



Recibido: 20/julio/2024 Aceptado: 5/diciembre/2024

Estilo de vida en pacientes con diabetes tipo II en la zona rural (Original) Healthy lifestyle for patients with type ii diabetes in the rural area (Original)

Angie Nicole Mendieta Maza. *Estudiante de la carrera Enfermería. Universidad Estatal del Sur de Manabí Jipijapa. Ecuador.*

[mendieta-angie4504@unesum.edu.ec] [<https://orcid.org/0009-0004-8712-4731>]

Anita María Murillo Zavala. *Docente de la carrera Laboratorio Clínico. Universidad Estatal del Sur de Manabí Jipijapa. Ecuador.*

[anita.murillo@unesum.edu.ec] [<https://orcid.org/0000-0003-2896-6600>]

Resumen

Los estilos de vida son las acciones que las personas toman para satisfacer sus necesidades. El trabajo tiene como objetivo principal estudiar el estilo de vida en pacientes con diabetes tipo II en áreas rurales, para así fomentar cambios en sus hábitos que se tornen cotidianos para mejorar su calidad de vida. Las investigaciones se centraron en pacientes de comunidades rurales y la metodología fue descriptiva- sistemática, con un enfoque cualitativo. Se realizó búsqueda de información sobre hábitos alimenticios, actividad física y adherencia a tratamientos médicos para recopilar datos bibliográficos. Los resultados indicaron que, en la alimentación, el 70% debe enfocarse en controlar adecuadamente los tres principales indicadores de la enfermedad (hemoglobina glucosilada; presión arterial; colesterol de lipoproteínas de baja densidad "ABC"). La nutrición en pacientes con diabetes tipo II va más allá de simplemente proporcionar nutrientes, ya que se convierte en un componente crucial de su tratamiento. Muchas organizaciones internacionales que se especializan en el manejo de la diabetes han creado el término "terapia médico-nutricional". Se recomienda principalmente el ejercicio aeróbico de larga duración y de baja intensidad, como caminar, bailar, nadar o andar en bicicleta, hacerlo durante 30 a 60 minutos y, al menos, cinco veces por semana. Este tipo de ejercicio, a largo plazo, mejora el control de la glucosa en sangre y reduce el riesgo de complicaciones vasculares. En cuanto a la dieta, la recomendación nutricional para pacientes con diabetes debe abordar de manera óptima el "ABC".

Palabras clave: estilo; diabetes; tipo II; vida



Abstract

Lifestyles are the actions that people take to satisfy their needs. The main objective of this work is to study the lifestyle of patients with type II diabetes in rural areas, in order to promote changes in their daily habits to improve their quality of life. The research focused on patients in rural communities and the methodology was descriptive-systematic, with a qualitative approach. A search for information on eating habits, physical activity and adherence to medical treatment was conducted to compile bibliographic data. The results indicated that, in nutrition, 70% should focus on adequately controlling the three main indicators of the disease (glycosylated hemoglobin; blood pressure; low-density lipoprotein "ABC" cholesterol). Nutrition in patients with type II diabetes goes beyond simply providing nutrients, as it becomes a crucial component of their treatment. Many international organizations specializing in diabetes management have created the term "medical-nutritional therapy". Long-term, low-intensity aerobic exercise, such as walking, dancing, swimming or cycling, is recommended primarily for 30 to 60 minutes and at least five times a week. This type of exercise, in the long term, improves blood glucose control and reduces the risk of vascular complications. Regarding diet, the nutritional recommendation for patients with diabetes should optimally address the "ABC".

Keywords: style; diabetes; type II; life

Introducción

El estilo de vida saludable, que involucra una alimentación saludable y la realización de actividad física regular, es de vital importancia para controlar la diabetes y evitar futuras complicaciones. No obstante, para llevar a cabo estas prácticas en áreas rurales se requieren estrategias adaptadas a las características de la población (Barcia et al., 2024). Las personas que padecen diabetes tipo II en estas comunidades rurales suelen enfrentar mayores dificultades para gestionar su enfermedad debido a los factores como la falta de educación en salud, la limitada disponibilidad de recursos médicos y la escasez de alimentos saludables.

Para los pacientes con diabetes tipo II en áreas rurales, fomentar un estilo de vida saludable no solo mejora su dependencia de medicamentos, sino que, a la vez, mejora su calidad de vida. La educación en salud y el seguimiento individual son esenciales para adoptar hábitos saludables, además de tener una vida en la que realicen ejercicios o, al menos, caminen diariamente 30 minutos (Quishpe et al., 2022).



