

Microbiota 2.0: Nutrición integral para reducir complicaciones en personas con diabetes tipo 1

PROBLEMA

La diabetes tipo 1 en adolescentes requiere un enfoque más allá del control glucémico, la mayoría de pacientes y sus familias desconocen sobre la microbiota intestinal, sin embargo, esta relación puede mejorar sus hábitos alimentarios y fortalecer su autocuidado. Esta brecha de conocimiento limita la prevención de complicaciones y disminuye la calidad de vida.

OBJETIVO GENERAL

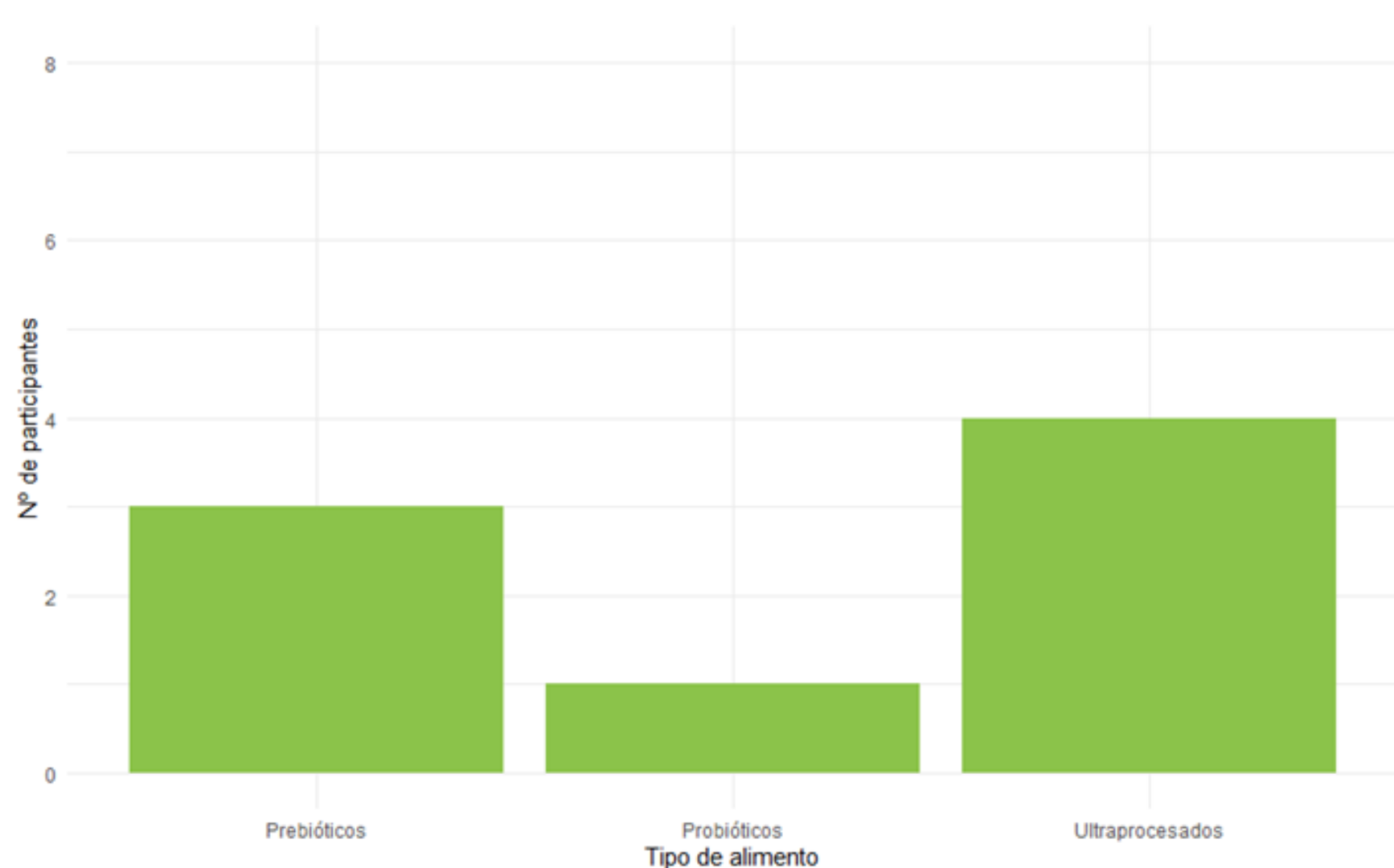
Diseñar un curso digital interactivo sobre microbiota intestinal y nutrición personalizada, mediante la aplicación de técnicas de valoración nutricional y de necesidades educativas para el fortalecimiento de conocimientos y hábitos alimentarios que promuevan un adecuado control de 4 los indicadores de salud en diabetes tipo 1.

