

ASOCIACIÓN ENTRE HABITOS ALIMENTICIOS Y RASGOS DE PERSONALIDAD EN ADULTOS CON DIABETES TIPO 2

ASSOCIATION BETWEEN EATING HABITS AND PERSONALITY TRAITS IN ADULTS WITH TYPE 2 DIABETES

Nohemí Selene Alarcón-Luna

Doctora en Cultura de los Cuidados

Profesora

Facultad de Enfermería de Nuevo Laredo, Universidad Autónoma de Tamaulipas, México.

salarcon@docentes.uat.edu.mx

<http://orcid.org/0000-0002-1407-695X>

Adriana Lerma-Valdez

Doctora en Enfermería

Profesora

Facultad de Enfermería de Nuevo Laredo, Universidad Autónoma de Tamaulipas, México.

adriana.lerma@docentes.uat.edu.mx

<http://orcid.org/0000-0002-2767-190X>

Yari Rodríguez-Santamaría

Doctora en Ciencias de Enfermería

Profesora

Facultad de Enfermería de Nuevo Laredo, Universidad Autónoma de Tamaulipas, México.

ysantamaria@docentes.uat.edu.mx

<http://orcid.org/0000-0002-7010-2753>

Patricia Marisol Márquez-Vargas

Doctora en Ciencias de Enfermería

Profesora

Facultad de Enfermería de Nuevo Laredo, Universidad Autónoma de Tamaulipas, México

pmarquez@docentes.uat.edu.mx

<http://orcid.org/0000-0003-1069-423X>

Liliana Leticia Juárez-Medina

Doctora en Ciencias de Enfermería

Profesora

Facultad de Enfermería de Nuevo Laredo, Universidad Autónoma de Tamaulipas, México

ljuarez@docentes.uat.edu.mx

<http://orcid.org/0000-0002-9656-4198>

Martha Lilia Zúñiga-Vargas

Doctora en Educación Internacional

Profesora

Facultad de Enfermería de Nuevo Laredo, Universidad Autónoma de Tamaulipas, México

mzuniga@docentes.uat.edu.mx

<http://orcid.org/0000-0002-4028-9190>

Artículo recibido el 18 de abril de 2024. Aceptado en versión corregida el 19 de noviembre de 2024.

RESUMEN

INTRODUCCIÓN. La diabetes mellitus tipo 2 es un padecimiento multifactorial que afecta las condiciones físicas, laborales, la calidad de vida y los hábitos alimenticios de las personas y sus familias. La presencia de factores psicológicos como los rasgos de personalidad son mediadores para determinar las conductas saludables de las personas. **OBJETIVO.** Explorar la asociación entre los hábitos alimenticios y los rasgos de personalidad, y conocer la influencia de los rasgos sobre los hábitos alimentarios de adultos con diabetes tipo 2. **METODOLOGÍA.** Estudio descriptivo, transversal con alcance explicativo, realizado en 84 participantes seleccionados por muestreo deliberado en un módulo de atención primaria. Se utilizaron los cuestionarios Hábitos Alimenticios de la Familia y el Inventario de personalidad NEO-FFI. **RESULTADOS.** El análisis bivariado mostró que los hábitos alimentarios familiares se relacionan positivamente con la amabilidad ($p= 0,00$) y la responsabilidad ($p= 0,00$) y negativamente con el neuroticismo ($p= 0,02$). Las dimensiones con altas puntuaciones fueron la comida como fuente de placer ($M= 76,01$) y la importancia de la comida ($M= 70,32$). Así mismo, la dimensión comida como fuente de placer se correlacionó positivamente con la amabilidad y responsabilidad e inversamente con el neuroticismo ($p< 0,01$). Se encontró que el rasgo de amabilidad ($F= 16,167$, $p< 0,01$) explica el 15% de la varianza de hábitos alimenticios de los participantes. **CONCLUSIÓN.** Las personas con rasgos de amabilidad y responsabilidad tienen mejores hábitos alimenticios. Sin embargo, solo el rasgo de amabilidad resultó ser predictor de los hábitos de alimentación de los participantes con diabetes tipo 2.

Palabras clave: Hábitos alimentarios, trastornos de la personalidad, Diabetes Mellitus Tipo 2.

ABSTRACT

INTRODUCTION. Type 2 diabetes mellitus is a multifactorial condition that affects the physical status, work conditions, quality of life, and eating habits of individuals and their families. The presence of psychological factors such as personality traits are mediators in determining the healthy behaviors of individuals. **OBJECTIVE.** To explore the association between eating habits and personality traits, as well as the influence of personality traits on

the eating habits of adults with type 2 diabetes. **METHODOLOGY.** Descriptive, cross-sectional study with an explanatory scope, conducted with 84 participants selected by purposive sampling in a primary care module. The Family Eating Habits questionnaire and the NEO-FFI personality inventory were used. **RESULTS.** Bivariate analysis showed that family eating habits were positively related to agreeableness ($p = 0.00$) and responsibility ($p = 0.00$), and negatively related to neuroticism ($p = 0.02$). The dimensions with high scores included food as a source of pleasure ($M = 76.01$) and importance of food ($M = 70.32$). Also, the dimension food as a source of pleasure was positively correlated with agreeableness and responsibility, and inversely correlated with neuroticism ($p < 0.01$). It was found that the agreeableness trait ($F = 16.167, p < 0.01$) explained 15% of the variance in eating habits of the participants. **CONCLUSIONS.** People with personality traits of agreeableness and responsibility have better eating habits. However, only the agreeableness trait proved to be a predictor of eating habits of participants with type 2 diabetes.

