

EDUCACIÓN NUTRICIONAL ESTRUCTURADA EN LA DIABETES TIPO 1: CONOCIMIENTOS, SATISFACCIÓN Y CONTROL GLUCÉMICO

Miriam Rodríguez Guillén¹, Garlene Zamora Zamorano², María Magnolia Hernández Santana¹, Esther Gloria Cabrera Medina¹, Ana M. Wäagner^{1, 2}

¹ Servicio de Endocrinología y Nutrición. Complejo Hospitalario Universitario Insular – Materno Infantil. Las Palmas de Gran Canaria. España

² Instituto Universitario de Investigaciones Biomédicas y Sanitarias. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria. Las Palmas de Gran Canaria. España

INTRODUCCIÓN

Previamente mostramos que una intervención educativa nutricional estructurada en nuestro centro aumentaba los conocimientos de los usuarios, que además tenían un alto grado de satisfacción, pero no evaluamos el impacto en el control glucémico.

OBJETIVOS

Evaluar la repercusión de un programa educativo nutricional estructurado en personas con diabetes tipo 1 sobre el control glucémico a los 6 meses de la intervención.

MATERIAL Y MÉTODOS

DISEÑO: Estudio de intervención, longitudinal, sin grupo control.

POBLACIÓN: Adultos con DM1 de la zona sur de la isla de Gran Canaria.

INTERVENCIÓN:

- Se impartió un programa formativo grupal en alimentación, estructurado en 4 sesiones y centrado en la cuantificación de hidratos de carbono. **Profesionales implicados: una dietista – nutricionista y 3 enfermeras educadoras en diabetes.**
- Se programó una visita de seguimiento a los 15 días para ajuste de ratios e índice de sensibilidad, para ello se acordó con los pacientes recopilar glucemias pre y postprandiales (2h), gramos de alimentos y raciones contabilizadas, así como las dosis de insulina administradas. Como calculador de los bolos prandiales y las correcciones, se utilizó la app *Social Diabetes®*.

CONTROL: La situación basal de los participantes

MEDIDAS DE RESULTADO:

- Se evaluaron los conocimientos en alimentación antes y después de la intervención (0–6 puntos).
- Se realizó un cuestionario de satisfacción al finalizar el programa (0–30 puntos).
- La recogida de datos glucémicos se realizó mediante la plataforma del sistema de monitorización de glucosa del paciente y HbA1c desde la historia clínica. **Variables analizadas:** Tiempo en rango (TIR: 70–180 mg/dl), tiempo por encima del rango (TAR: > 180 mg/dl), tiempo por debajo del rango (TBR < 70 mg/dl), indicador de gestión de glucosa (GMI) y hemoglobina glicosilada (HbA1c).
- Comparación con la situación basal mediante t de Student para datos apareados.



Sesión 1: Concepto
Ración HC
**CUESTIONARIO
CONOCIMIENTO**



Sesión 2: Etiquetado



Sesión 3: Unidad
grasa/proteína



Sesión 4: Repaso y
práctica con alimentos
**CUESTIONARIOS
CONOCIMIENTO Y
SATISFACCIÓN**



15 DÍAS

Seguimiento y
cálculo de ratio y
FSI
**ENTREGA
REGISTRO DE
DATOS**

RESULTADOS

- Se realizaron 6 talleres entre abril 2025 y febrero 2026.
- Participaron 46 personas (71,7% mujeres; edad $45,2 \pm 12,4$ años; 100% tratamiento con múltiples dosis de insulina).
- Asistencia media: $3,5 \pm 0,8$ sesiones.
- Mejora en los conocimientos nutricionales: $3,1 \pm 1,5$ vs. $5,0 \pm 0,6$ puntos $\rightarrow p < 0,05$.
- Alta satisfacción: $29,1 \pm 1,5$ puntos.

No se observaron cambios estadísticamente significativos en los parámetros de control glucémico. *Datos reflejados en la tabla.

	Nº REGISTROS	TIR	TAR	TBR	GMI	HbA1c
0 meses	46	$57,3 \pm 14,3$	$37,8 \pm 15,6$	$4,9 \pm 4,2$	$7,3 \pm 0,7$	$7,7 \pm 1,0$
3 meses	36	$55,8 \pm 19,3$	$38,8 \pm 17,4$	$4,1 \pm 3,7$	$7,4 \pm 0,8$	$7,9 \pm 0,8$
6 meses	20	$49,3 \pm 16,3$	$47,0 \pm 17,0$	$3,8 \pm 3,5$	$7,7 \pm 0,8$	$7,2 \pm 1,1$
9 meses	6	$62,5 \pm 14,5$	$34,0 \pm 14,8$	$3,5 \pm 2,5$	$7,3 \pm 0,6$	7,0



CONCLUSIONES

Aunque los participantes en los talleres educativos nutricionales muestran adquisición de conocimientos y un alto grado de satisfacción, de momento no se evidencia un impacto sobre el control glucémico.