



P-050 - ¿SE PUEDE PREVENIR LA DIABETES GESTACIONAL?

G. Fradejas Legido y M.M. Hernández Patrocinio

Complejo Asistencial de Zamora, Zamora, España.

Resumen

Objetivos: Conocer si la aparición de la diabetes gestacional podría prevenirse con un buen asesoramiento alimenticio unido a una actividad física regular.

Material y métodos: La búsqueda bibliográfica se realiza en julio de 2022, mediante lenguaje controlado, haciendo uso de los DECS en diferentes meta buscadores, bases de datos en español e inglés: Pubmed, CINAHC, Cochrane plus y CUIDEN. El criterio de selección utilizado es que las publicaciones sean inferiores a 10 años y traten de estudios aleatorios controlados (ECA). Criterio de inclusión: mujeres sin DM establecida, con factores de riesgo para padecerla y artículos con medidas para prevenirla. Criterio de exclusión: mujeres con diabetes *mellitus* ya establecidas tanto tipo 1 como 2.

Resultados: En base a las búsquedas realizadas se encontró los siguientes datos: de los once ensayos seleccionados en la publicación de 2017, no nos llevaron a un resultado claro porque las intervenciones alimentarias no consiguieron mejorar considerablemente la aparición de la diabetes gestacional solo se observó una leve mejoría en los pacientes con sobrepeso y obesos. Los resultados obtenidos de la publicación de 2020, de las 11 revisiones con 71 ensayos más 9 revisiones adicionales. La dieta y el ejercicio por sí solo no consigue efecto ni beneficioso ni perjudicial, que los suplementos dietéticos no producen ningún efecto, sin embargo sí se demuestra que la combinación de ejercicio + dieta provoca una disminución de la aparición. Los valores obtenidos en la publicación de noviembre 2017, que se trató de 23 ensayos controlados aleatorios que comparaban las intervenciones combinadas de dieta y ejercicio, si se observó una posible reducción del riesgo de diabetes *mellitus* gestacional si se combinan ambos, así como la disminución de otros factores de riesgo como la cesárea o hipertensión arterial.

Conclusiones: Tras la revisión bibliográfica realizada con el objetivo de saber si la diabetes gestacional puede prevenirse, llegamos a las siguientes conclusiones: la asociación de la dieta y le ejercicio es más efectiva para la prevención, que aplicarlas de manera aislada ambas. Que el equipo de enfermería tiene un papel muy importante en las intervenciones con gestantes para conseguir su motivación, con un seguimiento y apoyo adecuado. Son necesarios ECA con una muestra mayor, mejor diseñados y con una potencia que permita evidenciar una asociación directa ente los hábitos saludables y la prevención de la DG.