

Nahin Benjamín Cisneros-Zumba; Alexandra Tumbaco-Galarza; Betty Margarita Peralta-Palacios; Luiggi Gerardo Avendaño-Valenzuela

<https://doi.org/10.35381/s.v.v8i16.4146>

## **Efectividad de la educación en salud para la prevención de diabetes en adultos mayores**

## **Effectiveness of health education for the prevention of diabetes in older adults**

Nahin Benjamín Cisneros-Zumba

[ncisneros3295@upse.edu.ec](mailto:ncisneros3295@upse.edu.ec)

Universidad Estatal Península de Santa Elena, La Libertad, Santa Elena  
Ecuador

<https://orcid.org/0000-0002-8736-6333>

Alexandra Tumbaco-Galarza

[atumbaco7646@upse.edu.ec](mailto:atumbaco7646@upse.edu.ec)

Universidad Estatal Península de Santa Elena, La Libertad, Santa Elena  
Ecuador

<https://orcid.org/0009-0005-9758-5766>

Betty Margarita Peralta-Palacios

[gemitagatita1997@gmail.com](mailto:gemitagatita1997@gmail.com)

Maestría en Gestión del Cuidado, Universidad Estatal del Sur de Manabí, Jipijapa, Manta  
Ecuador

<https://orcid.org/0009-0001-3985-8042>

Luiggi Gerardo Avendaño-Valenzuela

[luiggiavendanov@hotmail.com](mailto:luiggiavendanov@hotmail.com)

Maestría en Gestión del Cuidado, Universidad Estatal del Sur de Manabí, Jipijapa, Manta  
Ecuador

<https://orcid.org/0009-0005-4427-5748>

Recepción: 15 de marzo 2024

Revisado: 23 de mayo 2024

Aprobación: 15 de junio 2024

Publicado: 01 de julio 2024

Nahin Benjamín Cisneros-Zumba; Alexandra Tumbaco-Galarza; Betty Margarita Peralta-Palacios; Luiggi Gerardo Avendaño-Valenzuela

## RESUMEN

**Objetivo:** Fue analizar la efectividad de la educación en salud para la prevención de diabetes en adultos mayores. **Método:** Se basó en la perspectiva cuantitativa utilizando la tipología documental-bibliográfica que ayudan a establecer el análisis del objeto de investigación. El material abordado se conformó por trabajos arbitrados, e investigaciones científicas y con ello descubrir características y relaciones entre los elementos. **Resultados:** Las intervenciones educativas son esenciales para mejorar la calidad de vida, prevenir enfermedades y promover hábitos de vida saludables. **Conclusión:** Una herramienta clave para prevenir la diabetes en adultos mayores es la educación en salud. Podemos mejorar la calidad de vida de las personas y reducir el impacto de esta enfermedad crónica al brindarles los conocimientos y las habilidades necesarias para tomar decisiones saludables.

**Descriptor:** Educación en salud; prevención en enfermedades; diabetes. (Fuente: DeCS).

## ABSTRACT

**Objective:** It was to analyze the effectiveness of health education for the prevention of diabetes in older adults. **Method:** It was based on the quantitative perspective using the documentary-bibliographic typology that helps to establish the analysis of the object of research. The material approached consisted of refereed works and scientific research, thus discovering characteristics and relationships between the elements of the research. **Results:** Educational interventions are essential to improve quality of life, prevent disease and promote healthy lifestyles. **Conclusion:** A key tool for preventing diabetes in older adults is health education. We can improve people's quality of life and reduce the impact of this chronic disease by giving them the knowledge and skills they need to make healthy choices.

**Descriptors:** Health education; disease prevention; diabetes. (Source: DeCS).

Nahin Benjamín Cisneros-Zumba; Alexandra Tumbaco-Galarza; Betty Margarita Peralta-Palacios; Luiggi Gerardo Avendaño-Valenzuela

## **INTRODUCCIÓN**

La diabetes mellitus es una enfermedad crónica caracterizada por niveles elevados de glucosa en sangre y representa un desafío cada vez mayor para la salud pública a nivel mundial. Debido a cambios fisiológicos y factores de riesgo relacionados con la edad, los adultos mayores son particularmente propensos a desarrollar esta condición. En este sentido, según la Federación Internacional de Diabetes (FID)<sup>1</sup>, aproximadamente 382 millones de personas en todo el mundo padecen diabetes, lo que la convierte en una de las enfermedades más comunes.