Keywords: Eating habits, personality disorders, Type 2 Diabetes Mellitus.

http://dx.doi.org/10.7764/Horiz_Enferm.3.3.1131-1146

INTRODUCCIÓN

En las últimas décadas, la prevalencia en Diabetes Mellitus Tipo 2 (DMT2) ha presentado un aumento alarmante, convirtiéndose en un problema de salud pública. Es una enfermedad metabólica no transmisible, que se caracteriza por altos niveles de glucosa en sangre y se asocia con el desarrollo de enfermedades cardiovasculares, cerebrovasculares y enfermedades renales ⁽¹⁾. La prevalencia mundial de DMT2 es de 10.5% (536 millones) y se prevé que para el año 2045 la cifra aumente a 12.2% ^(1,2). Es considerada como una de las principales causas de muerte y discapacidad en el mundo ⁽³⁾, principalmente en países de ingresos medios y bajos, quienes comparten factores causales y escenarios de mayor vulnerabilidad que agravan las consecuencias de este padecimiento. La DMT2 afecta no sólo las condiciones

físicas de la población, sino sus condiciones laborales, la calidad de vida, los hábitos alimenticios, así como las finanzas públicas y de las familias.

De acuerdo con la Federación Internacional de la Diabetes ⁽⁴⁾, México ocupa el 7° lugar entre los países con mayor número de personas que padecen DMT2, con una prevalencia del 18.3% ⁽⁵⁾, específicamente el estado de Tamaulipas (12.8%) es el tercero a nivel nacional con la prevalencia más alta en población mayor a 20 años ⁽⁶⁾. Entre los principales factores etiológicos se encuentran la falta de actividad física, el sobrepeso, el factor hereditario y la mala alimentación ⁽⁷⁾. En el contexto de México, el 73% de los adultos tienen sobrepeso y obesidad ⁽⁸⁾, derivado de alteraciones en el estilo de vida, donde las personas experimentan una transición nutricional que incluye la disponibilidad de alimentos procesados a bajo costo, un

alto consumo de comida rápida, escaso tiempo para preparar los alimentos en casa, así como la constante exposición a la publicidad de alimentos industrializados y escasa realización de actividad física⁽⁹⁾.

Se ha reportado que los patrones alimentarios, las preferencias o el rechazo a ciertos alimentos se desarrollan en el contexto familiar durante la infancia, etapa determinante para la formación de buenos o malos hábitos alimentarios que estarán presentes a lo largo de la vida^(10, 11). La calidad de la alimentación varía de acuerdo con el lugar de nacimiento, en el caso de la población mexicana el consumo de alimentos no recomendables es elevado, no consumen frutas, verduras, ni agua natural⁽¹²⁾, se consumen más alimentos de origen animal y productos industrializados⁽¹³⁾.

La literatura indica que la personalidad puede influir en la selección de alimentos, el tipo de dieta y la predilección de alimentos saludables o no saludables⁽¹⁴⁾. Los rasgos de personalidad representan formas particulares de vivir, pensar y comportarse⁽¹⁵⁾, son un conjunto complejo y único en cada individuo de percibir y responder a su entorno⁽¹⁶⁾. Por lo tanto, la presencia de estos factores de tipo psicológico son mediadores de las conductas saludables de las personas. Uno de los enfoques ampliamente examinado para el estudio de la personalidad, es la Teoría de los Cinco Factores⁽¹⁷⁾, la cual describe los rasgos de la personalidad denominados neuroticismo, extraversión, apertura a la experiencia, amabilidad y responsabilidad⁽¹⁸⁻²⁰⁾.

Estudios previos muestran que los rasgos de personalidad pueden influir en los hábitos o estilos alimentarios, en la

frecuencia de ingesta de alimentos⁽²¹⁾, así como asociarse con el riesgo de padecer enfermedades crónicas⁽²²⁾, incluso pueden explicar ciertas conductas de autocuidado en personas que padecen diabetes mellitus tipo 2⁽²³⁾. Por lo tanto, los rasgos de personalidad influyen en el estilo de vida y pueden impactar en el manejo de la diabetes.

La personalidad mexicana se caracteriza por ser amables, socialmente expresivos, con expresiones afectivas negativas (enojones, celosos y tímidos), positivas (alegres, amorosos o felices) y obedientes⁽²⁴⁾. Estas características deberían influir positivamente en el cuidado de la salud, sin embargo, cuando se habla de personas con diabetes el panorama no siempre es alentador, ya que se estima el 68.2% de la población diagnosticada con diabetes en México se encuentra en descontrol glucémico⁽²⁵⁾, lo cual está ligado con tener malos hábitos alimenticios. Estudios previos señalan que los rasgos responsabilidad y apertura a la experiencia son predictores del estilo de vida saludable en población mexicana con riesgo de diabetes⁽²²⁾. Así mismo, la responsabilidad se asocia positivamente con la conducta alimentaria y el ejercicio⁽²⁶⁾, aspectos fundamentales en el cuidado integral de condiciones crónicas.

Una revisión sistemática señala que la inestabilidad emocional (neuroticismo, afecto negativo y ansiedad) en las personas con diabetes tipo 2 se asocia negativamente con conductas poco saludables, por el contrario, los individuos con rasgos de responsabilidad^(22, 27, 28), apertura a la experiencia^(22, 27) y amabilidad⁽²⁹⁾ mantienen estilos de vida óptimos relacionados con la alimentación,

el ejercicio y el control del peso. Otros autores indican que la extroversión, la amabilidad y la responsabilidad se relacionan positivamente con las conductas de autocuidado y el neuroticismo se asocia negativamente con el control glucémico y el autocuidado en pacientes con diabetes tipo 2⁽³⁰⁾.