Las comunidades rurales deben ser educadas sobre la importancia de una alimentación balanceada y la actividad física como parte integral del manejo para las personas que poseen diabetes, lo que contribuye a una mejor salud a largo plazo y reduce el impacto socioeconómico de la enfermedad en ellas. Este enfoque debe ir acompañado de un esfuerzo por sensibilizar a las comunidades rurales sobre esta enfermedad.

El estilo de vida en el diagnóstico de diabetes en las zonas rurales también implica la realización de controles rutinarios en los pacientes, no consumir alimentos altos en azúcar, carbohidratos, protegerse del sol, debido a que son zonas donde normalmente el Ministerio de Salud no llega y suelen encontrarse mayores casos de personas que padecen la enfermedad (López et al., 2021).

A nivel mundial, se han realizado investigaciones sobre las complicaciones diabéticas que se presentan por no llevar un estilo de vida saludable, para lo cual se han tenido que dar capacitaciones o charlas a las comunidades, para reducir factores de riesgo en los pacientes (Britez, 2015).

En el estilo de vida de adultos mayores con diabetes, los médicos recomiendan no solo llevar una alimentación saludable, sino también la realización de ejercicio aeróbico, preferiblemente de baja intensidad y de duración prolongada, además de tiempo para caminar, bailar, nadar, ciclismo, entre otras actividades a las que deben dedicar de 30 a 60 minutos como mínimo, cinco veces a la semana. Este tipo de ejercicio a largo plazo mejora el control de la glucosa en sangre y reduce el riesgo de complicaciones vasculares (Blanco et al., 2021). Respecto a la dieta, la prescripción nutricional para pacientes diabéticos debe manejar de forma óptima el "ABC".

El presente artículo es un estudio descriptivo, basado en revisiones sistemáticas bibliográficas, teniendo como objetivo: dar a conocer, a los lectores, la importancia que tiene un estilo saludable de vida, el cual está dirigido fundamentalmente, a los pacientes con diabetes de tipo II, que se encuentran en las zonas rurales y aledañas. La indagación se llevó a cabo por medio de diversas fuentes bibliográficas, empleando criterios de inclusión y exclusión, para tener una selección de los artículos que aportaban conocimientos a la investigación, a la cual se articula La influencia del laboratorio clínico en la prevención y diagnóstico de la enfermedad renal en pacientes con diabetes mellitus e hipertensión arterial del sur de Manabí. Fase I.



La Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2) es una enfermedad de tipo crónica que no es contagiosa y que, con el tiempo, causa complicaciones y limitaciones progresivas. Por lo tanto, es necesario hacer cambios graduales en el estilo de vida de los pacientes que mantienen un tratamiento y control adecuado. Sin embargo, muchos no están dispuestos a hacer estos cambios.

Esta patología es un problema de salud pública importante que tiene un impacto económico y social significativo, lo que reduce la calidad de vida y acorta los años de vida productiva debido a las complicaciones crónicas y la mortalidad asociadas. En Perú, la prevalencia de DM2 es del 7%, siendo mayor en la costa (8,2%) y menor en la selva (3,5%), mientras que en Lima alcanza el 8,4%. El consumo excesivo de calorías, el sobrepeso (39%) y la obesidad (13%) son factores que contribuyen al aumento de DM2, a nivel mundial. En Perú, las estadísticas son aún más elevadas, ya que el 42,5% de los adultos tiene sobrepeso y el 19,8% es obeso (Observatorio Nacional en prospectiva Perú, 2024)

La diabetes tipo 2 se reconoce con facilidad por la combinación que tiene a la resistencia de la insulina, además de presentar fallas en las células beta, en casos de sobrepeso y vida sedentaria. Según la teoría visceral, el aumento de los depósitos grasos viscerales aumenta el flujo de ácidos grasos libres y la inhibición de la acción de la insulina (Mellado et al., 2019).

La actividad física mejora la calidad de vida de las personas. Se relaciona con factores psicológicos y físicos que dependen de la persona que los lleva a cabo. Estas actividades físicas cambian el estilo de vida y mejoran su calidad (Hernández et al., 2018).

La dieta es personalizada. Se debe dividir de cinco a diez comidas y consumir una pequeña cantidad de sal o azúcar. La recomendación nutricional para pacientes con diabetes debe abordar de manera óptima el "ABC" (Blanco et al., 2021).