Sin embargo, la buena noticia es que la diabetes tipo 2, la forma más común, puede prevenirse o retrasarse significativamente a través de intervenciones efectivas, como la educación en salud. La diabetes es una enfermedad crónica compleja que requiere una participación activa del paciente para su control y tratamiento adecuado, es esencial una educación adecuada y la implementación de medidas de autocuidado<sup>2</sup>. En este orden de ideas, la Organización Mundial de la Salud (OMS)<sup>3</sup> define la educación para la salud como el conjunto de actividades educativas esenciales para la gestión de enfermedades crónicas, realizadas por los profesionales de la salud, y la educación para la salud como la capacitación para prevenir enfermedades o mantener la salud. Educación y autocuidado son pilares en el tratamiento de la Diabetes Mellitus (DM) y prevención de complicaciones como la enfermedad del pie relacionada a la diabetes (EPRD)<sup>4</sup>. Como dice Rivas-Ramírez<sup>5</sup>, la Organización Mundial de la Salud (OMS) define el término Educación para la Salud como “la disciplina que se ocupa de organizar, orientar e iniciar los procesos que han de promover experiencias educativas. Por otro lado, Villa-Vélez, destaca que en la salud pública no puede desconocerse la importancia que tiene la educación para los procesos de socialización<sup>6</sup>. Se cree que las intervenciones educativas son esenciales para mejorar la calidad de vida, prevenir enfermedades y promover hábitos de vida saludables. Este tipo de capacitación incluye una variedad de actividades, como el autoanálisis y técnicas de comunicación informativas con el apoyo de medios que facilitan el intercambio de ideas<sup>7</sup>. De acuerdo con los planteamientos, se formula como objetivo general analizar la efectividad

Nahin Benjamín Cisneros-Zumba; Alexandra Tumbaco-Galarza; Betty Margarita Peralta-Palacios; Luiggi Gerardo Avendaño-Valenzuela

de la educación en salud para la prevención de diabetes en adultos mayores.

## **MÉTODO**

El método desarrollado en este estudio se basa en la perspectiva cuantitativa utilizando la tipología documental-bibliográfica que ayudan a establecer el análisis del objeto de investigación y tiene como objetivo describir el tema tratado <sup>8</sup>. El material abordado se conformó por trabajos arbitrados, e investigaciones científicas y con ello descubrir características y relaciones entre los elementos, que conforman el problema abordado <sup>9</sup>.

### **Criterios de inclusión**

- Artículos originales, y actualizados.
- Relacionados con el tema abordado tanto en idioma español como en inglés.

### **Criterios de exclusión:**

- Artículos no relacionados con el tema.

## **RESULTADOS**

Para prevenir la diabetes, la educación en salud para adultos mayores se centra en empoderar a las personas para que tomen decisiones informadas sobre su salud. Los adultos mayores pueden aprender sobre los factores de riesgo de la diabetes, los beneficios de un estilo de vida saludable y cómo prevenir o controlar la enfermedad a través de programas educativos bien diseñados.

En tal sentido, las nuevas tendencias y las enfermedades crónicas se pueden evitar mediante la educación, por lo que son necesarios programas de promoción y educación para la salud para fomentar estilos de vida saludables y prevenir la morbilidad y la mortalidad de estas enfermedades <sup>10</sup>. “El fortalecimiento de una práctica educativa crítica y responsable pasa por la reflexión de ésta, a la luz de un sólido referente teórico y en particular, en los campos de la pedagogía y la salud pública” <sup>11</sup>. La educación para la salud es una estrategia que puede promover la disminución de la morbimortalidad de DT2; estudios realizados para evaluar su aplicación como un mecanismo de intervención en

Nahin Benjamín Cisneros-Zumba; Alexandra Tumbaco-Galarza; Betty Margarita Peralta-Palacios; Luiggi Gerardo Avendaño-Valenzuela

pacientes con enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT), demuestran que la educación para la salud fomenta cambios de comportamiento que mejoran la salud <sup>12</sup>. Además, para que el mensaje educativo pueda entenderse por todos los que participan en el proceso didáctico, el mensaje debe ofrecerse en un lenguaje sencillo y claro <sup>13</sup>. Por ello, “la educación en salud pública debe iniciar por la identificación, pero, sobre todo, por la reflexión sobre aquellas circunstancias que enferman y matan de manera desigual a las poblaciones” <sup>14</sup>. Entre las estrategias educativas dirigidas a la persona con la condición crónica de la DM, se destacan los Mapas de Conversación en Diabetes compuesto por ilustraciones lúdicas e interactivas y situaciones cotidianas vividas por las personas con esta enfermedad <sup>15</sup>.