PROPUESTA

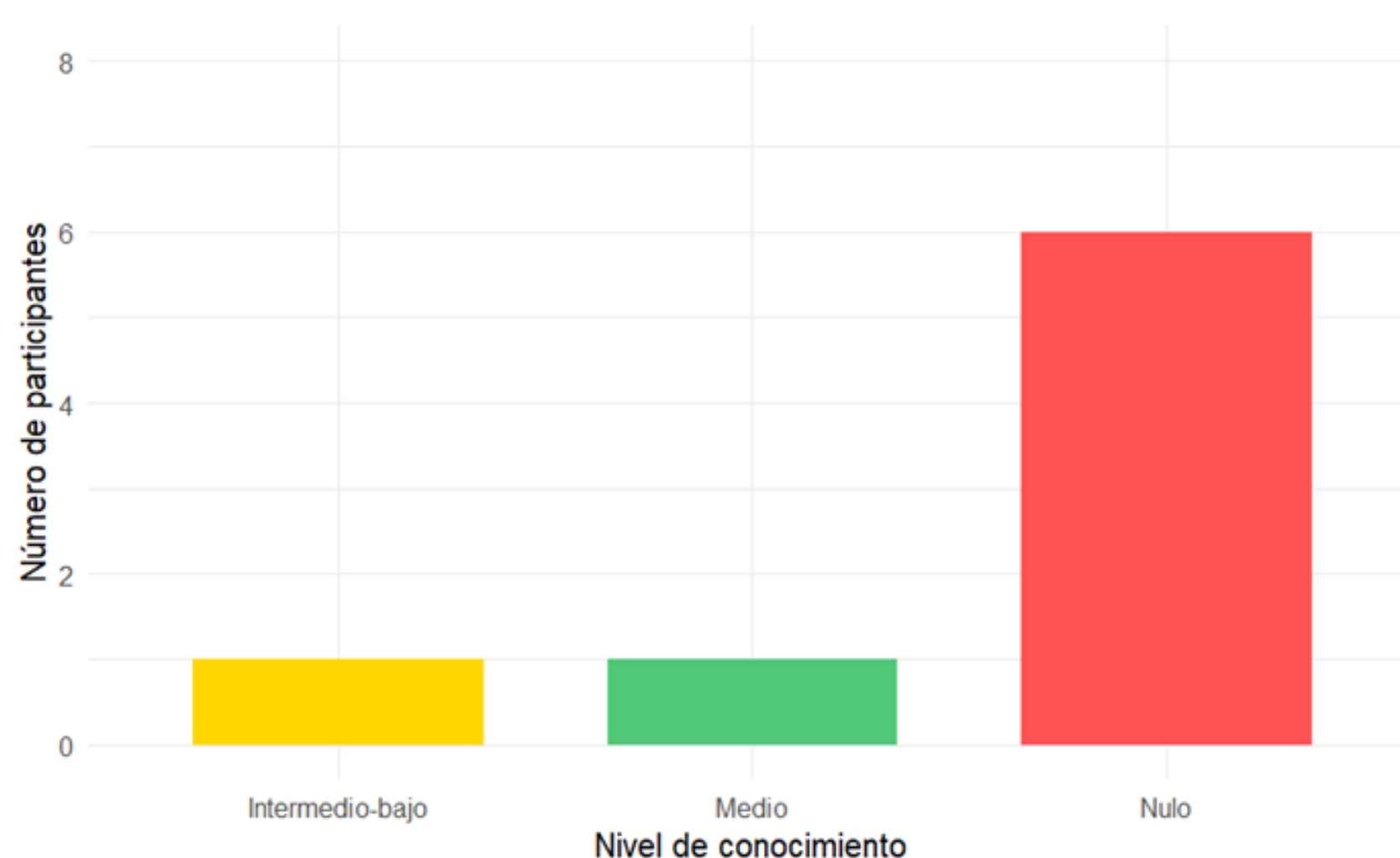
Se diseño un curso digital autoguiado y modular, con videos y evaluaciones. El contenido se adaptó a un lenguaje claro y visual, basado en evidencia científica reciente. La plataforma en la que se alojo el curso fue Hotmart, accesible y compatible con distintos dispositivos, garantizando su uso por parte de los adolescentes de la Fundación FUVIDA.

