

HABITOS NUTRICIONALES EN LOS PACIENTES EN D.P.C.A. DE NUESTRA UNIDAD

M.^aL. Lagarán Gómez, A. Pazos Sierra, I. Hervada Ventín

Enfermeras del Complejo Hospitalario Xeral-Cies. Vigo

INTRODUCCION

El estado nutricional de una persona se puede definir como la relación entre el ingreso y el gasto de nutrientes, es decir, el resultado entre las necesidades nutricionales de un individuo y el grado en que éstas están satisfechas.

Una relación adecuada del estado nutricional permite la detección precoz de la presencia de desnutrición y facilita una buena orientación terapéutica.

La desnutrición proteico-energética se ha descrito como un problema clínico frecuente en los pacientes en programa de diálisis y entre los factores que contribuyen a ello, se señala con importancia la alimentación insuficiente.

Sin embargo, los pacientes con tratamiento en D.P.C.A., el aspecto nutricional se encuentra bastante liberalizado en cuanto a cantidad y tipos de alimentos, del mismo modo que el aporte de líquidos no sufre restricciones si los intercambios funcionan con normalidad.

Los estudios indican la conveniencia de ingerir de 35 a 50 Kcal/Kg/día para adultos normales y entre 30 a 35 Kcal/Kg/clía en obesos. Teniendo en cuenta que los líquidos de diálisis llevan glucosa y parte de ella pasa a la sangre, con lo que se aporta una cantidad adicional de calorías, las cuales deben ser tenidas en cuenta al confeccionar una dieta para estos pacientes, debido a esto, la ingesta de glúcidos en la dieta debe controlarse y los lípidos conviene que sean de origen vegetal por ser más ricos en ácidos grasos polisaturados.

OBJETIVO

1. Conocer los hábitos nutricionales de los pacientes de nuestra Unidad sometidos a tratamiento de D.P.C.A.
2. Valorar los resultados de educación alimentaria personalizada de nuestros pacientes.

MATERIAL Y METODO

Se realizan dos estudios con una diferencia de seis meses.

En el primera se estudian 14 pacientes, 9 hombres (64,28%) y 5 mujeres (35,72%), la edad media es de **47,42** años (de 11 a 63 años).

Al cabo de los 6 meses se hace un segundo estudio, previa información personalizada de la dieta que debe seguir cada paciente, en la cual están incluidos 3 nuevos pacientes, quedando fuera del estudio 7 pacientes que estaban incluidos en el anterior, de los cuales 3 se excluyen por trasplante renal, uno pasa a H.D.R, uno recupera la función renal, otro por exitus y un niño que por ser llevado por los nefrólogos pediátricos fuera de nuestra localidad, es muy difícil hacerle un seguimiento correcto. Por tanto quedan en el 21 estudio 10 pacientes, 5 hombres y 5 mujeres, la edad media es de 52,5 años (de 28 a 77 años).

Valoramos los hábitos alimenticios a través de dos encuestas, en la primera se recogen todos los datos relativos al consumo de alimentos de 24 horas (recordatorio del día anterior), la segunda se refiere a los alimentos consumidos durante siete días de la semana.

Medidas antropométricas:

- Peso/talla
- Pliegue del Tríceps (PT.)
- Índice de masa corporal (B.M.I.)
- Circunferencia del Brazo (C.B.)
- Circunferencia Muscular del Brazo (C.M.B.)

RESULTADOS

Respecto a la Ingesta Calórica de la dieta más lo que aporta el líquido de diálisis, en el 1^{er} estudio (Gráf. 1) tres de los pacientes están dentro del rango recomendado (30-50 Kcal/Kg/día) tres están por debajo y uno por encima. En el segundo estudio. Dos de los pacientes que estaban por debajo del rango pasan al rango normal y uno que estaba en el normal pasa por encima, de los tres nuevos pacientes, dos están por encima del rango y uno por debajo (Gráf. 2).

Las proteínas de la dieta, en el primer estudio dos pacientes ingieren las proteínas recomendadas (1,21,5 gr/Kg/día), cuatro ingieren menos y uno más de las recomendadas (Gráf. 3).

En el segundo estudio tres pacientes están dentro del rango normal, cuatro lo están por debajo y tres por encima (Gráf. 4).

Los lípidos de la dieta, seis pacientes ingieren menos de los recomendados (1,5 gr/Kg/día), uno más de los recomendados (Gráf. 5).

En el segundo estudio ocho ingieren menos y dos más de lo recomendado (Gráf. 6).

