CO-164

ABORDAJE INTEGRAL DEL ANTOJO A LA COMIDA EN LA DIABETES TIPO 2: CORRELACIONES Y RECOMENDACIONES CLÍNICAS

Bertha Ramos Del Rio[1], Carlos Gozalo Figueroa López[1], Santiago Rincón Salazar[1], Elias Suvalsky Zarkin[2]

[1] *Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, UNAM*
[2] *Diabesmart*

INTRODUCCIÓN Y OBJETIVO

La diabetes tipo 2 es una de las enfermedades metabólicas más prevalentes y constituye un desafío significativo para la salud pública a nivel global. La gestión del control glucémico en estos pacientes está fuertemente influenciada por sus comportamientos alimentarios, y el manejo de los antojos por los alimentos se presenta como un factor crucial. El antojo por los alimentos, tanto en su forma de rasgo (una tendencia estable y relativamente duradera) como en su forma de estado (la intensidad momentánea del deseo por consumir alimentos específicos), afecta las elecciones dietéticas y, en consecuencia, el control de la glucosa en sangre. Este estudio tiene como objetivo examinar las correlaciones entre el antojo por los alimentos, la atención plena (mindfulness) y la autoeficacia en pacientes con diabetes tipo 2, aportando información valiosa para el desarrollo de intervenciones efectivas y multidisciplinarias en el manejo de la enfermedad.

MATERIAL Y MÉTODOS

Se aplicaron cuatro cuestionarios estandarizados en un grupo de pacientes diagnosticados con diabetes tipo 2 para evaluar diversas variables psicológicas. Los cuestionarios utilizados fueron: el Cuestionario Food Craving Questionnaire-Trait (FCQ-Trait), que mide la tendencia estable a experimentar antojos; el Cuestionario Food Craving Questionnaire-State (FCQ-State), que evalúa la intensidad momentánea del deseo por consumir alimentos específicos; la Escala Mindful Attention and Awareness (MAAS), que evalúa la atención plena; y el Cuestionario Weight Efficacy Lifestyle Questionnaire (WEL), que mide la autoeficacia relacionada con la capacidad de resistir los deseos de comer. Los datos fueron recopilados en un entorno clínico mediante un muestreo por conveniencia, asegurando que los participantes cumplieran con criterios de inclusión específicos relacionados con el diagnóstico y tratamiento de la diabetes. Se realizó un análisis de correlación para determinar la fuerza y la dirección de las relaciones entre las variables de interés.

RESULTADOS

Los hallazgos del estudio revelaron varias correlaciones significativas, las cuales se presentan en la tabla de correlaciones:

- Edad mostró una correlación negativa con FCQ-State ($r = -0{,}412$, $p < 0{,}01$) y una tendencia a la negativa con FCQ-Trait ($r = -0{,}321$, $p < 0{,}05$), sugiriendo que a medida que los pacientes envejecen, la intensidad de sus antojos tiende a disminuir.

- MAAS total (atención plena) tuvo correlaciones negativas con FCQ-Trait ($r = -0{,}534$, $p < 0{,}001$) y FCQ-State ($r = -0{,}363$, $p < 0{,}01$), indicando que una mayor atención plena se asocia con una menor tendencia a experimentar antojos a largo plazo y en momentos específicos.

- WEL total (autoeficacia) también mostró correlaciones negativas significativas con FCQ-Trait ($r = -0{,}573$, $p < 0{,}001$) y FCQ-State ($r = -0{,}411$, $p < 0{,}01$), lo que sugiere que una mayor confianza en la capacidad para resistir los antojos se relaciona con una experiencia reducida de estos.

- Las correlaciones entre DDS total (deseo de consumo) y otras variables, como MAAS y WEL, reflejan un patrón positivo que resalta la importancia de gestionar los deseos de consumo en relación con un mejor manejo de la diabetes.

CONCLUSIONES

Los resultados de este estudio subrayan la importancia de gestionar los antojos por los alimentos en pacientes con diabetes tipo 2. Un enfoque multidisciplinario que incluya educación nutricional, estrategias de mindfulness y desarrollo de la autoeficacia puede ser crucial para mejorar el autocontrol y la adherencia al tratamiento en esta población. Promover la atención plena puede no solo contribuir a una reducción en la intensidad de los antojos, sino también a una mejor calidad de vida y control glucémico. Por otro lado, fomentar la autoeficacia debe ser una prioridad en las

intervenciones clínicas, ya que los pacientes que confían en su capacidad para resistir antojos tienden a experimentar menos deseos alimentarios intensos. En conclusión, abordar los antojos desde una perspectiva integral puede ofrecer una vía prometedora para mejorar el manejo de la diabetes tipo 2, permitiendo a los pacientes tomar decisiones más informadas y saludables en su vida diaria. Este enfoque multidisciplinario no solo se recomienda, sino que se hace necesario en el contexto del manejo efectivo de la diabetes.

CÓMO CITAR

Ramos Del Rio B, Figueroa López CG, Rincón Salazar S, Suvalsky Zarkin E. ABORDAJE INTEGRAL DEL ANTOJO A LA COMIDA EN LA DIABETES TIPO 2: CORRELACIONES Y RECOMENDACIONES CLÍNICAS. Diabetes Práctica. 2026;17(Supl. 4):29-30. doi:10.52102/diabet/pract.2026.s4