Dada la transición epidemiológica que experimenta la población mexicana y el aumento de ciertos factores de riesgo, es de suma importancia realizar investigaciones que permitan identificar variables como la personalidad y la influencia que puede tener en los hábitos alimentarios de las familias con integrantes que padecen diabetes. Actualmente son escasos los estudios en población mexicana que examinen el vínculo entre los rasgos de personalidad y los hábitos de alimentación en quienes padecen diabetes. Por lo tanto, el objetivo del estudio fue explorar la asociación entre los hábitos alimenticios con los rasgos de personalidad, así como conocer la influencia de los cinco rasgos de personalidad sobre los hábitos alimentarios de adultos con diabetes mellitus tipo 2.

METODOLOGÍA

Estudio con diseño descriptivo, correlacional con alcance explicativo. La población de interés fueron personas con DMT2, identificadas en un módulo de atención primaria al norte de México en el estado de Tamaulipas. Se llevó a cabo un muestreo deliberado, los participantes fueron reclutados en un período de tres meses. La muestra final se conformó por 84 participantes de ambos sexos, ≥ 20 años

con al menos un año de diagnóstico previo de diabetes. Se excluyeron las mujeres embarazadas y personas con alguna enfermedad que impidiera la comunicación verbal.

La recolección de los datos se realizó a través de una cédula con datos personales, incluidas las variables edad, escolaridad, género y ocupación; así como datos clínicos, referentes a las comorbilidades, años de evolución de la diabetes y tipo de tratamiento. Además, se midieron indicadores bioquímicos como perfil de lípidos y glicemia en ayunas, y antropométricos (peso, talla e índice de masa corporal).

Para medir la variable de hábitos alimenticios se utilizó el Cuestionario de Hábitos Alimenticios de la Familia⁽³¹⁾ en su versión traducida y adaptada a población mexicana⁽²⁷⁾. Este instrumento evalúa la percepción del individuo sobre los hábitos alimenticios de su familia. El cuestionario se conformó por 14 ítems distribuidos en cuatro dimensiones: importancia de la comida para la familia, cohesión familiar, alimentación saludable y la comida como fuente de placer; las opciones de respuesta fueron tipo Likert: Nunca = 1, Ocasionalmente = 2, A veces = 3, Muy a menudo = 4 y Siempre = 5) y los ítems 1, 3, 8, 9,10 y 11 se evaluaron inversamente. La suma total de las puntuaciones varía de 14 a 70 puntos, donde mayor puntuación indicaba mejores hábitos alimenticios de la familia. El instrumento ha mostrado una consistencia interna aceptable (0,80) en población mexicana⁽³²⁾.

Para medir los rasgos de personalidad se aplicó el Inventario de

personalidad NEO-FFI⁽³³⁾ en su versión al español y aplicado en población mexicana⁽³²⁾. El instrumento constó de 60 ítems para medir las cinco dimensiones de la personalidad: Neuroticismo (ítems 1, -6, 11, 16, 21, 26, 31, 36, -41, -46, 51, -56), Extraversión (ítems 2, 7, 12, -17, 22, -27, 32, -37, -42, 47, 52, -57), Apertura a la experiencia (ítems 3, -8, 13, 18, -23, 28, 33, -38, -43, 48, 53, -58) Amabilidad (ítems 4, -9, -14, -19, 24, 29, -34, 39, 44, 49, -54, -59) y Responsabilidad (ítems -5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 45, -50, -55, -60). Las opciones de respuesta fueron tipo Likert que van desde totalmente en desacuerdo (0) hasta totalmente de acuerdo (4). Los ítems negativos se sumaron inversamente, cada rasgo de personalidad se evaluó de manera independiente con valor mínimo de 0 y máximo de 48. Se ha reportado una consistencia interna aceptable en cada una de las dimensiones (Neuroticismo .86, Extraversión .77, Apertura .73, Amabilidad .68 y Responsabilidad .89) en estudios realizados en población mexicana⁽³²⁾.

Este estudio fue aprobado por el Comité de Investigación de la Facultad de procedencia de los autores, con registro CA-SC11-2022-3 y se apejó a lo descrito en la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud en México (reforma 2014) referente a la entrega del consentimiento informado, el respeto a la integridad y confidencialidad de los participantes en el área de la consulta externa del centro de salud.

Los datos se procesaron con el paquete estadístico para las ciencias sociales (SPSS, por sus siglas en inglés) versión 23. Se utilizó análisis descriptivo

(frecuencias, porcentajes, medidas de tendencia central y dispersión). Se aplicó estadística no paramétrica a través del Coeficiente de correlación de Spearman para examinar la relación entre los hábitos de alimentación y los rasgos de personalidad y para determinar la influencia sobre la variable dependiente se utilizó un modelo de regresión lineal múltiple con el método Backward.

RESULTADOS

De acuerdo con las características de la muestra, se encontró que el 54,8% fueron mujeres, la media de edad fue 53 años ($DE= 9,45$), con 8,92 años ($DE= 3,20$) de escolaridad y menos de la mitad tenían empleo (44%). Los participantes informaron tener 10,13 años de diagnóstico, estaban bajo tratamiento de hipoglucemiantes (95.2%), tenían problemas de sobrepeso y obesidad (78,6%). Los niveles de glicemia estaban por encima de lo recomendado (63.1%), las cifras de glucosa en ayunas oscilaron en $M= 160$ mg/dL ($DE= 90,76$) y los triglicéridos tuvieron una $M= 174,6$ mg/dL ($DE = 93,92$), ver tabla 1.

