



ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ

ΤΜΗΜΑ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΚΑΙ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ ΚΑΙ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ

ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ ΣΕ ΔΗΜΟΣΙΑ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ

ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΗΣ ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Τίτλος

**«Εγγραματοσύνη της Υγείας και της Διατροφής σε Έγκυες με Διαβήτη
Κύησης και Συμμόρφωση στη Διαιτητική Αγωγή: Συγχρονική Μελέτη σε
Διαβητολογικό Κέντρο στην Κρήτη»**

της κ. Κουμάκη Μαλαματένειας,

μεταπτυχιακής φοιτήτριας του Δ.Π.Μ.Σ. «Διεπιστημονική Διαχείριση των Χρόνιων Νοσημάτων
της Αναπηρίας και της Γήρανσης»

Επιβλέπουσα Καθηγήτρια: Μουρατίδου Θεοδώρα, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια ΕΛΜΕΠΑ

Η παρουσίαση θα πραγματοποιηθεί την **Δευτέρα 09 Δεκεμβρίου 2024** στις **12:00**

Για διαδικτυακή παρακολούθηση:

Join Zoom Meeting

<https://us06web.zoom.us/j/87847857624?pwd=QN7SaRZbB65pfCCN9tqO34udlGP1HO.1>

Meeting ID: 878 4785 7624

Passcode: 246762

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Σκοπός της παρούσας συγχρονικής μελέτης ήταν ο προσδιορισμός και η αξιολόγηση των επιπέδων Εγγραμματοσύνης Υγείας (ΕΥ) και Εγγραμματοσύνης Διατροφής (ΕΔ), και η συσχέτιση αυτών με τη συμμόρφωση στη διαιτητική αγωγή και με προσδιοριστικούς παράγοντες κινδύνου, σε ένα δείγμα 70 εγκύων γυναικών με Σακχαρώδη Διαβήτη Κύησης (ΣΔΚ) που προσήλθε στο Διαβητολογικό Κέντρο του Γ.Ν. Ηρακλείου Βενιζέλειο-Πανάνειο. Η συλλογή των δεδομένων διενεργήθηκε από τον Οκτώβριο του 2023 έως τον Αύγουστο του 2024. Η αξιολόγηση των επιπέδων ΕΥ και ΕΔ έγινε με σταθμισμένα εργαλεία για τον ελληνικό πληθυσμό. Χρησιμοποιήθηκαν επίσης η κλίμακα 14-item Mediterranean Diet Adherence Screener (MEDAS) για την εκτίμηση της συμμόρφωσης στο μεσογειακό πρότυπο διατροφής, και η κλίμακα (MEBS-16) για τη μέτρηση της Ενσυνείδητης Διατροφής (ΕΔτρφ). Τέλος, αξιολογήθηκαν δείκτες συμμόρφωσης στη διαιτητική αγωγή της εγκύου σε κάθε επίσκεψη συμπεριλαμβανομένων της λήψης σωματομετρικών χαρακτηριστικών, τη γλυκαιμική της ρύθμιση και την υπερηχογραφική ηλικία του εμβρύου καθώς και εκβάσεις της κύησης όπως βάρος νεογνού και θηλασμός.

Τα αποτελέσματα της μελέτης έδειξαν μέτρια προς υψηλά επίπεδα ΕΥ (71.4%), υψηλά επίπεδα ΕΔ (94.3%), και υψηλή βαθμολογία στην ΕΔτρφ, με υψηλότερη βαθμολογία στη κλίμακα να εκτιμάται η Αισθητηριακή Προσοχή έναντι της Μη Κριτικής Επίγνωσης ($p < 0,001$). Η συμμόρφωση στο μεσογειακό πρότυπο διατροφής βρέθηκε να είναι μέτρια αφού μόλις το 18.8% είχαν υψηλή συμμόρφωση. Τα επίπεδα ΕΔ βρέθηκε να σχετίζονται σημαντικά με την υψηλότερη ΕΔτρφ ($\rho = 0.246$, $p < 0,05$). Όσον αφορά τα χαρακτηριστικά του ιστορικού κύησης η προηγούμενη κύηση με μακροσωμία εμβρύου σχετίζεται θετικά με υψηλότερη ΕΔτρφ και συγκεκριμένα με την υψηλότερη Μη Επικριτική Επίγνωση. Σημαντικό στοιχείο της μελέτης ήταν ότι από την αξιολόγηση των τιμών της γλυκόζης αίματος, εκτιμήθηκε μείωσή της από την αρχική μέτρηση σε όλες τις ακολουθούμενες 5 επαναξιολογήσεις γλυκόζης με την αντίστοιχη αύξηση των εβδομάδων κύησης και του σωματικού βάρους των εγκύων.

Συμπερασματικά οι ενδείξεις αυτές και τα ευρήματα της μελέτης παρέχουν σημαντικές πληροφορίες για τους επαγγελματίες υγείας και τους υπεύθυνους χάραξης πολιτικής για την υγεία και υπογραμμίζουν τη σημασία της ανάπτυξης συγκεκριμένων στρατηγικών συμβουλευτικής, προληπτικά ή κατασταλτικά, για τη βελτίωση της ΕΥ και της ΕΔ, την υιοθέτηση υγιεινού τρόπου ζωής μέσω σωματικής άσκησης & διατροφής, στα πρότυπα της μεσογειακής διατροφής για τη διατήρηση του σωματικού βάρους των εγκύων γυναικών με ΣΔΚ.

ABSTRACT

The purpose of the study was to assess and evaluate levels of Health Literacy (HL) and Nutrition Literacy (NL), and to examine their correlation with adherence to dietary management advice and risk factors in a sample of 70 pregnant women with Gestational Diabetes Mellitus (GDM) attending the Diabetes Center of the General Hospital of Heraklion Venizelio-Panania. Data collection was carried out from October 2023 to August 2024. Assessment of HL and NL levels was done with validated tools for the Greek population. The 14-item Mediterranean Diet Adherence Screener (MEDAS) scale was also used to assess adherence to the mediterranean dietary pattern, and the MEBS-16 scale to assess Mindful Eating (ME). Finally, indicators of adherence to dietary management advice were assessed at each visit including anthropometric measurements, measures of glycemic control and ultrasound age of the fetus as well as pregnancy outcomes such as newborn weight and breastfeeding initiation.

The results of the study showed moderate to high levels of HL (71.4%), high levels of NL (94.3%), and high ME mean score, with a higher score observed in Sensory Attention versus Non-Critical Awareness scales ($p < 0.001$). Adherence to the mediterranean dietary pattern was found to be moderate given that only 18.8% of the participants had high adherence to the MEDAS scale. HL levels were found to be significantly related to high ME score ($\rho = 0.246$, $p < 0.05$). Regarding characteristics of history of previous pregnancy, fetal macrosomia was positively associated with higher ME scores and specifically with higher Non-Critical Awareness ($p < 0.05$). An important element of this study, regarding the assessment of blood glucose values, was the decrease in glucose levels from baseline across all subsequent 5 glucose reassessments with the corresponding increase in gestational weeks and body weight of pregnant women.

In conclusion, the findings of this study provide important information for healthcare professionals and health policy makers and highlight the importance of developing specific counseling strategies, preventive or repressive, to improve HL, adopt healthy lifestyles through physical activity & diet, along the lines of the MD to maintain the body weight of pregnant women with GDM.