Los glúcidos de la dieta más los que aporta el líquido de diálisis, en el primer estudio cuatro pacientes están dentro del rango normal (50-60%), uno sobrepasa el rango normal y dos están por debajo del rango (Gráf. 7). En el segundo estudio cuatro pacientes están en el rango normal, cuatro están por encima y dos están por debajo (Gráf. 8).

Según el valor calórico total de la dieta más el que aporta el líquido de diálisis, con respecto a las proteínas, tres pacientes están dentro del rango normal (15%-20%), tres están por debajo y uno por encima, a los lípidos, cuatro pacientes están dentro del valor normal (25%-35%) y dos lo sobrepasan, glúcidos, cinco están dentro del rango normal (50%-60%), uno está por encima, y uno por debajo del rango (Gráf. 9). En el segundo estudio cinco pacientes están dentro del rango normal de ingesta de proteínas, uno por debajo y cuatro lo sobrepasan, lípidos tan sólo uno está en el rango normal, siete están por debajo y dos están por encima. Glúcidos, cuatro pacientes están dentro del rango normal, dos están por debajo y cuatro lo sobrepasan (Gráf. 10).

Con relación a las kilocalorías totales en relación con los aportes de los Principios Inmediatos, cuatro pacientes ingieren entre 2.000-3.000 Kcal/día, uno más de 3.000 Kcal/día y dos menos de 2.000 Kcal/día (Gráf. 11). En el segundo estudio, cuatro ingieren entre 2.000-3.000 Kcal/día, tres menos de 2.000 Kcal/día y tres, más de 3.000 Kcal/día (Gráf. 12).

En relación con el peso/talla, dos pacientes tienen peso normal, tres tienen sobrepeso, uno es obeso y uno desnutrido leve (Gráf. 13). En el segundo estudio tres pacientes tienen peso normal, tres sobrepeso y cuatro son obesos (Gráf. 14).

Según el Índice de Masa Corporal (B. M. I.), tres pacientes tienen sobrepeso, dos son obesos y dos desnutridos leve (Gráf. 15). En el segundo estudio tres tienen peso normal, tres tienen sobrepeso, dos son obesos y uno desnutrido leve (Gráf. 16).

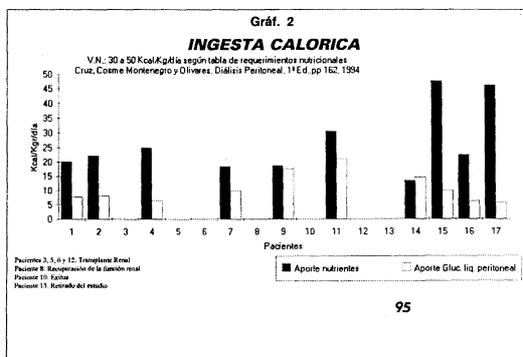
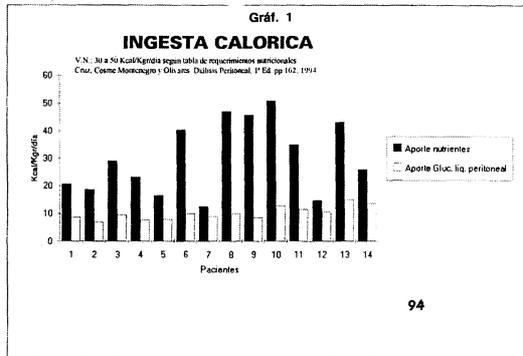
Según la circunferencia muscular del brazo (C.M.B.) dos hombres y dos mujeres están en el percentil 90-95. Una mujer en el 25 y un hombre en el percentil 5 (Gráf. 17). En el segundo estudio, cuatro hombres y tres mujeres están en el percentil 90-95. Un hombre y una mujer en el 75 y una mujer en el percentil 25 (Gráf. 18).

