

# Evaluación de los hábitos alimentarios en relación con el tratamiento médico de los pacientes de la clínica para Diabetes del hospital Christus Muguerza

Julián García, Lorena

2012

---

<http://hdl.handle.net/20.500.11777/199>

<http://repositorio.iberopuebla.mx/licencia.pdf>



**Evaluación de los hábitos alimentarios en relación con el tratamiento médico de los pacientes de la clínica para Diabetes del hospital Christus Muguerza .**

M.F Utrilla-Lack, L. Julian-Garcia

*Departamento de Ciencias de la Salud. Proyecto integrador en nutrición y ciencia de los alimentos*

**Abstract** La alimentación y los horarios de comidas son una parte importante y fundamental en el tratamiento de las personas con Diabetes, pues de esto pueden depender la efectividad y el éxito de su tratamiento médico. Objetivo: Evaluar los hábitos de alimentación en relación con el esquema de tratamiento médico de los pacientes que asisten a la clínica para Diabetes del hospital Christus Muguerza. Metodología: El proyecto constó de 4 etapas: 1) Diseño del instrumento para medir los horarios y hábitos de alimentación de los pacientes. 2) Aplicación del instrumento; 3) Caracterización de la población; 4) Establecimiento de relación entre hábitos de alimentación y tratamiento médico. Resultados: Se obtuvo un instrumento validado de 26 preguntas incluyendo datos generales, información sobre su alimentación y tratamiento médico. La mayoría de los pacientes fueron mujeres con Diabetes tipo 2, siendo pocos los pacientes que utilizan insulina. Se encontró que la variabilidad en los hábitos de alimentación de los pacientes es muy amplia tanto en el número de comidas que realizan al día, los horarios y el contenido calórico.

**Palabras clave:** *Diabetes, alimentación, hábitos.*

### **Planteamiento del problema**

Hoy en día la prevalencia de Diabetes Mellitus en la población mexicana es de entre 6.5 a 10 millones siendo una de las principales causas de muerte en el país. En el hospital Christus Muguerza UPAEP existe una clínica para el tratamiento de esta enfermedad, donde a diario llegan pacientes a los cuales no se les hace un registro estricto sobre sus hábitos alimentarios. Se cree que la mayoría de ellos tienen hábitos alimentarios inadecuados, por lo que es necesario aplicar la evaluación para poder obtener resultados que orienten a hacer recomendaciones y ajustes pertinentes en cuanto al tratamiento de los pacientes, buscando además mejorar el esquema médico en relación a la alimentación.

### **Objetivo general**

Evaluar los hábitos de alimentación en relación con el esquema de tratamiento médico de los pacientes que asisten a la clínica para Diabetes del hospital Christus Muguerza UPAEP.

### **Objetivos específicos**

- Diseñar el instrumento para evaluar los hábitos y horarios de alimentación de los pacientes.
- Aplicar el instrumento en la población.
- Caracterizar a la población.
- Establecer relaciones entre alimentación y esquema de tratamiento médico.

### **Justificación**

La alimentación es una parte importante del tratamiento para los pacientes con Diabetes Mellitus. Conocer los hábitos de alimentación de los pacientes es de gran ayuda para hacer las modificaciones pertinentes en cuanto a su tratamiento médico, y es útil para la resolución de problemas y detección temprana de complicaciones propias de la enfermedad. La realización de este proyecto beneficia al manejo de los pacientes de la clínica directamente, ya que con base a lo obtenido se podrá brindar un tratamiento más completo y apropiado en cuanto a nutrición para cada uno de ellos.

## **Contexto**

En la clínica para Diabetes del hospital Christus Muguerza se consultan diariamente alrededor de 60 a 70 pacientes con problemas endocrinológicos, de los cuales entre 30 y 40 padecen algún tipo de Diabetes Mellitus. Los pacientes son de diversas localidades del estado de Puebla, sin tener un nivel socioeconómico en común.

## **Marco teórico**

Para la elaboración de este proyecto se consultaron temas relacionados con: Diabetes Mellitus, el diagnóstico, la prevalencia, clasificación de la patología, causas y factores de riesgo, fisiopatología, complicaciones y tratamiento. Dentro del tratamiento, se abarcan las características y recomendaciones nutricias para pacientes con diabetes. Se revisaron también artículos relacionados con los hábitos en pacientes con diabetes y temas relacionados con la construcción de instrumentos de medición.

