

Editorial

La nutrición sigue siendo el fundamento del tratamiento de la diabetes tipo 2

Carlos O. Mendivil ^{1,2}

¹Facultad de Medicina, Universidad de los Andes, Bogotá, Colombia

²Sección de Endocrinología, Fundación Santa Fe de Bogotá, Bogotá, Colombia

Cómo citar: Mendivil CO. La nutrición sigue siendo el fundamento del tratamiento de la diabetes tipo 2. Rev Colomb Endocrinol Diabet Metab. 2025;12(2):e957. <https://doi.org/10.53853/encr.12.2.957>

Recibido: 24/Junio/2025

Aceptado: 30/Junio/2025

Publicado: 15/Julio/2025

La diabetes tipo 2 es una enfermedad con un impacto devastador sobre las sociedades, debido a su alta prevalencia, las múltiples complicaciones orgánicas y su alta carga de morbilidad asociada. En Colombia, encuestas poblacionales recientes estiman una prevalencia urbana de diabetes tipo 2 en adultos entre el 10 % y el 11 % (1,2), lo que representa un número potencial de personas con diabetes de entre 3.5 y 3.9 millones de personas. Las complicaciones crónicas de la diabetes, además de ser severas, letales e incapacitantes, acarrearán una enorme carga de costos para el sistema de salud. Más importante aún, dichas complicaciones son casi enteramente prevenibles mediante un buen control metabólico integral. En este sentido, análisis de datos del sistema de salud colombiano han evidenciado que un adecuado y sostenido control de una triple meta –que incluye tensión arterial sistólica <130 mmHg, HbA1c <7.0% y colesterol de LDL <100 mg/dL– se asocia con una reducción sustancial de la probabilidad de muerte de hasta 81 % en un periodo de cuatro años (3). A pesar de ello, tan solo uno de cada cuatro pacientes con

diabetes en Colombia alcanza y sostiene esta meta básica (4).

Una de las principales barreras a la consecución efectiva de las metas de control en diabetes es el poco énfasis y profundidad científica que históricamente se ha dado al manejo no farmacológico de esta enfermedad. Comparada con el volumen y calidad de educación sobre medicamentos, la formación que los médicos tradicionalmente hemos recibido en cuanto a la alimentación, nutrición y actividad física es prácticamente marginal (5). Adicionalmente, la participación de profesionales de otras ciencias de la salud no ha sido incorporada o valorada en la medida necesaria al interior de los equipos de atención (6), lo que se traduce en resultados insuficientes para los pacientes y en cargas adicionales para el sistema. En un análisis de la ingesta dietaria habitual de nutrientes en pacientes con diabetes en 5 ciudades de Colombia, la proporción de personas que no alcanzaba las metas recomendadas de grasa saturada (94.4 %), sodio (86.7 %), fibra (84.4 %) y grasas trans (80 %) fue inaceptablemente alta (2).

 **Correspondencia:** Carlos Olimpo Mendivil, Carrera 1 No 18 A –10, Bloque Q, Piso 8, Universidad de los Andes, Bogotá, Colombia. Correo electrónico: cmendivi@uniandes.edu.co

Buscando cerrar esa brecha de conocimiento y acción, en este número de la Revista Colombiana de Endocrinología, Diabetes y Metabolismo se publica el “Consenso de expertos sobre terapia médica nutricional en diabetes para personas con diabetes tipo 2” (7). Se trata de un consenso que busca orientar acciones concretas para el manejo nutricional de los pacientes con diabetes tipo 2 desde el primer nivel de atención. Fue desarrollado siguiendo una metodología clara y rigurosa, y contiene apartes dedicados a temas de gran relevancia y actualidad como patrones dietarios específicos (mediterráneo, bajos en carbohidratos, basados en plantas, ayuno intermitente, cetogénicos, paleo, etc.), crononutrición, acoplamiento entre fármacos-nutrición, edulcorantes no calóricos y fórmulas de nutrición especializada.

Creemos que el consenso brindará orientaciones claras, prácticas y sólidas que permitan avanzar en una mejor consecución de las metas metabólicas de los pacientes con diabetes en nuestro país. Después de todo, y a pesar de los grandes avances farmacológicos que hemos tenido, la nutrición sigue siendo el fundamento del tratamiento de la diabetes tipo 2.

Conflictos de interés

El autor del presente editorial es coautor del consenso en nutrición. Aparte de este hecho, no tiene conflictos de interés por declarar en la escritura o publicación de este editorial.

Financiación

El autor no recibió recursos para la escritura o publicación de este editorial.

Implicaciones éticas

El autor no tiene implicaciones éticas que declarar en la escritura o publicación de este editorial.

Referencias

- [1] Arteaga JM, Latorre-Santos C, Ibáñez-Pinilla M, Ballesteros-Cabrera MDP,

Barón LY, Velosa SA, et al. Prevalence of type 2 diabetes, overweight, obesity, and metabolic syndrome in adults in Bogotá, Colombia, 2022–2023: A cross-sectional population survey. *Ann Glob Health*. 2024;90(1):67. <https://doi.org/10.5334/aogh.4539>

- [2] Mendivil CO, Gutiérrez Romero SA, Peláez-Jaramillo MJ, Nieves-Barreto LD, Montaña-Rodríguez A, Betancourt-Villamizar E. Diabetes and associated dietary intake among urban adults: COPEN (Colombian Nutritional Profiles)–a cross-sectional study. *BMJ Open*. 2021;11:e042050. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-042050>
- [3] Mendivil CO, Amaya-Montoya M, Hernández-Vargas JA, Ramírez-García N, Herrera-Parra LJ, Guatibonza-García V, et al. Impact of metabolic control on all-cause mortality in a nationwide cohort of patients with diabetes from Colombia. *Front Endocrinol (Lausanne)*. 2023;14:1073833. <https://doi.org/10.3389/fendo.2023.1073833>
- [4] Mendivil CO, Amaya-Montoya M, Hernández-Vargas JA, Ramírez-García N, Romero-Díaz C, Pérez-Londoño A, et al. Achievement of treatment goals among adults with diabetes in Colombia, 2015–2019: Results from a national registry. *Diabetes Res Clin Pract*. 2022;186:109823. <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2022.109823>
- [5] Cardenas D, Díaz G, Cadavid J, Lipovestky F, Canicoba M, Sánchez P, et al. Nutrition in medical education in Latin America: Results of a cross-sectional survey. *JPEN J Parenter Enteral Nutr*. 2022;46(1):229–237. <https://doi.org/10.1002/jpen.2107>
- [6] Andersen JD, Jensen MH, Vestergaard P, Jensen V, Hejlesen O, Hangaard S. The multidisciplinary team in diagnosing and treatment of patients with diabetes and comorbidities: A scoping review. *J Multimorb Comorb*. 2023;13. <https://doi.org/10.1177/26335565231165966>

- [7] Marin-Sánchez A, Restrepo-Erazo K, Palacios-Bayona K, Veloza-Naranjo A, Mora-Thiriez S, Valencia LM, et al. Expert consensus on medical nutrition therapy for people with type 2 diabetes. *Rev Colomb Endocrinol Diabet Metab.* 2025;12(2):e929. <https://doi.org/10.53853/encr.12.2.929>