



**Aspectos de acciones educativas dirigidas a mejoras de hábitos alimentarios
en pacientes diagnosticados con diabetes mellitus tipo 2**

Abraão Khaleb Silva de Oliveira Souza

Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Central del Paraguay, Pedro Juan Caballero

Tutoría: Dr. Álvaro Gimenez

02 de febrero de 2024

Trabajo Final de Grado

Aspectos de acciones educativas dirigidas a mejoras de hábitos alimentarios en pacientes diagnosticados con diabetes mellitus tipo 2¹

*Aspects of educational actions aimed at improving eating habits in patients
diagnosed with type 2 diabetes mellitus*

Abraão Khaleb Silva de Oliveira Souza², Álvaro Gimenez³

Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Central del Paraguay,

Pedro Juan Caballero, Amambay, Paraguay

Resumen

Este estudio se centra en la salud como un estado de bienestar completo, no simplemente la ausencia de enfermedad, como la calidad de vida, un componente crucial de la salud abarca todos los aspectos de la vida. En este contexto, la revisión de la literatura tiene como objetivo general demostrar los aspectos de las acciones educativas sobre los hábitos alimentarios en personas con Diabetes Mellitus Tipo 2 (DM2), destacando la importancia de una alimentación saludable, especialmente en aquellos con factores de riesgo de esta enfermedad. La DM2 es un problema de salud global en constante crecimiento, se proyecta que esta cifra aumente significativamente para 2045, este aumento afectará en su mayoría a países en desarrollo. La DM2 tiene graves consecuencias, incluyendo hospitalizaciones, enfermedades cardiovasculares, ceguera, insuficiencia renal y amputaciones no traumáticas de miembros inferiores. La buena noticia es que la prevención es posible. Estudios han demostrado que cambios en el estilo de vida, incluyendo una ligera reducción de peso, aumento de la actividad física y una dieta saludable, pueden reducir significativamente el

¹Artículo científico presentado como Trabajo Final de Grado a la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Central del Paraguay – Filial Pedro Juan Caballero, para la obtención del título de Médico

²Autor. Correo electrónico: contatoabraaokhaleb@gmail.com

³ Docente tutor. Médico.

riesgo de desarrollar DM2, lo que tiene un impacto significativo en la calidad de vida y la salud pública.

Palabras clave: Diabetes Mellitus, Alimentación saludable, Prediabetes, Estilo de vida