## **DISCUSIÓN**

Millones de personas en todo el mundo sufren de diabetes, una enfermedad crónica que aumenta con la edad. La educación en salud se enfoca en enseñar a las personas las habilidades y la información necesarias para que puedan tomar decisiones informadas sobre su salud y adoptar comportamientos saludables.

Por lo que es necesario el apoyo, estas intervenciones requieren de la educación del paciente y su familia sobre la importancia de la higiene oral, una dieta balanceada y el monitoreo regular de la salud oral <sup>16</sup>. La educación en salud es una estrategia fundamental para la prevención de la diabetes en adultos mayores. No solo ayuda a reducir la incidencia de la enfermedad, sino que también mejora la calidad de vida de los pacientes y empodera a las personas para que tomen el control de su salud.

Por ejemplo, los programas de autocuidado que enseñan a los adultos mayores cómo monitorear sus niveles de glucosa, la importancia de una dieta equilibrada y la necesidad de realizar actividad física regular. Con respecto a la capacitación de profesionales de salud, los profesionales de salud deben estar capacitados para ofrecer educación continua y personalizada a los pacientes, adaptando la información a las necesidades individuales. Entre otras estrategias educativas, que van a beneficiar la conservación de la salud de los

Nahin Benjamín Cisneros-Zumba; Alexandra Tumbaco-Galarza; Betty Margarita Peralta-Palacios; Luiggi Gerardo Avendaño-Valenzuela

pacientes y brindar las herramientas a los familiares para una mejor calidad de vida.

## **CONCLUSIONES**

Una herramienta clave para prevenir la diabetes en adultos mayores es la educación en salud. Podemos mejorar la calidad de vida de las personas y reducir el impacto de esta enfermedad crónica al brindarles los conocimientos y las habilidades necesarios para tomar decisiones saludables. Sin embargo, los programas educativos deben diseñarse e implementarse con cuidado, teniendo en cuenta las características y necesidades de la población objetivo. Podemos lograr un impacto significativo en la prevención de la diabetes en adultos mayores a través de una colaboración estrecha entre profesionales de la salud, educadores y comunidades.

## **CONFLICTO DE INTERÉS**

Los autores declaran que no tienen conflicto de interés en la publicación de este artículo.

## **FINANCIAMIENTO**

Autofinanciado.

## **AGRADECIMIENTO**

A todos los agentes sociales involucrados en el desarrollo de la investigación.

## **REFERENCIAS**

1. López Vaesken A, Rodríguez Tercero A, Velázquez Comelli P. Conocimientos de diabetes y alimentación y control glucémico en pacientes diabéticos de un hospital de Asunción. [Diabetes and dietary knowledge and glycaemic control in diabetic patients in a hospital in Asuncion, Paraguay]. Rev. cient. cienc. salud. 2021;3(1):45-55. <https://doi.org/10.53732/rccsalud/03.01.2021.45>

Nahin Benjamín Cisneros-Zumba; Alexandra Tumbaco-Galarza; Betty Margarita Peralta-Palacios; Luiggi Gerardo Avendaño-Valenzuela

