

Asociación entre aprendizaje significativo y cambio en el estilo de vida en pacientes con Diabetes Mellitus tipo 2

Mario Alberto Coello Moreno,
Erika Judith López Zúñiga,
Nely Isabel Cruz Serrano,
Leonides Elena Flores Guillen
Edhy Maycelia Gutiérrez Espinosa.

Introducción

El cambio de estilo de vida en los últimos años han modificado los patrones de enfermedad y de muerte en México. El sistema de salud ha de responder a la necesidad de cambio y ser capaces de adoptar estrategias nuevas antes los problemas de salud.

A principio del siglo XXI destaca la presencia de la Diabetes Mellitus (DM) como el prototipo de las enfermedades crónicas ligadas al proceso de envejecimiento de la población, al incremento de la obesidad y a la adopción de nuevos patrones de comportamientos como los cambios en la dieta y la reducción del ejercicio físico.

El objetivo del presente trabajo fue evaluar la asociación entre el aprendizaje significativo y la adopción de estilo de vida saludable en pacientes con Diabetes Mellitus tipo 2 que acuden a las 6 sesiones educativas del manual *Corazón Sano y Fuerte*.

Metodología

Investigación tipo exploratorio; enfoque mixto, con una muestra de 39 pacientes diabéticos que acuden a las 6 sesiones educativas; las variables fueron: nivel de aprendizaje significativo y estilos de vida saludable, intervención educativa, se utilizaron frecuencias relativas para el análisis y se utilizó el consentimiento informado.

Resultados

Al inicio de la intervención educativa con respecto a la variable de aprendizaje significativo se encontró de tres formas: bueno 28.20%, regular 66.66% y malo 5.12%; y al finalizar 58.97% bueno, 41.02% regular, 0% malo. Respecto a la variable de estilo de vida al inicio 46.15% regular y 53.84% malo, y al finalizar 2.56% bueno, 74.35% regular, 23.07% malo.

La aplicación del instrumento de estilo de vida y aprendizaje significativo permitió un cambio observable en los pacientes diabéticos a través de la intervención educativa.

Conclusiones

Es de gran relevancia como profesionistas en el área de la salud continuar con una orientación alimentaria, para que se prevengan enfermedades crónicas degenerativas y se adquieran hábitos alimentarios saludables e impulsar la activación física.

La educación nutricional es una herramienta fundamental en la nutrición del ser humano, por lo que con la implementación de las sesiones educativa se logró un cambio significativo en los pacientes con Diabetes Mellitus tipo 2.

Referencias

- Ausubel, D. P. Novak, J. D y Hanesian, H. *Psicología educativa. Un punto de vista cognoscitivo*. Edit. Trillas, México. 1983.
- Brito, C. G. *Alimentación en la Diabetes*. México, D.F., 1ª. Edición, Editorial Mc Graw- Hill Interamericana. 2004.