## **Metodología**

El proyecto se llevó a cabo durante el periodo de otoño 2011 y primavera 2012 y constó de 4 etapas. La primera fue diseñar el instrumento que evaluó los hábitos de alimentación de los pacientes. Se necesitó recopilar información sobre estudios previos relacionados con el tema y determinar los datos de interés por conocer sobre cada paciente. Posteriormente se llevó a cabo la validación del instrumento con un experto en diabetes, 2 expertos en nutrición y 2 educadoras en diabetes. Se hizo por último la prueba piloto a 10 pacientes dentro de la clínica, para verificar la funcionalidad del instrumento. En la segunda etapa, se realizó la aplicación de la encuesta en un consultorio privado de la clínica a un total de 50 pacientes con una duración de aproximadamente 20 minutos. El paciente respondió a las preguntas de manera oral y fueron registradas por las investigadoras. Para la etapa de caracterización de la población, además se realizó una base de datos asignando códigos a cada una de las preguntas y respuestas y se agrupó a los

pacientes por sexo, grupos de edad, tipo de diabetes y tipo de tratamiento. Por último se utilizó el programa estadístico SPSS para obtener relaciones entre los resultados y poder analizarlos a profundidad. Las pruebas estadísticas que se utilizaron fueron: moda, promedio, valores mínimos y máximos y desviación estándar.

## **Resultados**

Se obtuvo como primer resultado un instrumento validado de 26 preguntas que incluye además de datos generales, preguntas relacionadas con los horarios diarios en los que realizan sus comidas y las cantidades de las mismas, y preguntas sobre el tipo de tratamiento que llevan los pacientes con dosis y horarios.

Durante la aplicación de la encuesta se encontró que muchos de los pacientes desconocen el tipo de Diabetes que padecen, que le temen al uso de insulina y que no tienen identificada la edad a la que fueron diagnosticados o empezaron su tratamiento. Se encontró que cada paciente le da un nombre diferente a cada tiempo de comida y que las bebidas o el postre no las toman en cuenta como parte de su comida así como las tortillas o los frijoles.

Se encontró que los pacientes son en su mayoría mujeres y que el rango de edad que predomina es de entre los 61 a 70 años. El 95.74% de los pacientes, padece diabetes tipo 2 y el tipo de tratamiento que predomina no es la insulina si no los fármacos orales.

En cuanto a su alimentación se encontró que la variabilidad de hábitos alimentarios en la población estudiada es muy amplia. Por un lado se encontró que el 42% de la población come 3 veces al día, el 34% 4 veces y el 23.4% 5 veces al día. Las horas promedio para la toma de los alimentos fueron las siguientes: desayuno a las 9:00hrs, comida a las 15:00hrs y cena a las 20:00 hrs.

Se identificó que en cuanto a colaciones el 53.1% realizan la primera colación y solamente un 23% realiza una segunda colación. Con esta información se analizaron las diferentes horas de ayuno durante el día encontrando que en los pacientes que no

realizan colaciones existen periodos de hasta 7 horas de ayuno.

En cuanto al contenido calórico de los alimentos, los resultados arrojan un promedio de 1283.7 kilocalorias totales. El valor mínimo encontrado de calorías consumidas en un día es de 630 kcal y el valor máximo es de 2425 kcal.

Los resultados arrojaron que no existe una relación entre el número de comidas que realizan los pacientes y el control glucémico (valores de glucosa y HbA1c) sin embargo, la presencia de ayunos tan prolongados como es el caso de quienes no realizan colaciones y el bajo contenido calórico de los alimentos, representan un riesgo importante para quienes utilizan insulina o hipoglucemiantes orales.

### Discusión de resultados

La bibliografía revisada (12) indica características específicas de las recomendaciones para la alimentación de los pacientes con diabetes, sin embargo, se pudo observar que los hábitos de los pacientes entrevistados no coinciden con lo establecido. Algunos no cumplen con el mínimo de comidas al día, o con el contenido calórico sugerido debido a que carecen de orientación nutricional.