Respecto a las puntuaciones de los instrumentos aplicados, se encontró que los hábitos alimentarios se encuentran por encima de la media ($M= 69,58$) de la puntuación total del instrumento. En esta escala, las dimensiones con mayores puntuaciones fueron la comida como fuente de placer ($M= 76.01$) y la importancia de la comida ($M= 70.32$), ver tabla 2. En cuanto a los rasgos de personalidad, se observó que la amabilidad fue el rasgo con mayor puntuación ($M= 68,85$), seguido por la responsabilidad ($M= 67,31$); mientras que el rasgo con

menor puntuación fue el neuroticismo ($M= 41,20$).

En la tabla 3 se presenta el análisis bivariado, se identificó que los hábitos alimentarios se relacionan positivamente con los rasgos de amabilidad ($r_s= 0,395$, $p= 0,000$) y la responsabilidad ($r_s= 0,286$, $p= 0,008$) y negativamente con el neuroticismo ($r_s = -0,246$, $p= 0,024$). Adicionalmente, la dimensión de hábitos alimenticios denominada comida como fuente de placer se correlacionó positivamente con la amabilidad y

responsabilidad e inversamente con el neuroticismo ($p < 0,01$).

Con la intención de conocer la influencia de los rasgos de personalidad sobre los hábitos alimenticios como variable dependiente, se realizó un modelo de regresión múltiple (método de Backward), ver tabla 4. Al ajustar el modelo, el resultado mostró solo el rasgo de amabilidad ($F= 16.167$, $p < 0,01$) fue significativo, al explicar el 15% de la varianza de hábitos de alimentación.

Tabla 1. Variables demográficas y clínicas de los participantes

| | Categoría | $M (DE)$ | $f (%)$ |
|---------------------|----------------|---------------|-----------|
| Demográficas | | | |
| Edad | | 53,07 (9,4) | |
| Escolaridad | | 8,92 (3,2) | |
| Género | Masculino | | 38 (45,2) |
| | Femenino | | 46 (54,8) |
| Estado civil | Con pareja | | 68 (81,0) |
| | Sin pareja | | 16 (19,0) |
| Ocupación | Empleado | | 37 (44,0) |
| | Negocio propio | | 11(13,1) |
| | Sin empleo | | 36 (42,8) |
| Clínicas | | | |
| Comorbilidades | Si | | 27 (32,1) |
| | No | | 57 (67,9) |
| Tipo de tratamiento | Oral | | 80 (95,2) |
| | Insulina | | 3 (3,6) |
| | Ninguno | | 1 (1,2) |
| IMC | Normo-peso | | 18 (21,4) |
| | Sobrepeso | | 24 (28,6) |
| | Obesidad | | 42 (50,0) |
| Glicemia | Control | | 31 (36,9) |
| | No control | | 53 (63,1) |
| Años de evolución | | 10,13 (7,5) | |
| Glicemia en ayunas | | 160,98 (90,7) | |
| Colesterol | | 189,93 (52,2) | |

| | |
|---------------|---------------|
| Triglicéridos | 174,69 (93,9) |
| HDL | 43,31 (15,3) |

Nota: *M* = Media, *DE* = Desviación Estándar, *TAS* = Tensión arterial sistólica, *TAD* = Tensión arterial diastólica

Tabla 2. Puntuaciones generales de hábitos de alimentación y rasgos de personalidad

| VARIABLES | <i>M</i> | <i>Mdn</i> | <i>Min</i> | <i>Max</i> | <i>DE</i> |
|------------------------------|----------|------------|------------|------------|-----------|
| Hábitos de alimentación | 69,58 | 69,64 | 43 | 100 | 13,57 |
| Importancia de la comida | 70,32 | 68,18 | 39 | 100 | 14,10 |
| Cohesión familiar | 69,25 | 69,44 | 39 | 100 | 15,12 |
| Alimentación saludable | 66,79 | 65,00 | 30 | 100 | 16,94 |
| Comida como fuente de placer | 76,01 | 80,00 | 40 | 100 | 15,06 |
| Neuroticismo | 41,20 | 39,58 | 8 | 77 | 14,25 |
| Extroversión | 61,83 | 61,46 | 25 | 92 | 15,36 |
| Apertura a la experiencia | 50,75 | 50,00 | 29 | 75 | 9,70 |
| Amabilidad | 68,85 | 69,79 | 31 | 98 | 15,35 |
| Responsabilidad | 67,31 | 66,67 | 25 | 100 | 16,63 |

Nota: *M*= Media, *Mdn*= Mediana, *Min*= Mínimo, *Max*= Máximo, *DE*= Desviación estándar

Tabla 3. Correlación de Spearman entre los hábitos de alimentación y los rasgos de personalidad

| | Hábitos de alimentación | Dimensión 1 | Dimensión 2 | Dimensión 3 | Dimensión 4 |
|-----------------|-------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| Neuroticismo | -0,246** | -0,211 | -0,186 | -0,239* | -0,313** |
| Extroversión | 0,172 | 0,148 | 0,150 | 0,159 | 0,065 |
| Apertura | 0,030 | -0,034 | 0,057 | 0,192 | 0,073 |
| Amabilidad | 0,395** | 0,377** | 0,298** | 0,187 | 0,477** |
| Responsabilidad | 0,286** | 0,252* | 0,210 | 0,167 | 0,323** |

Nota: **p* < .05, ***p* < .01; Dimensión 1: Importancia de la comida, Dimensión 2: Cohesión familiar, Dimensión 3: Alimentación saludable, Dimensión 4: Comida como fuente de placer.

