso del pie diabético es de los fenómenos con implicaciones mas desgarradoras desde los ámbitos familiares hasta sociales e institucionales. **OBJETIVO.** Conocer el estado nutricional de pacientes diabéticos así como su control metabólico (glucemia) y establecer su posible asociación con futuras complicaciones. **METODOLOGIA.** Es un estudio descriptivo no paramétrico, donde se usó el programa de Excel y se trató la muestra con medidas de tendencia central básicas: frecuencias, porcentajes e intervalos; el grupo se conformó de 15 pacientes diabéticos, 8 mujeres y 7 varones de entre 35 y 55 años de edad, con por lo menos 5 años de ser diabéticos, que acuden a consulta en un centro de salud de Tláhuac; se aplicó una historia clínica con énfasis en el aspecto alimentario, se realizó antropometría y se hizo un seguimiento semanal de toma de glucosa capilar, durante 4 semanas. Se inspeccionó visual y cuidadosamente las características de sus extremidades (los pies). **RESULTADOS.** 80% de los pacientes se encontraron con sobrepeso y/o obesidad, las características de su alimentación son desequilibradas en un 70%, favoreciendo el consumo hipercalórico; en cuanto a el control glucémico fue elevado con un promedio de 180 en ayuno, la observación del cuidado de sus pies, no fue el correcto en el 80% de ellos, encontrándose principalmente infecciones y algunas deformaciones. **CONCLUSION.** La diabetes mellitus, es una patología que depende en gran medida del equilibrio alimentario en los pacientes, en especial el control glicémico, el cual al encontrarse alterado permanentemente, contribuye al aumento de la morbimortalidad, identificada por la alta prevalencia de complicaciones de tipo crónica, como se detecta en un 80% de los integrantes del grupo en estudio, por lo que es posible visualizar futuras complicaciones, en la mayoría de los participantes. Lo anterior se puede asociar con la falta de intervención oportuna para identificar los factores de riesgo, específicamente los relacionados con los componentes alimentarios y nutricionales.