

**CARACTERIZACIÓN DE LOS ESTILOS DE VIDA EN MUJERES POSTPARTO
DIAGNOSTICADAS CON DIABETES GESTACIONAL QUE PARTICIPARON EN
UN PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD MEDIADA POR LAS
TECNOLOGÍAS MÓVILES.**

Marlin Paola Bermejo Berdugo
Angie Cueto De la Asunción
Francesca De Ávila De la Hoz
Carolina Inés Rodríguez Rocha
Karla Zabaleta Vásquez

Trabajo de Investigación de Fisioterapia

Tutores

Yisel Pinillos Patiño

RESUMEN

Antecedentes: La diabetes es una enfermedad crónica desencadenada cuando el páncreas no produce suficiente insulina o el organismo no puede utilizar con eficacia la insulina que produce; actualmente se constituye como un problema de salud pública seleccionada para intervenir con carácter prioritario.

Objetivos: Caracterizar los estilos de vida de las mujeres posparto diagnosticadas con diabetes gestacional que participaron en un programa de educación para la salud mediada por las tecnologías móviles.

Materiales y Métodos: Estudio descriptivo de corte transversal destinado a las mujeres embarazadas con diagnóstico de diabetes gestacional y sus resultados durante el embarazo, el parto y el postparto. La población para el estudio serán mujeres del distrito de Barranquilla diagnosticadas con diabetes gestacional se tendrán en cuenta aquellas mujeres que ya han tenido sus hijos, mujeres diagnosticadas con diabetes gestacional, mujeres que vivan en Barranquilla, y acepten participar voluntariamente.

Resultados: En el consumo de frutas y verduras el 70,83 % de las mujeres entre los 16-25 años manifestaron que consumen frutas y verduras 1 o 2 veces al día, el 87,50% de la misma edad no practican ningún tipo de actividad física, mientras que en la actividad física moderada se observa que el 62,50% de las mujeres practican 30 minutos de actividad física moderada por día y un 91,47% de estas mujeres negaron salir a caminar.

Conclusiones: De acuerdo con los resultados obtenidos se concluye que las mujeres en etapa de gestación el mayor porcentaje se encuentra en unión libre, su nivel académico solo culminaron la secundaria, el consumo de frutas y verduras y el nivel de actividad física eran muy bajos.

Palabras clave: (DeCS): Diabetes gestacional, nutrición, alimentación y dieta, ejercicio.

ABSTRACT

Background: Diabetes is a chronic disease triggered when the pancreas does not produce enough insulin or the body cannot effectively use the insulin it produces; It is currently a public health problem selected to intervene on a priority basis.

Objective: Characterize the lifestyles of postpartum women diagnosed with gestational diabetes who participated in a health education program mediated by mobile technologies.

Materials and Methods: In a descriptive cross-sectional study aimed at pregnant women and their results during pregnancy, delivery and postpartum. The population for the study will be women from the district of Barranquilla diagnosed with gestational diabetes will be considered those women who have already had their children, women diagnosed with gestational diabetes, women living in Barranquilla, accept to participate voluntarily.

Results: In the consumption of fruits and vegetables, 70.83% of women between 16 and 25 years old said that they consume fruits and vegetables 1 or 2 times a day, 87.50% of the same age do not practice any type of physical activity, while in moderate physical activity it is observed that 62.50% of women practice 30 minutes of moderate physical activity per day and 91.47% of these women refused to go out for a walk.

Conclusions: According to the results obtained, it is concluded that women in pregnancy stage the highest percentage is in free union, their academic level only culminated in high school, the consumption of fruits and vegetables and the level of physical activity were very low.

KeyWords: (MeSH) Gestational diabetes, nutrition, food and diet, exercise.