RESULTADOS

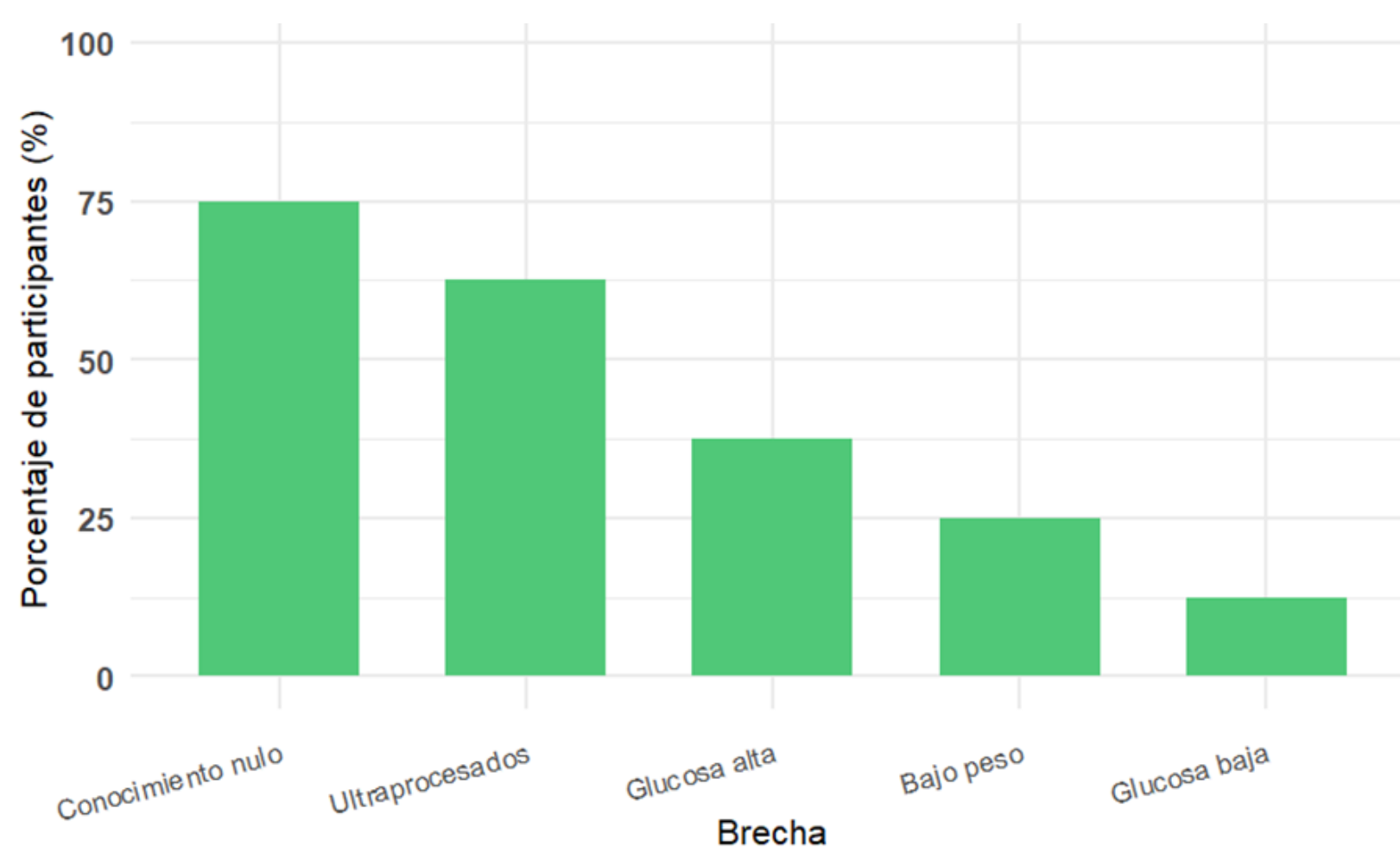
Consumo habitual de alimentos



Nivel de conocimiento sobre microbiota y nutrición



Porcentaje de participantes afectados por cada brecha N = 8



CONCLUSIONES

- Se identificaron importantes brechas en el conocimiento sobre microbiota y nutrición, así como en el estado nutricional y control glucémico de adolescentes con diabetes tipo 1, lo que afecta su autocuidado y calidad de vida.
- El curso digital diseñado logra integrar contenidos basados en evidencia científica para mejorar el conocimiento y promover hábitos alimentarios saludables, contribuyendo así a un mejor manejo integral de la diabetes.
- Se recomienda la implementación continua de este tipo de intervenciones educativas, el fortalecimiento de la capacitación del personal de salud y la realización de investigaciones destinadas a profundizar en la relación entre microbiota, nutrición y diabetes tipo