Tabla 4. Modelo de regresión lineal para los hábitos de alimentación

| VARIABLES | Modelo | | | |
|---------------------------|---------|----------|----------|----------------|
| | β | <i>t</i> | <i>p</i> | IC 95% |
| Constante | 51,637 | 4,291 | 0,000 | 27,68 - 75,59 |
| Neuroticismo | -0,110 | -0,937 | 0,352 | -0,343 - 0,123 |
| Extroversión | 0,071 | 0,677 | 0,500 | -0,137 - 0,278 |
| Apertura a la experiencia | -0,092 | -0,590 | 0,557 | -0,402 - 0,218 |
| Amabilidad | 0,303 | 2,938 | 0,004 | 0,098 - 0,508 |

| | | | | |
|------------------|----------|-------|-------|----------------|
| Responsabilidad | 0,029 | 0,254 | 0,800 | -0,196 - 0,253 |
| F | 16,167** | | | |
| R ² a | 0,155 | | | |

Nota: * $p < .05$, ** $p < .01$, R²a = R cuadrada ajustada

DISCUSIÓN

El propósito de este estudio fue explorar la relación entre los hábitos alimenticios con los rasgos de personalidad, así como conocer la influencia de los rasgos de personalidad en los hábitos alimentarios de adultos con diabetes mellitus tipo 2. Los hallazgos indican que los rasgos de amabilidad y responsabilidad tuvieron las puntuaciones más altas y se relacionan positivamente con los buenos hábitos alimentarios, datos que son semejantes a lo descrito en estudios previos ^(32,34), los cuales hacen referencia sobre como la amabilidad y tener mayor conciencia se asocia con comportamientos saludables y la autoeficacia en la dieta. La responsabilidad es un factor relacionado a características como la persistencia, organización, motivación y control; mientras que, el rasgo amabilidad se relaciona con una actitud de cumplimiento, cooperación, confianza y empatía con los demás ⁽³⁵⁾, ambas características se asocian con un mayor consumo de alimentos saludables y equilibrados, por lo que la comida se considera como una fuente de placer. Algunos autores señalan la importancia de incrementar la responsabilidad en las personas a través de intervenciones cognitivo-conductuales, que promuevan comportamientos y resultados deseables a lo largo de la vida para una mejor salud y longevidad ^(36,37).

El rasgo de neuroticismo se asoció negativamente con los hábitos alimenticios, dichos resultados son consistentes con la literatura revisada ^(32,38). Al igual que en otros estudios, los rasgos de amabilidad y bajas puntuaciones de neuroticismo están ligados a las preferencias alimentarias saludables ⁽³⁸⁾. Las personas con puntuaciones altas de neuroticismo mantienen bajas puntuaciones de hábitos dietéticos adecuados, debido a que son incapaces de controlar el deseo de consumir alimentos. Una revisión sistemática menciona que el neuroticismo está asociado con el alto consumo de azúcar y grasas saturadas ⁽¹⁴⁾. Otro estudio realizado en Irán ⁽³⁸⁾, indica que las personas neuróticas viven de prisa y con un deseo apasionado por comer alimentos poco saludables, se dejan llevar por los antojos, lo que incrementa los riesgos a la salud. Por ello, es importante considerar los hábitos de la familia, así como su influencia directa en las conductas alimentarias individuales en los integrantes más jóvenes ⁽³¹⁾.

Se demostró que la variable más representativa para explicar los hábitos alimentarios en las personas con diabetes fue el rasgo de amabilidad, hallazgo que difiere con lo reportado por otros estudios en población mexicana ⁽³²⁾, quienes mencionan que la apertura a la experiencia y la responsabilidad predicen los buenos hábitos de alimentación que se tienen al

interior de las familias con diabetes. En esta muestra, el rasgo de amabilidad indica que aparentemente las personas mantienen actitudes de cumplimiento, cooperación y empatía con los demás, lo que puede explicar las conductas alimentarias reportadas por los participantes. Un metaanálisis afirma que la amabilidad está ligada a una serie de resultados positivos a lo largo de la vida, este rasgo tiene efectos en dirección deseable de las personas para predecir la salud psicológica, autotrascendencia, satisfacción, inversión relacional (cultivar y construir relaciones positivas y apoyo mutuo), trabajo en equipo, menor énfasis en resultados, orientación a normas e integración social⁽³⁹⁾. Por lo tanto, las personas amables o empáticas pueden tomar mejores decisiones al momento de elegir alimentos, considerando los que otorguen mayores beneficios para sí mismos y para quienes los rodean.

Si bien la amabilidad se relaciona con el consumo de alimentos recomendados⁽⁴⁰⁾, pero también con los no recomendados⁽⁴¹⁾ en los adultos, datos que pueden confundir o ser contradictorios, sin embargo, particularmente las personas con diabetes del estudio indicaron buenos hábitos de alimentación, lo cual se explica por la amabilidad. Algunos autores⁽⁴²⁾ señalan que las personas con rasgos amables generan confianza y obediencia muy fácilmente con las personas de su entorno social, lo que los lleva a ser fácilmente influenciados en la adopción de conductas alimentarias saludables o no saludables, dependiendo de los individuos que los dirijan. Esto sugiere información útil para los profesionales que centran su atención en la promoción de una vida

saludable independientemente del estado de salud de las personas.

Las dimensiones de los hábitos alimenticios denominados importancia de la comida y la comida como fuente de placer tuvieron las puntuaciones más altas en este estudio, lo cual puede asociarse con aspectos culturales de los participantes mexicanos, donde compartir comida en familia tiene un gran valor, por la convivencia e interacción entre los miembros de la familia. Por lo tanto, el ambiente familiar que rodea la hora de la comida se convierte en una oportunidad en la formación de patrones de alimentación, la interacción social, reforzamiento de hábitos saludables, incluso permite prevenir trastornos de conductas alimentarias o creencias erróneas sobre la alimentación^(43,44).