2. Ariza Bolivar A, Lanteri Martín E, Cícero C, Pérez A, Puchulu F, Mejía R. Alfabetización en salud y control de la diabetes en pacientes de un hospital universitario de Argentina. [Health literacy and diabetes management in patients at a university hospital in Argentina]. *Medic. (B. Aires)*. 2017;77(3):167-172. <https://n9.cl/41gpth>
3. Dimas Altamirano B, Dimas Altamirano C, Santana González C, Gómez Ortega M, Bobadilla Serrano M, Maciel Vilchis A. Estudio de caso: Educación terapéutica a adulto mayor con diabetes mellitus tipo 2 y osteoporosis. [Case study: Therapeutic education for older adults with type 2 diabetes mellitus and osteoporosis]. *Sanus*. 2024;9:e408. <https://doi.org/10.36789/revsanus.vi1.408>
4. López Ovelar H, Careaga M, Quiñonez L, Soto S, Aparicio R, Romero F. et al. Nivel de conocimiento sobre educación y autocuidado de los pies en pacientes con Diabetes Mellitus que reciben atención multidisciplinaria. *Rev. salud publica Parag.* 2024;14(1):34-39. <https://doi.org/10.18004/rspp.2024.abr.06>
5. Rivas Ramírez I, Ruvalcaba Ledezma J, Hernández-Cerúleos M. Efecto de una Intervención Educativa en la presencia de úlceras vasculares en pacientes con Diabetes Mellitus. [Effect of an Educational Intervention on the occurrence of vascular ulcers in patients with Diabetes Mellitus]. *JONNPR*. 2021;6(4):705-715. <https://dx.doi.org/10.19230/jonnpr.3785>
6. Villa Vélez L. Educación para la salud y justicia social basada en el enfoque de las capacidades: Una oportunidad para el desarrollo de la salud pública. [Health education and social justice based on the capabilities approach: An opportunity for public health development]. *Ciência & Saúde Coletiva*. 2020;25(4):539-1546. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020254.19052018>
7. Menor Rodríguez M, Aguilar Cordero M, Mur Villar N, Santana Mur C. Efectividad de las intervenciones educativas para la atención de la salud. Revisión sistemática. [Effectiveness of health care education interventions. Systematic review]. *Medisur*. 2017;15(1):71-84. <https://n9.cl/m7vvy>
8. Hernández R, Fernández C, y Baptista M. Metodología de la Investigación [Investigation Methodology] (6ta. ed.). México: McGraw-Hill; 2014. <https://n9.cl/t6g8vh>
9. Rodríguez A, Pérez AO. Métodos científicos de indagación y de construcción del conocimiento. [Scientific methods of inquiry and knowledge construction]. *Rev. EAN*. 2017;82:179-200. <https://doi.org/10.21158/01208160.n82.2017.1647>

Nahin Benjamín Cisneros-Zumba; Alexandra Tumbaco-Galarza; Betty Margarita Peralta-Palacios; Luiggi Gerardo Avendaño-Valenzuela

10. Aldama SC, Soto MTD, Waterberg Colarte J, Ruano LO, Marrero BC. Proposal for an Educational Program on non-communicable diseases: Diabetes Mellitus. SciELO Preprints; 2024. <https://n9.cl/8vnj5>
11. López Ríos JM, Herrera Franco E, Taparcúa Cardona FE, Rodríguez Corredor LC, Díaz Valencia PA, Peñaranda Correa F. Educación dirigida a personas con diabetes: abordajes pedagógicos, teóricos y prácticos en tensión. [Education for people with diabetes: pedagogical, theoretical and practical approaches under stress]. Interface - Comunicação, Saúde, Educação. 2017;27:1-17. <https://doi.org/10.1590/interface.220235>
12. Peña A, Venegas Blanca C, Obando J. Educación en salud para promover autocuidado en personas con Diabetes tipo 2 durante su hospitalización. [Health education to promote self-care in people with type 2 diabetes during hospitalization]. Univ. Salud. 2020;22(3):246-255. <https://doi.org/10.22267/rus.202203.197>.
13. Yanes Quesada M, Cruz Hernández J, González Calero T, Conesa González A, Padilla Ledesma L, Hernández García P. et al. Educación terapéutica sobre diabetes a adultos mayores. [Therapeutic diabetes education for older adults]. Rev Cubana Endocrinol. 2018;29(3);1-10. <https://n9.cl/fff4t>
14. Montenegro Martínez G. Los propósitos de la educación en salud pública. [The purposes of public health education]. Rev. Fac. Nac. Salud Pública. 2019;37(2):67-74. <https://doi.org/10.17533/udea.rfnsp.v37n2a08>
15. Figueira ALG, Boas LCGV, Coelho ACM, Freitas MCF, Pace AE. Educational interventions for knowledge on the disease, treatment adherence and control of diabetes mellitus. Rev Lat Am Enfermagem. 2017;20(25):e2863. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.1648.2863>
16. Zambrano Zambrano VY, Molina-Barriga KG, Buitrón-Recalde M del R. La diabetes en la adolescencia juvenil y el cuidado preventivo de la salud oral. [Diabetes in young adolescents and preventive oral health care preventive oral health care]. Salud y Vida. 2024;8(1):1836-1844. <https://doi.org/10.35381/s.v.v8i1.4023>

Nahin Benjamín Cisneros-Zumba; Alexandra Tumbaco-Galarza; Betty Margarita Peralta-Palacios; Luiggi Gerardo Avendaño-Valenzuela

©2024 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>)