Materiales y métodos

El diseño y tipo de investigación es de un enfoque cualitativo, descriptivo, basado en revisiones sistemáticas, para conocer el estilo de vida de las personas con diabetes de tipo II, que se encuentran en las zonas rurales y aledañas. Se hace una revisión sistémica, y en la estrategia de búsqueda, se utilizó Google Académico y fuentes bibliográficas escolares, así como repositorios académicos donde se publican artículos, como Scielo, UNESUM CIENCIAS, Journal, ACM Digital, Springe, Linder y Dialnet, para las indagaciones.



Las fuentes bibliográficas permitieron determinar el estilo de vida saludable en pacientes con diabetes tipo II en la zona rural. Para la construcción de las bases teóricas, se utilizaron palabras clave como: “Diabetes”, o “Estilo de vida” o “Zona Rural” o “Diabetes tipo II”. La información que se obtuvo de la búsqueda exploratoria se centró en dar solución a las variables dependiente e independiente, usando operadores lógicos como “and”, “or”. Teniendo como resultado “Diabetes”, or “Estilo de vida” or “Tipo II” or and “Diabetes tipo II”; con el año de publicación ≥ 2017 .

Las investigaciones se sometieron al criterio de inclusión: estilo de vida saludable para pacientes con diabetes tipo II en la zona rural, de trabajos que se encontraban publicadas en los últimos 7 años, es decir, desde el 2018 al 2024, incluyendo los idiomas: inglés, portugués y español. Las investigaciones como: los libros, las conferencias, sitios web, publicaciones en periódicos, revistas no médicas, se excluyeron debido a que no contribuyeron con información. Se emplea la norma APA, como un referente de bibliografías, además de conectores clave para la redacción de la información. Para la compilación de la información, se realizó una revisión sistémica en 75 artículos científicos, que contenían información importante, los mismos que se incluyeron en una matriz de compilación, que se encontraba en Microsoft Excel.