Ciertos estudios⁽⁴⁵⁾ han explorado el significado de la comida en población con diabetes tipo 2 e indican que el diagnóstico cambia la forma en como perciben la comida, al verlo como un requisito necesario para la toma de medicamentos más que por hambre o placer. Las personas indican que previo al diagnóstico, la comida tenía un significado social y de celebración; por el contrario, posterior a la enfermedad lo asocian con emociones negativas e incluso lo perciben con sensación de fracaso personal, privación o injusticia. Por lo tanto, puede no disfrutarse, perdiendo el sentido de la celebración en eventos sociales o reuniones familiares.

Estos hallazgos contribuyen con la evidencia científica sobre como la personalidad amable es un factor que puede contribuir en explicar la conducta de alimentación, lo que es parte del

autocuidado en diabetes. Es así como los educadores en salud podrían considerar la evaluación de la personalidad de sus pacientes con diabetes para identificar el efecto en el cumplimiento de las diferentes actividades de autocuidado que demanda la enfermedad, no solo en la alimentación. Por lo que conocer más sobre características de personalidad permitirá diseñar estrategias más efectivas en función del perfil del usuario con diabetes.

Entre las limitaciones del estudio destacan, el tamaño pequeño de la muestra sin representación poblacional; así mismo, se trató de un estudio con un muestreo deliberado y con diseño transversal lo cual limita cualquier asociación causal de las variables de estudio. Además, los datos recopilados fueron auto informados y no se pudo comprobar los hábitos alimenticios reales de los individuos.

CONCLUSIONES

Los resultados del estudio mostraron que los participantes mexicanos tenían rasgos de amabilidad y responsabilidad, así como hábitos de alimentación moderadamente adecuados. Se encontró que tener mejores hábitos alimenticios se asocia con los rasgos de personalidad amable y responsable e inversamente con el neuroticismo. Sin embargo, solo el rasgo de amabilidad resultó ser predictor de los hábitos alimenticios de los participantes con diabetes mellitus tipo 2.

Este estudio aporta elementos sobre el papel de la personalidad en las conductas alimentarias de las personas con diabetes, por lo que su inclusión en la valoración de los pacientes podría aportar

elementos que ayuden a explicar los comportamientos en salud; es necesario que los prestadores de servicios apuesten por utilizar un enfoque diferente, que lleven al usuario a incrementar su optimismo hacia el cumplimiento de autocuidado en diabetes y considerar que la personalidad puede modificarse con el tiempo, si las personas reciben intervención psicológica.

Se recomienda realizar futuras investigaciones en poblaciones más amplias, con diseños longitudinales para determinar la causalidad de las variables. Así como diseñar intervenciones con enfoque psicológico, que evalúen las características de personalidad en quienes mantienen conductas poco saludables, con estrategias que permitan lograr cambios positivos en la personalidad de quienes están en riesgo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- (1) Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud. Diabetes. Internet. 2023. [consultado el 12 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/diabetes>
- (2) Basto-Abreu AC, López-Olmedo N, Rojas-Martínez R, Aguilar-Salinas CA, De la Cruz-Góngora VV, Rivera-Dommarco J, et al. Prevalence of diabetes and glycemic control in México: national results from 2018 and 2020. *Salud Publica Mex* [Internet]. 2021. 63(6), 725-733. Disponible en: <https://doi.org/10.21149/12842>
- (3) Institute for Health Metrics and Evaluation. Antimicrobial resistance

- poses a threat in all 35 countries in the Americas. [Internet]. 2023. [consultado el 12 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://www.healthdata.org/>
- (4) Federación Mexicana de Diabetes A. C. Atlas IDF 10th Edición-2021. [Internet]. 2022. Disponible en: <https://fmdiabetes.org/atlas-idf-10o-edicion-2021/>
- (5) Encuesta Nacional de Salud y Nutrición. ENSANUT CONTINUA 2022. [Internet]. 2022. [consultado el 13 de septiembre de 2023]. Disponible en: <https://ensanut.insp.mx/index.php>
- (6) Instituto Nacional de Estadística y Geografía. Estadísticas a propósito del día mundial de la Diabetes, Datos Nacionales. [Internet]. 2021. [consultado el 14 de septiembre de 2023]. Disponible en: https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2021/EAP_Diabetes2021.pdf
- (7) Organización Mundial de la Salud. Diabetes. [Internet]. 2023. [consultado el 14 de septiembre 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>
- (8) Shamah-Levy T, Vielma-Orozco E, Heredia-Hernández O, Romero-Martínez M, Mojica-Cuevas J, Santaella-Castell JA, et al. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2028-19: Resultados Nacionales. Instituto Nacional de Salud Pública. [Internet]. 2020. [consultado el 14 de septiembre del 2023]. Disponible en: https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanut2018/doctos/informes/ensanut_2018_informe_final.pdf
- (9) Secretaría de Salubridad. Programa de acción específico de enfermedades cardio metabólicas (2020- 2024). [Internet]. 2020. [consultado el 17 de septiembre de 2023]. Disponible en: https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/714141/PAE_CME_cF.pdf
- (10) Hill JO, Galloway JM, Goley A, Marrero DG, & Minners R. Scientific statement: Socioecological determinants of prediabetes and type 2 diabetes. *Diabetes Care*. [Internet]. 2013. 36;2430-2439. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23788649/>
- (11) Molina P, Gálvez P, Stecher MJ, Vizcarra M, Coloma MJ, & Schwingel A. Influencias familiares en las prácticas de alimentación materna a niños preescolares de familias vulnerables de la Región Metropolitana de Chile. *Rev Atención primaria*. [Internet]. 2014. [citado 2023 Sept 13]. 53(9);102-122. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/SO212656721001566>
- (12) Gaona-Pineda EB, Martínez-Tapia B, Arango-Angarita A, Valenzuela-Bravo D, Gómez-Acosta LM, Shamah-Levy Teresa et al. Consumo de grupos de alimentos y factores sociodemográficos en población mexicana. *Salud pública Mex* [revista en la Internet]. 2018 junio [citado 2024 Nov 15]; 60(3): 272-282. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342018000300008&lng=es. <https://doi.org/10.21149/8803>.
- (13) Rivera DJ & Unar MM. Alimentación tradicional mexicana: más saludable, menos costosa y más congruente con el planeta. 2024. [consultado el 4 de

