



## P-145 - EVALUACIÓN DE UN PROGRAMA FORMATIVO NUTRICIONAL GRUPAL PARA PERSONAS ADULTAS CON DIABETES TIPO 1

G. Zamora Zamorano<sup>a</sup>, M. Rodríguez Guillén<sup>b</sup>, M. Hernández Santana<sup>b</sup>, E.G. Cabrera Medina<sup>b</sup> y A.M. Wägner<sup>a,b</sup>

<sup>a</sup>Instituto Universitario de Investigaciones Biomédicas y Sanitarias, Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, España. <sup>b</sup>Servicio de Endocrinología y Nutrición, Complejo Hospitalario Universitario Materno-Infantil de Gran Canaria, Las Palmas de Gran Canaria, España.

### Resumen

**Introducción:** La cuantificación de hidratos de carbono ofrece flexibilidad alimentaria y contribuye al manejo efectivo de la diabetes.

**Objetivos:** Evaluar la eficacia de un programa grupal de formación nutricional para la diabetes tipo 1 y la satisfacción de los/las usuarios/as con el mismo.

**Material y métodos:** Un proyecto formativo en alimentación para la diabetes tipo 1 centrado en la cuantificación de hidratos de carbono fue desarrollado por una dietista-nutricionista en colaboración con una endocrinóloga. Inicialmente, la formación estuvo dirigida a enfermeras y educadoras en diabetes del hospital. Posteriormente, el programa se enfocó en personas con la enfermedad. Se realizaron dos talleres piloto para explorar la duración y ritmo de la formación. A continuación, el programa grupal (máx. 10 personas) fue organizado en dos tipos de talleres: uno básico (4 sesiones) y uno de repaso (2 sesiones), en sesiones semanales de 2 horas y 30 minutos. La nutricionista abordó la identificación y cuantificación de hidratos de carbono, lectura de etiquetas nutricionales y el impacto de otros nutrientes (grasas, proteínas, edulcorantes, etc.), y las educadoras en diabetes abordaron aspectos más relacionados con la insulinoterapia (ratio insulina/hidratos de carbono, factor de sensibilidad, tiempo de espera). La última sesión del taller básico fue una práctica interactiva utilizando alimentos llevados por los profesionales y comidas reales suministrada por el servicio de dietética y cocina del hospital. Al finalizar, se programó una visita individual de seguimiento en educación diabetológica, con tareas específicas y ajuste de pauta. Los talleres incluyeron un cuestionario de 6 preguntas de conocimientos generales en cuantificación de hidratos de carbono al inicio y otro al final (anónimos), con un máximo de 6 puntos, y un cuestionario de 6 preguntas de satisfacción en la sesión final con un puntaje máximo de 30 puntos.

**Resultados:** Tras el piloto [13 participantes (5 hombres)], entre noviembre 2022 y diciembre de 2024, se realizaron 13 talleres con un total de 40 sesiones, en las que participaron 84 personas (56% mujeres) y con una asistencia por sesión de  $6,08 \pm 1,89$  personas. El 97% utilizaban terapia de múltiples dosis de insulina (MDI) y el 3% terapia de infusión subcutánea continua de insulina (ISCI). En los cuestionarios iniciales, el promedio de calificaciones fue de  $3,97 \pm 1,03$  puntos. En los cuestionarios finales, el promedio aumentó a  $4,93 \pm 0,73$  puntos ( $p < 0,05$ ). Más de la mitad de los participantes lograron una calificación de 5 o más, aunque las principales dificultades persistieron en los apartados que requieren mayor práctica. El cuestionario de satisfacción reflejó una alta valoración por parte de los participantes, con un promedio de  $28,9 \pm 4,1$  puntos.

**Conclusiones:** Nuestros resultados sugieren que el programa impartido es eficaz y tiene buena aceptación por parte de los participantes.

Financiación: WARIFA, Horizonte 2020 UE, N°101017385.