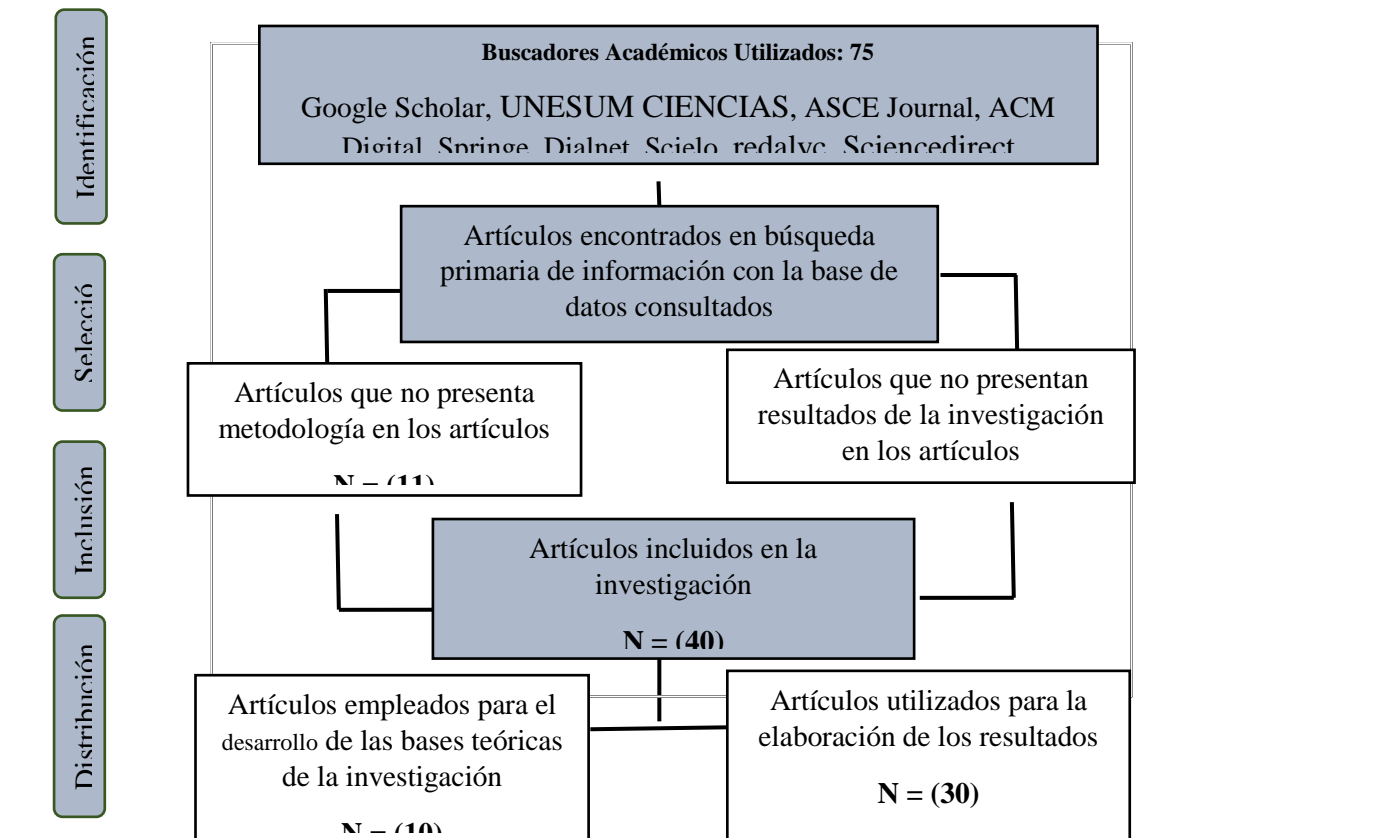


Figura 1: Matriz prisma para el flujo de procesos de los artículos

Análisis y discusión de los resultados

Autores	Año	País	Metodología	Mejoramiento en estilo de vida	Estilo de vida
(Jiménez et al., 2019)	2019	Cuba	Estudio cualitativo del tipo investigación-acción	90%	Ejercicios moderados, como caminar, nadar o andar en bicicleta.
Canché et al.	2019	México	Cuasi-experimentos	77.41%	Alimentación equilibrada.
(Caamaño et al., 2023)	2023	Chile	Estudio descriptivo, de corte transversal	89%	Medir sus niveles de glucosa con regularidad.
(Baquero et al., 2019)	2019	Pereira	Estudio de tipo descriptivo, transversal, con enfoque cuantitativo	70%	Controlar los carbohidratos.
(Sellan & Villamar, 2020)	2020	Ecuador	Diseño descriptivo	97%	Alimentación controlada.
(Rivas et al., 2020)	2020	Colombia	Estudio cuantitativo, descriptivo y transversal	60%	Ajustar su dieta y medicación según sea necesario.
(Blanco et al., 2021)	2021	Costa Rica	Caso de estudio	75%	Evitar el consumo excesivo de carbohidratos refinados.

Tabla 1: Estilo de vida de pacientes con diabetes tipo II

Fuente: Elaborado por los autores.

Según las investigaciones del modo de vida de los pacientes con diabetes tipo II que se llevaron a cabo en varios países entre 2017 y 2022, la mayoría de los estudios muestran una mejora significativa en el estilo de vida de los pacientes, con tasas de mejora del 60 % al 98 %. La alimentación saludable, el control de las porciones de alimentos, la actividad física moderada y el seguimiento adecuado de la medicación son los principales métodos.



Autores	Año	País	Población	Metodología	Edad	Tipo de diabetes	Factores de riesgo
(Peña et al., 2020)	2020	Colombia	76 pacientes	Estudio prospectivo, cuasi experimental pre-test, post test	mayores de 18 años	Diabetes tipo 2	Consumo excesivo de alcohol, falta de tratamiento .
(Torres et al., 2020)	2020	Perú	85 pacientes	Estudio descriptivo correlacional	Mayores de 50 años	Diabetes tipo 2.	Exceso de peso, no contar con un centro médico cerca.
(Figueroa et al., 2020)	2020	Habana-Cuba	138 pacientes	Estudio descriptivo, transversal	50 a 79 años	diabetes mellitus 2	No controlar la hipertensión arterial, la artritis y los problemas de visión.
(Pérez & Mallma, 2021)	2021	Perú	47 pacientes	Enfoque cuantitativo, su diseño metodológico fue correlacional-transversal	64 años, la máxima de 86 años	Diabetes mellitus tipo II	Consumo de tabaco y consumo de alcohol.
(Mota et al., 2021)	2021	México	26 pacientes	Piloto de un ensayo clínico controlado aleatorizado	10 años	Diabetes tipo 2	Consumo de hidratos de carbono.
(Idrovo & Quimí, 2022)	2022	Ecuador	69 pacientes	Estudio no experimental de corte transversal	55 a 60 años	Diabetes tipo 2	Consumo de alimentos no saludables, predominó la mala alimentación.