- noviembre del 2024]. Gobierno de México.
<https://www.insp.mx/informacion-relevante/alimentacion-tradicional-mexicana-mas-saludable-menos-costosa-y-mas-congruente-con-el-planeta>
- (14) Esposito CM, Ceresa Q, & Buoli M. The Association Between Personality Traits and Dietary Choices: A Systematic Review. *Advances in nutrition*. [Internet]. 2021. [citado 2023 Sept 12]. 12 (4); 1149-1159. <https://doi.org/10.1093/advances/nmaa166>
- (15) Costa PT Jr, McCrae RR, & Siegler IC. Continuity and change over the adult life cycle: Personality and personality disorders. In C. R. *Personality and psychopathology*. American Psychiatric Association. [Internet]. 1999. [citado 2023 Sept 13]. Disponible en: <https://psycnet.apa.org/record/1999-08169-006>
- (16) Lemos V, & Oñate ME. Espiritualidad y personalidad en el marco de los Big Five. *Ciencias Psicológicas*. 2018. 12(1): 59-66. doi: <https://doi.org/10.22235/cp.v12i1.1595>
- (17) McCrae RR, & Costa PT Jr. Toward a new generation of personality theories: Theoretical contexts for the five-factor model. *American Psychological Association*. [Internet]. 1996. [citado 2023 Sept 13]; 51–87. Disponible en: <https://psycnet.apa.org/record/1996-97942-003>
- (18) Regader B. Los 5 grandes rasgos de la personalidad: sociabilidad, responsabilidad, apertura, amabilidad y neuroticismo. *Psicología y Mente* [Internet]. 2015. [citado 2023 Sept 13]. Disponible en: https://psicologiamente.com/personalidad/5-grandes-rasgos-de-personalidad#google_vignette
- (19) Gázquez LJ, Pérez FM, Mercader RI, Molero JM, Saura CJ. Repercusión del optimismo y de los Cinco Grandes factores de la personalidad sobre la salud de personas mayores. *Universitas Psychologica* [Internet]. 2014. [citado 2023 Sept 13]; 13(3):15-23. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64733438015>
- (20) Sánchez EM, García MJ, Valverde RM, Pérez AM. Enfermedad crónica: satisfacción vital y estilos de personalidad adaptativos. *Clínica y Salud*. [Internet]. 2014 [citado 2023 Sept 15]; 25(2): 85-93. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1130-52742014000200001&lng=es. <https://dx.doi.org/10.1016/j.clysa.2014.06.007>.
- (21) Lunn TE, Nowson CA, Worsley A, & Torres SJ. Does personality affect dietary intake?. *Nutrition*. 2014. 30(4): 403-409. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.nut.2013.08.012>
- (22) Juárez Medina LL, Pompa Guajardo EG, Mendoza Catalán G, Gallegos Cabrales EC. Rasgos de personalidad y estilo de vida en adultos con riesgo de diabetes tipo 2. *Psicología Iztacala* [Internet]. 2017 [citado 2023 Sept 15]; 20(3). Disponible en: <https://www.revistas.unam.mx/index.p>

- hp/repi/article/view/61772
- (23) Dadras Z, Molaei B, & Aghamohammadi M. The relationship between personality profile and self-care among patients with type 2 diabetes. *Front. Psychol.* 2022.13:1030911. Disponible en: [10.3389/fpsyg.2022.1030911](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1030911)
- (24) Palacios JR, & Martínez R. Descripción de características de personalidad y dimensiones socioculturales en jóvenes mexicanos. *Revista de Psicología (PUCP)*. 2017. 35(2): 453-484. Disponible en: <https://doi.org/10.18800/psico.201702.003>
- (25) Basto-Abreu A, Barrientos-Gutiérrez T, Rojas-Martínez R, Aguilar-Salinas CA, López-Olmedo N, Cruz-Góngora V., et al. Prevalencia de diabetes y descontrol glucémico en México: resultados de la Ensanut 2016. *Salud pública Mex [revista de Internet]*. 2020 feb [citado 2024 Nov 15]; 62(1):50-59. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342020000100050&lng=es. Epub 28-Feb-2022. <https://doi.org/10.21149/10752>.
- (26) Mendoza-Catalán G, Rodríguez-Santamaría Y, Domínguez-Chávez CJ, Juárez-Medina LL, Villa-Rueda AA, González-Ramírez J, et al. Personality traits and self-care behaviors in adults with type 2 diabetes mellitus. *Diabetes, Metabolic Syndrome and Obesity: Targets and Therapy*. 2022 Jan. 15, 1–6. <https://doi.org/10.2147/DMSO.S34027>
- (27) Jokela M, Elovainio M, Nyberg ST, TabaK AG, Hintsat, Batty GD, et al. Personality and risk of diabetes in adults pooled analysis of 5 cohort studies *Health Psychology*. [Internet]. 2014. [2023 Sept 13]; 33(12):1618-1621. Disponible en: https://psicologiaymente.com/personalidad/5-grandes-rasgos-de-personalidad#google_vignette
- (28) Geerling R, Kothe EJ, Anglim J, Emerson C, Holmes-Truscott E, Speight J. Personality and weight management in adults with type 2 diabetes: A systematic review. *Front Clin Diabetes Health*. 2022 Nov.3:1044005. doi: 10.3389/fcdhc.2022.1044005. PMID: 36992758; PMCID: PMC10012143.
- (29) Pfeiler TM, & Egloff B. Personality and eating habits revisited: Associations between the big five, food choices, and Body Mass Index in a representative Australian sample. *Appetite*. 2020. 149;104607. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2020.104607>
- (30) Hazrati-Meimaneh Z, Amini-Tehrani M, Pourabbasi A, Gharlipour Z, Rahimi F, Ranjbar-Shams P, et al. The impact of personality traits on medication adherence and self-care in patients with type 2 diabetes mellitus: The moderating role of gender and age. *Journal of Psychosomatic Research*. 2020. 136,110178. doi:10.1016/j.jpsychores.2020.110178
- (31) Klempel N, Kim SK, Wilson M, & Annunziato RA. A measure of family eating habits: initial psychometric properties using the profile pattern approach (PPA). *Eating behaviors*,

