



INCREMENTO DE LA DIABETES TIPO 2 EN POBLACIÓN INFANTIL, SU RELACIÓN CON LOS HÁBITOS ALIMENTICIOS Y EL PAPEL DE ENFERMERÍA EN LA PREVENCIÓN

Lario Marín, Nuria Esther; Hernández Hernández, María Teresa; Larraz Giganto, Sara

OBJETIVO

Investigar sobre el aumento de la diabetes mellitus tipo 2 (DM2) en la infancia y su relación con los hábitos alimenticios actuales, enfatizando el rol de enfermería en la prevención mediante la promoción de estilos de vida saludables y estrategias de educación para la salud.



MATERIAL Y MÉTODOS

Para ello se ha realizado una búsqueda bibliográfica en Pubmed, Scielo, así como en guías de práctica clínica y documentos de consenso (Sociedad Española de Diabetes, Asociación Americana de Diabetes), entre otras. Se han incluido artículos publicados en los últimos 5 años y se han descartado aquellos donde no había acceso al texto completo.



RESULTADOS

La evidencia revisada muestra un aumento sostenido de la diabetes mellitus tipo 2 en la población pediátrica, estrechamente relacionado con el incremento de la obesidad infantil y los hábitos alimenticios poco saludables. Estos últimos están caracterizados por un elevado consumo de alimentos ultraprocesados, azúcares añadidos y bebidas azucaradas entre otros. Las guías señalan que estas conductas alimentarias favorecen la resistencia a la insulina y por consiguiente una progresión acelerada de la enfermedad, con aparición precoz de complicaciones tanto cardiovasculares como metabólicas. La literatura defiende que la adopción de patrones alimentarios saludables está asociado con menores riesgos de sufrir sobrepeso y puede influir de manera positiva en la prevención de disfunciones metabólicas. Además, el rol de enfermería es clave en la prevención primaria de la diabetes tipo 2 en niños, realizando intervenciones educativas basadas en la educación nutricional tanto en el ámbito comunitario como escolar y familiar.



CONCLUSIONES

El incremento de la diabetes tipo 2 en edades tempranas está fuertemente vinculado a hábitos alimenticios desfavorables. Enfermería tiene un papel fundamental en la prevención mediante intervenciones nutricionales tempranas, educación en salud y promoción de estilos de vida saludables orientados a mejorar la alimentación infantil y reducir la carga futura de la enfermedad.