La hemoglobina glucosilada arroja un promedio de los valores de glucosa sanguínea de 3 meses (4), dicho valor puede ser alterado por picos glucémicos, es decir hiperglucemias o hipoglucemias por lo que condiciones como el ayuno y el bajo o alto contenido calórico de los alimentos pueden ser un factor determinante en resultados erróneos de éste parámetro.

Por otro lado se pudieron analizar las diferencias entre la alimentación en personas de Puebla y personas de otras localidades encontrando que las personas de fuera realizan menos comidas. Se desconoce la causa pero se puede suponer que sea por distintas causas como falta de tiempo por cuestiones de trabajo, falta de disponibilidad

de alimentos o de poder adquisitivo o bien, costumbre.

### Conclusiones y recomendaciones.

- El instrumento diseñado fue útil para cumplir con los objetivos del proyecto.
- Una de las aportaciones más importantes del instrumento que se desarrolló, fue la medición de horas de ayuno diarias en los pacientes.
- Los pacientes tienen falsas creencias sobre su enfermedad y sobre todo el tratamiento con insulina.
- No existe un patrón en los hábitos de alimentación en los pacientes con Diabetes.
- Es necesario que el médico se informe sobre los hábitos de alimentación del paciente para evitar efectos contraproducentes del medicamento y hacer las recomendaciones necesarias sobre la toma o aplicación del tratamiento en relación con su alimentación.
- Además del horario se necesita conocer en que consisten los alimentos para evitar situaciones de hiperglucemia o hipoglucemia.
- La orientación alimentaria en relación al tratamiento médico para la diabetes es indispensable y se debe brindar de manera individualizada.
- El tratamiento integral por parte del médico y el nutriólogo es indispensable para el paciente con Diabetes.
- Se recomienda conocer lo que el paciente sabe acerca de la relación entre su alimentación y su medicamento como una nueva línea de investigación.

### Referencias

- (1) HERNANDEZ, M .*Tratado de Nutrición*. México. Díaz de Santos, 1999.938p.
- (2) VERDU,J. *Tratado de Nutrición y Alimentación*. España. Oceano. 2006,1557p.
- (3) OLAIZ, Fernández [et ál]. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición,