REFERENCIAS

1. Carrera Y. Cuestionario Internacional de actividad física (IPAQ). Revista Enfermería del Trabajo 2017; 7:11(49-54)
2. Colagiuri S, Donggo P, Gregg E, Mohan V, Unwin N, Williams R y Yudkin J. Informe mundial sobre la diabetes. World Health Organization. 2016
3. Álvarez A, Cantillo M, Galera E, Guerrero W, Pacheco A, Pinillos Y. Inactividad física en Mujeres con Diabetes Gestacional en la Localidad sur oriente del distrito de Barranquilla. Rev Salud En Movimiento. 23 Abril.2018. En:
<http://publicaciones.unisimonbolivar.edu.co/rdigital/ojs/index.php/saludmov/article/view/1623>
4. Archambault C, Arel R, Filion KB. Gestational diabetes and risk of cardiovascular disease: a scoping review. Open Medicine. 2014; 8(1):e1-e9. En: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25009679>
5. Pinillos YP, Herazo YB, Vidarte J, Crissien E, Suarez D. Niveles de Actividad física y sus determinantes en mujeres adultas de Barranquilla. Rev Ciencia e Innovación en Salud Universidad Simón Bolívar. 1 Enero. 2014. En:
<http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/innovacionsalud/article/view/68>
6. Pinillos Y Patiño, Herazo YB, Mendoza HCh, Kuzmar I, Galeano LM. Relación entre la práctica de actividad física en embarazadas y diabetes gestacional: un estudio transversal. Revista Latinoamericana de Hipertensión. 2017; 12(5): 138 - 143. En:
<http://www.redalyc.org/pdf/1702/170254309006.pdf>
7. Aroda, V. R. et al. "The Effect of Lifestyle Intervention and Metformin on Preventing or Delaying Diabetes among Women With and Without Gestational Diabetes: The Diabetes Prevention Program Outcomes Study 10-Year Follow-Up." The Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism 100.4 (2015): 1646–1653. Pmc. Web. 13 Sept. 2018. En: <https://academic.oup.com/jcem/article/100/4/1646/2815139>
8. Ministerio de Salud. Encuesta Nacional de Nutrición y Salud. Documento de Resultados. 2006. En:
<http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000000257cnt-a08-ennys-documento-de-resultados-2007.pdf>
9. Thamudi D. Sundarapperuma,1 Champa J, Priyadarshika H, Sudharshani W. Perceptions on Diet and Dietary Modifications during Postpartum Period Aiming at Attenuating Progression of GDM to DM: A Qualitative Study of Mothers and Health Care Workers. Journal of Diabetes Research, Volume 2018, Article ID 6459364, 6 pages. En:
<https://doi.org/10.1155/2018/6459364>

10. Rivas AM, Guerra C2, González JC, Guevara MC, Dávila SG. Mujeres con Diabetes Mellitus Gestacional Previa Incorporadas a Programa de Seguimiento Post-parto. 2010. N° 1. En: <http://www.revistaalad.com/pdfs/101016-24.pdf>
11. Chen Q, Carbone E. Functionality, Implementation, Impact, and the Role of Health Literacy in Mobile Phone Apps for Gestational Diabetes: Scoping Review. 2017 Oct 4;2(2):e25. doi: 10.2196/diabetes.8045.
12. World Diabetes Foundation. Alcaldía de Barranquilla. Fundación Vida Nueva. Protocolo de intervención para la prevención de diabetes tipo 2 en mujeres postparto con diabetes gestacional previa. Editorial Mejoras, Barranquilla. ISBN 978-958-59722-2-3. 2017 : <http://generacionvidanueva.org/>
13. Guerra M, Montenegro C, Cano S. Epidemiology Behaviour of maternal deaths in Atlántico Department and Barranquilla district. Cienc. innov. salud. 2017; 4(1):27-37. En: <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/innovacionsalud/article/view/2707/2734>
14. Catañola J, Magriños M, Ortiz S y colaboradores. Patrón de ingesta de vegetales y frutas en adolescentes en el área metropolitana de Buenos Aires. Arch argent pediatr. 2004; 102 (4) En: <http://www.biblioteca.uma.es/bbldoc/tesisuma/17113374.pdf>
15. Seneviratne SN, Parry GK, McCowan LM, Ekeroma A, Jiang Y, Gusso S, et al. Antenatal exercise in overweight and obese women and its effects on offspring and maternal health: design and rationale of the IMPROVE (Improving Maternal and Progeny Obesity Via Exercise) randomised controlled trial. BMC Pregnancy Childbirth 2014;14:148. En: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26542419>
16. Sánchez-García JC y cols. Influencia del ejercicio físico sobre la calidad de vida durante el embarazo y el posparto. Revisión sistemática. Nutr Hosp 2016; 33(Supl. 5):1-9. En: http://scielo.isciii.es/pdf/nh/v33s5/01_articulo.pdf
17. Martínez JR, Pereira MP, Care practices performing postpartum women in the cities of Sincelejo, Corozal, Tolú, Sampedo and San Onofre. Salud Uninorte vol. 32, N° 1, 2018 ISSN 0120-5552. 2014. En: <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/salud/article/viewArticle/8427/8883>
18. França Silva D. La influencia de las técnicas d fisioterapia en la disminución de la dependencia de la insulina en diabetes mellitus tipo I. Universidad de salamanca. Salamanca, 2010. file:///C:/Users/Fernando%20Gzr/Downloads/DFIRM_Fran%C3%A7a_Silva_D_InfluenciaDeLasTecnicas.pdf