(Martínez et al., 2022)	2022	Colombia	1	Se realizó un estudio de caso con diseño cualitativo	65 años	Diabetes tipo 2	Falta de acceso a recursos médicos, alimentación saludable.
(Ibáñez & Carrasco, 2023)	2023	Perú	385 pacientes	Estudio observacional, analítico y transversal	50-60 años	Diabetes tipo 2	No contar con un seguro campesino.
(Vite et al., 2024)	2024	Ecuador		Enfoque descriptivo	-----	diabetes mellitus T2	Consumo de sustancias.

Tabla 2: Factores de riesgo que influyen en el estilo de vida de pacientes con diabetes tipo II

Fuente: Elaborado por los autores.

Análisis de los factores de riesgo que influyen en varios países de América Latina

Según los datos establecidos en la tabla 1, en Ecuador, el sedentarismo y la falta de acceso a insulina en los centros médicos cercanos son factores clave, mientras que, en Colombia, el consumo excesivo de alcohol y la falta de tratamiento son los principales riesgos. En Perú, dos factores importantes son el sobrepeso y la falta de instalaciones médicas accesibles. El consumo de tabaco y alcohol tiene un impacto significativo en los pacientes de mayor edad en Perú. En Ecuador, el consumo de alimentos no saludables es un factor de riesgo predominante.

En los estudios sobre el estilo de vida saludable de pacientes con diabetes tipo II en áreas rurales, se encontró que la mayoría de los pacientes mejoraron significativamente sus hábitos alimenticios y su actividad física, lo que ayudó a controlar mejor su presión arterial. Estos hallazgos corroboran los de Londoño et al. (2020), quienes descubrieron que el control glucémico adecuado está vinculado a una mejor calidad de vida en pacientes rurales. Sin embargo, otros estudios, como el de Vite et al. (2024), encontraron que solo el 60 % de los pacientes lograron implementar cambios consistentes en su estilo de vida, lo que indica que se requiere más seguimiento y capacitación.

Se destaca que los pacientes con diabetes tipo II en zonas rurales también enfrentan mayores riesgos de complicaciones musculares debido a la falta de actividad física regular, en comparación con otros estudios, como Jiménez et al. (2019), que examinó la relación entre el



control glucémico y la sarcopenia. De manera similar, Pérez et al. (2020) destacaron la importancia de controlar las porciones alimentarias para evitar picos de glucosa. Esta estrategia también fue esencial para la intervención en el estudio rural.

Britez (2015) descubrió que, en América del Sur, el estilo de vida saludable es esencial para reducir complicaciones y mejorar el control glucémico de los pacientes con diabetes tipo II. Sin embargo, los estudios de Vite et al. (2024) revelan que, aunque este método tiene ventajas, la falta de infraestructura y recursos en áreas rurales hace que sea difícil implementarlo de manera efectiva.

Los hallazgos muestran que factores como el sedentarismo, la alimentación inadecuada y la falta de acceso a centros médicos cercanos son responsables de un control deficiente de diabetes en áreas rurales. Estos hallazgos coinciden con los de Idrovo y Quimí (2022), quienes destacaron cómo una dieta inadecuada afecta a los pacientes rurales. Sin embargo, según estudios como el de Jiménez et al. (2019), solo enfocarse en la dieta y el ejercicio no es suficiente; los factores psicosociales, como el apoyo familiar, también son importantes para el éxito del tratamiento.

En comparación con los hallazgos, se puede observar que entre los factores de riesgo se encuentra la falta de infraestructura y recursos en zonas rurales, lo que dificulta la aplicación de estrategias de control efectivas. No obstante, estudios como el de Martínez et al. (2022) indican que, a pesar de la falta de infraestructura, un mayor control de las porciones alimentarias y una actividad física moderada pueden mejorar significativamente el control glucémico. Esta distinción de perspectivas demuestra que, aunque los elementos físicos y estructurales son importantes, la enseñanza sobre hábitos saludables es esencial para mantener un estilo de vida saludable.