- [Internet]. 2013 [citado 2023 Sept 20]; 14(1):7–12. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2012.10.004>
- (32) Juárez-Medina LL, Rodríguez-Santamaría Y, Mendoza CG, Gallegos CE. Rasgos de personalidad comportamiento alimentario en adultos con riesgos de diabetes tipo 2. *Revista de Psicología de la Universidad Autónoma del Estado de México*. [Internet]. 2023 [citado 2023 Sept 20]. 12(32):198-218. Disponible en: <https://revistapsicologia.uaemex.mx/article/view/21657>
- (33) McCrae RR, & Terraciano A. Universal features of personality traits from the observer's perspective: Data from 50 cultures. *Journal of Personality and Social Psychology*. [Internet]. 2005. [citado 2023 Sept 20]; 88: 547-561. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.3305/nh.2014.30.1.7451>
- (34) Obara-Golebiowska M, & Michalek-Kwiecien J. Personality traits, dieting self-efficacy and health behaviors in emerging adult women: implications for health promotion and education. *Health promotion perspectives*. [Internet]. 2020. [citado 2023 Sept 15];10(3): 230-237. Disponible en: <https://doi.org/10.34172/hpp.2020.36>
- (35) Cloninger SC. *Teorías de la Personalidad*. México. Pearson Educación. 3° Ed. 2023. Disponible en: <https://tuvntana.files.wordpress.com/2016/09/teorc3adas-de-la-personalidad.pdf>
- (36) Javaras KN, Williams M, & Baskin-Sommers AR. Psychological interventions potentially useful for increasing conscientiousness. *Personality disorders*. 2019; 10(1):13–24. Disponible en: <https://modlab.yale.edu/sites/default/files/files/JavarasWilliamsBaskin-Sommers2018.pdf>
- (37) Roberts BW, Luo J, Briley DA, Chow PI, Su R, & Hill PL. A systematic review of personality trait changes through intervention. *Psychological Bulletin*. 2017. 143(2),117–141. <https://psycnet.apa.org/record/2017-00079-001>
- (38) Golestanbagh N, Miraghajani M, Amani R, Symonds ME, Neamatpour S, Haghighizadeh MH. Association of personality traits with dietary habits and food/taste preferences. *Int J Prev Med*. [Internet]. 2021. [citado 2023 Sept 15].12; 92. Disponible en: [10.4103/ijpvm.IJPVM_19_19](https://doi.org/10.4103/ijpvm.IJPVM_19_19).
- (39) Wilmot MP, Ones DS. Agreeableness and its Consequences: A Quantitative Review of Meta-Analytic Findings. *Pers Soc Psychol Rev*. 2022 Aug;26(3):242-280. doi: [10.1177/10888683211073007](https://doi.org/10.1177/10888683211073007). [citado 2023 Oct 15]. PMID: 35220818.
- (40) Pfeiler TM, & Egloff B. Personality and eating habits revisited: associations between the big five, food choices, and body mass index in a representative Australian sample. *Appetite*. 2020. 149, 104607. doi: [10.1016/j.appet.2020.104607](https://doi.org/10.1016/j.appet.2020.104607)
- (41) Gacek M, Kosiba G, & Wojtowicz A. Personality determinants of diet quality among polish and spanish physical education students. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 2021. [citado 2024 Oct

- 10]. 18, 466. doi: 10.3390/ijerph18020466
- (42) Pristyna G, Mahmudiono T, Rifqi MA, Indriani D. The relationship between big five personality traits, eating habits, physical activity, and obesity in Indonesia based on analysis of the 5th wave Indonesia family life survey, 2014. *Front Psychol.* 2022. 13(8), 881436. Disponible en: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.881436>
- (43) Álvarez L, Aguaded MJ, & Ezquerro M. La alimentación familiar influencia en el desarrollo y mantenimiento de los trastornos de la conducta alimentaria. *Trastornos de la Conducta Alimentaria.* 2014; 19: 2051- 2069. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6250752>
- (44) Fuentes J, Herrero-Martín G, Montes-Martínez M, & Jáuregui-Lobera I. Alimentación familiar: influencia en el desarrollo y mantenimiento de los trastornos de la conducta alimentaria. *JONNPR.* 2020; 5(10):1221-1244. doi: 10.19230/jonnpr.3955
- (45) Beverly EA, Ritholz MD, Wray LA, Chiu CJ, Suhl E. Understanding the meaning of food in people with type 2 diabetes living in Northern Appalachia. *Diabetes Spectr.* 2018 Feb;31(1):14-24. doi: 10.2337/ds16-0059.