- México. Instituto Nacional de Salud Pública: 2006.
- (4) PEREZ, E. Educación en Diabetes. Manual de apoyo, Fascículo II:31, 2010.
- (5) Castro, Marlene . Problemas sociales referidos por un grupo de personas atendidas en el centro de atención al diabético Revista Cubana de Endocrinología [en línea]. Cuba: 2005.  
<[http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S156129532005000200002&script=sci\\_arttext&tIng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S156129532005000200002&script=sci_arttext&tIng=es)> [Consulta: 17 septiembre 2011].
- (6) HERNANDEZ, R., FERNANDEZ, C. y BAPTISTA, P, Metodología de la investigación, México, Mc Graw Hill, 2006. 850 p.
- (7) Lemus, Lissette y MONROY ,Rebeca .Factores de riesgo y hábitos alimentarios en personas de 25 a 35 años, con y sin antecedentes de diabetes mellitus tipo 2 Revista salud pública y nutrición [en línea].México:2011.  
<[http://www.respyn.uanl.mx/xii/2/articulos/diabetes\\_factores\\_de\\_riesgo.htm](http://www.respyn.uanl.mx/xii/2/articulos/diabetes_factores_de_riesgo.htm)>  
[Consulta: Abril-Junio 2011].
- (8) Pino, José y LOPEZ , Miguel. Construcción y validación de un cuestionario para medir conductas y hábitos alimentarios en usuarios de la atención primaria de salud Revista chilena[en línea].Chile:2011.  
<[www.scielo.cl/pdf/rchnut/v38n1/art05.pdf](http://www.scielo.cl/pdf/rchnut/v38n1/art05.pdf)>[Consulta:Marzo 2012].
- (9) Hernandez, Gladys y GUZMAN ,Sonia. Validación de un cuestionario de hábitos alimentarios asociados al consumo de grasas y azúcares.[en línea].Costa Rica:2008.  
<[www.scielo.org.ve/pdf/alan/v58n4/art11.pdf](http://www.scielo.org.ve/pdf/alan/v58n4/art11.pdf)>[Consulta: Marzo 2012].
- (10) WOLTERS, K. Therapy for Diabetes Mellitus and Related Disorders.México. 5ª edición.2007.856p.
- (11) ALVAREZ, M. Manual de Nutrición para Educadores en Diabetes, México,2011.950p.
- (12) Carrasco, E., Flores ,G y Galvaez , C.Manual para educadores en diabetes mellitus.[en línea].Santiago:2007.  
<[https://docs.google.com/viewer?a=v&q=cache:XQikAuSGdL4J:ssmetropolitanonorte.redsalud.gob.cl/url/item/7455cbfdbc2b6fc5e04001011f014926.pdf+caracteristicas+de+alimentacion+para+pacientes+diabeticos+en+libros&hl=es&gl=mx&pid=bl&srcid=ADGEESjdVrTr-rhbo8mZXJfSdm3jaoINqIMfrdq4RyPncNvTPnoBk1yb\\_KhOXkP0C8nuYg38YJhRyr30lo3rYO1oB7nJAM-Hayw\\_fNdc1UFuRYOBdaWijmChgw mceWbbjl-VT49Bamb&sig=AHIEtbS3DZ12BDCcdEw1Ow9cDrVoMIP9pg](https://docs.google.com/viewer?a=v&q=cache:XQikAuSGdL4J:ssmetropolitanonorte.redsalud.gob.cl/url/item/7455cbfdbc2b6fc5e04001011f014926.pdf+caracteristicas+de+alimentacion+para+pacientes+diabeticos+en+libros&hl=es&gl=mx&pid=bl&srcid=ADGEESjdVrTr-rhbo8mZXJfSdm3jaoINqIMfrdq4RyPncNvTPnoBk1yb_KhOXkP0C8nuYg38YJhRyr30lo3rYO1oB7nJAM-Hayw_fNdc1UFuRYOBdaWijmChgw mceWbbjl-VT49Bamb&sig=AHIEtbS3DZ12BDCcdEw1Ow9cDrVoMIP9pg)>  
[Consulta:abril2012]
- (13) David, G. Guía Diabetológica.[en línea].México:2006.  
<[https://docs.google.com/viewer?a=v&q=cache:FBiF9JVjvXEJ:www.dipualba.es/publicaciones/LibrosPapel/Libro sRed/Actuales/Libros/diabetes.PDF+caracteristicas+de+alimentacion+para+pacientes+diabeticos+en+libros&hl=es&gl=mx&pid=bl&srcid=ADGEESj6zwmTQvQaZSstzK5K7xGKXrLQ6BAkQHH3dlcsHBc6k4i\\_zaVwd7q\\_yjeIE2CEWkRCAEU7F6vxaXgw6tldj\\_pxnyDD5brBdTvr59lauLalfhCHy3iWIA6G7NBdcGZ4a4nU1rAL&sig=AHIEtbSLmKCH EYzQwJeYdxod7YNs7U6yJw](https://docs.google.com/viewer?a=v&q=cache:FBiF9JVjvXEJ:www.dipualba.es/publicaciones/LibrosPapel/Libro sRed/Actuales/Libros/diabetes.PDF+caracteristicas+de+alimentacion+para+pacientes+diabeticos+en+libros&hl=es&gl=mx&pid=bl&srcid=ADGEESj6zwmTQvQaZSstzK5K7xGKXrLQ6BAkQHH3dlcsHBc6k4i_zaVwd7q_yjeIE2CEWkRCAEU7F6vxaXgw6tldj_pxnyDD5brBdTvr59lauLalfhCHy3iWIA6G7NBdcGZ4a4nU1rAL&sig=AHIEtbSLmKCH EYzQwJeYdxod7YNs7U6yJw)>  
[Consulta:abril2012].
- (14) Pérez, M y Ruano., A. La alimentación de los diabéticos.[en línea].México:2005.  
<[http://www.fundaciondiabetes.org/documentos/alimentacion\\_ancianos/box\\_alimentacion\\_ancianos.htm](http://www.fundaciondiabetes.org/documentos/alimentacion_ancianos/box_alimentacion_ancianos.htm)>  
[Consulta:abril2012]