Conclusiones

En las zonas rurales, se debe adoptar un estilo de vida que sea saludable debido a que es esencial, para llevar un control eficaz, de forma que los pacientes diabéticos mejoren los hábitos alimenticios y se promueva la actividad física; esto contribuye a mejorar la regulación de la glucosa en sangre y a evitar futuras complicaciones. Se deben implementar cambios en el estilo de vida de forma que, en las zonas rurales donde no existen centros médicos con infraestructura adecuada por la falta de acceso a recursos médicos adecuados, puedan tener repercusiones en los pacientes que no llevan un control de su enfermedad. En las zonas rurales que se encuentran



alejadas de la ciudad, los factores que influyen en el estilo de vida son normalmente los psicosociales, además del apoyo familiar y comunitario, que juegan un papel importante en la adherencia a un estilo de vida saludable, además de una alimentación adecuada y el ejercicio físico.

Referencias bibliográficas

- Canché, D. L., Zapata, R. E., Rubio, H. A., & Cámara, R. M. (2019). Efecto de una intervención educativa sobre el estilo de vida, el control glucémico y el conocimiento de la enfermedad, en personas con diabetes mellitus tipo 2, Bokobá, Yucatán. *Revista Biomédica*, 30(1), 3-11 . <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6741953>
- Baquero, D., Mora, M., Rada, L., & Jiménez, W. (2019). Determinantes sociales de la salud influyentes en la complicación de pacientes hipertensos y diabéticos que padecen insuficiencia renal. *Revista Médica de Risaralda*, 25(1), 1-15. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0122-06672019000100015&script=sci_arttext
- Blanco, N., Chavarría, C., & Garita, F. (2021). Estilo de vida saludable en diabetes mellitus tipo 2: beneficios en el manejo crónico. *Revista Médica Sinergia*, 6(1), 12 - 24. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=98350>
- Barcia, R. C., Barreto, S. P., & Alarcón, V. S. (2024). Adultos mayores con diabetes mellitus tipo 2 en el Cantón Puerto López. *MQRInvestigar*, 8(1), 2890–2900. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.8.1.2024.2890-2900>
- Britez, G. N. (2015). *Estilo de vida en pacientes con diabetes mellitus tipo 2 que asisten al programa regional de diabetes del hospital regional de encarnación utilizando la encuesta IMEVID* [Tesis de maestría, Universidad Nacional de Itapúa, Asunción, Paraguay]. <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/06/947127/tesis-griselda-britez.pdf>
- Caamaño, D. I., Concha, C. A., Del Canto, Y. B., Dupré, G. A., Morales, I. A., & Segura, P. A. (2023). Calidad de vida relacionada con edad e ingreso económico en adultos mayores diabéticos. Chillán, Chile, 2019. *MediSur*, 21(3), 22-44. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1727-897X2023000300642&script=sci_arttext
- Figueredo, K., Gafas, C., Pérez, M., Brossard, E., García, C., & Valdiviezo, M. (2020). Dimensiones de calidad de vida afectadas en pacientes diabéticos. *Revista Cubana de Enfermería*, 36(1), 23-53. <http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864->



[03192020000100003&script=sci_arttext](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442018000300159&lng=es&tlng=es)

- Hernández, K. D., Morán, M. R., & Bucheli, B. A. (2018). La actividad física y el desarrollo emocional: una propuesta a considerar en la práctica educativa. *Conrado*, 14(63), 159-163. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442018000300159&lng=es&tlng=es
- Ibazeta, A. G., & Carrasco, J. (2023). Estilos de vida en pacientes con enfermedades crónicas no transmisibles atendidos en un hospital peruano. *Revista Peruana de Medicina Integrativa*, 8(2), 83–89. <https://doi.org/10.26722/rpmi.2023.v8n2.728>
- Idrovo, S., & Quimí, D. (2022). Estilos de vida en pacientes con diabetes tipo 2. *Journal of American Health*, 5(2), 20-34 . <https://jah-journal.com/index.php/jah/article/view/127>
- Jiménez, A., Casado, M., Santos, F., & Hernández, R. (2019). Percepción de la calidad de vida en pacientes adultos mayores con diabetes mellitus tipo II. *Medimay*, 26(2), 12-44. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=88506>
- Martínez , J. C., Loaiza, J. L., Ramos, S. A., Maury Mena, S. C., Pájaro, M. C., & Plaza, K. E. (2022). Calidad de vida en el adulto mayor con diabetes mellitus tipo II. *Salud Uninorte*, 37(02), 302–315. <https://doi.org/10.14482/sun.37.2.618.36>
- Mellado, R., Salinas, E., Sánchez, D., Guajardo, J., Díaz, E. J., & Rodríguez, F. L. (2019). Tratamiento farmacológico de la diabetes mellitus tipo 2 dirigido a pacientes con sobrepeso y obesidad. *Medicina interna de México*, 35(4), 525-536. <https://doi.org/10.24245/mim.v35i4.2486>
- Mota, V., Reyes , A., Estefan, P., Martínez, D., Calero, M., & Velázquez , B. (2021). Evaluación de una intervención educativa en el estilo de vida para prevenir prediabetes o diabetes tipo 2 en niños mexicanos. *Anales Médicos de La Asociación Médica Del Centro Médico ABC*, 1, 25–35. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=99486>
- López, V., Andrea, M., Rodriguez, T., Beatriz, A., Velázquez, C., & Patricia, C. (2021). Conocimientos de diabetes y alimentación y control glucémico en pacientes diabéticos de un hospital de Asunción. *Revista científica ciencias de la salud*, 3(1), 45-55. <https://doi.org/10.53732/rccsalud/03.01.2021.4>
- Londoño, K. L., Caicedo, J., Naranjo, E., & Rivera, P. A. (2020). Evaluación de la adherencia al tratamiento farmacológico en pacientes diabéticos de Jamundí (Valle), Colombia. *Revista*



- Cubana de Farmacia* 53(2), 30-52.
<https://revfarmacia.sld.cu/index.php/far/rt/printerFriendly/403/346>
- Observatorio Nacional de prospectiva en Perú (2024, Febrero 12). *Incremento del sobrepeso y la obesidad*. <https://observatorio.ceplan.gob.pe/ficha/t14>
- Peña, A. P., Venegas, B. C., & Obando, J. A. (2020). Educación en salud para promover autocuidado en personas con Diabetes tipo 2 durante su hospitalización. *Universidad y Salud*, 22(3), 246–255. <https://doi.org/10.22267/rus.202203.197>
- Pérez, C. R., & Mallma, Y. M. (2021). Estilo de vida en adultos mayores con diabetes mellitus tipo II en un conjunto habitacional en Lima. *Revista Científica Ágora*, 8(2), 20–26. <https://doi.org/10.21679/arc.v8i2.214>
- Pérez, E, Calderón, D. E., Cardoso, C., Dina, V. I., Gutiérrez, M., & Mendoza, C. E. (2020). Estrategias nutricionales en el tratamiento del paciente con diabetes mellitus. *Revista Médica del Instituto Mexicano de Seguro Social*, 58(1), 50-60. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32421270>
- Rivas, A., Leguísamo, I., & Puello, Y. (2020). Estilo de vida en pacientes con Diabetes Mellitus tipo II de una institución de salud en Santa Marta, Colombia, 2017. *Duazary*, 17(4), 34-54. <https://doi.org/https://doi.org/10.21676/2389783X.3601>
- Quishpe, C., Sara, M., Tixi, B., Nathaly, S., Quijosaca, C., Luis, A., Llerena, F., Gabriela E., Camacho, A., Evelyn, M., Solis, C., Calvopiña, M., & Oswaldo, J. (2022). Intervención educativa en pacientes con diabetes mellitus tipo II. *Revista Cubana de Reumatología*, 24(1). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1817-59962022000100006&lng=es&tlng=es
- Sellan, G., & Villamar, A. (2020). Aspectos psicosociales relacionados con la calidad de vida adultos mayores que padecen de Diabetes Mellitus Tipo II. *Revista Publicando*, 7(24), 39–48. <https://revistapublicando.org/revista/index.php/crv/article/view/2078>
- Torres, M., Canchari, A., Lozano, T., Calizaya, Y., Aliaga, D., & Saintila, J. (2020). Hábitos alimentarios, estado nutricional y perfil lipídico en un grupo de pacientes con diabetes tipo 2. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*, 40(2), 135–142. <https://doi.org/https://doi.org/10.12873/402saintila%20>
- Vite, F., Mera, C., Fernández, J., & Solórzano, G. (2024). Estilo de vida de las personas con la Diabetes Mellitus tipo 2 en la comunidad El Limón. *Revista Científica Higía De La*



Salud, 10(1), 43-63. <https://doi.org/https://doi.org/10.37117/higia.v10i1.1087>