CONCLUSIONES

1. En cuanto al aporte calórico, a pesar de la dieta personalizada, cuatro de nuestros pacientes no alcanzan el rango normal.
2. Con respecto a las proteínas, dos de nuestros pacientes reciclados alcanzan la ingesta normal de proteínas, pero el resto mantienen similares hábitos. Lo que sí cumplen todos, es la ingesta de más proteínas de origen animal que vegetal, pero si la valoración proteica la hacemos sobre el porcentaje de calorías, nos encontramos que cinco pacientes están dentro del rango normal.
3. En el aporte de lípidos más del 50% de nuestros pacientes no llegan a las recomendaciones diarias (1,5 gr/Kg/día).
4. El aporte de glúcidos el 40% están dentro de las recomendaciones diarias, gracias a las aportaciones del líquido de diálisis y otro 40% están por encima de éstas.
5. En cuanto a la ingesta calórica, si tomamos como dieta base una de 2.000 Kcal/día, vemos que nuestros pacientes el 20% toman de 2.000 a 2.500 Kcal/día, el 60% más de 2.500 Kcal/día y el 20% restantes menos de 2.000 Kcal/día, esto nos lleva a tener una población en D.PQA, de 60% de obesos, 10% con sobrepeso, 20% con peso normal y 10% de desnutrición leve.

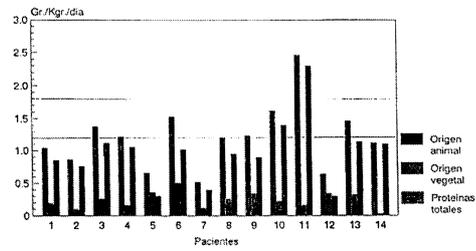
BIBLIOGRAFIA

- Botella Romero, F: Valoración del Estado Nutricional. Manual de Dietética. Pág. 23-37,
Quemada, M.; Sánchez Cabajús: Consumo alimentario en los pacientes en Hemodiálisis. Nefrología, vol. XIV Suplemento 2, 1994. Pág. 73-79.
- Cruz, Cosme; Montenegro, J.; Olivares Martínez, J.: Diálisis Peritoneal. 1ª Edición 1994. Pág. 162-169.
- Jiménez Cruz, A.: Encuestas Alimentarias. Revista Rol de Enfermería n.º 98. Pág. 58.
- Cervera Ral, P: Estado Nutricional, su valoración, Rev. Rol de Enfermería n.º 122. Pág. 65-68.
- Jiménez Cruz, A.; Cervera, P: Hábito y Consumo de Alimentos. 1,2. Rev. Rol de Enfermería n.º 128-130. Pág. 68, 72; 65, 69.
- Cugat, Coral; Cervera Ral: Conceptos Nutricionales, Cantidades de Micronutrientes presentes en los alimentos. Rev. Rol de Enfermería n.º 102, pág. 53-58.



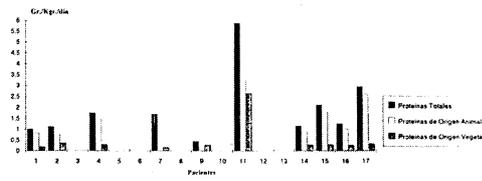
Gráf. 3

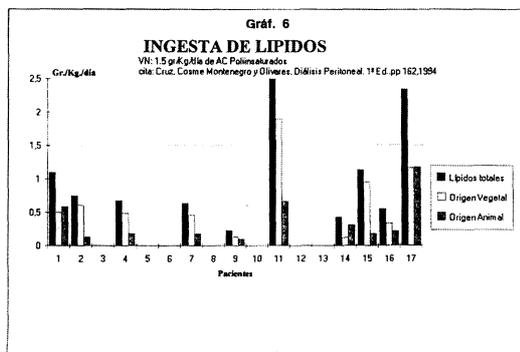
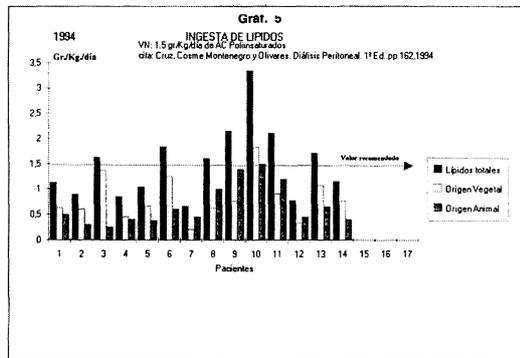
INGESTA PROTEINAS



Gráf. 4

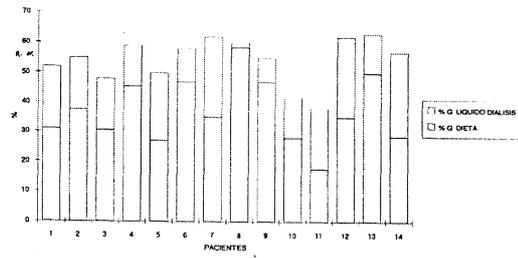
INGESTA PROTEINAS





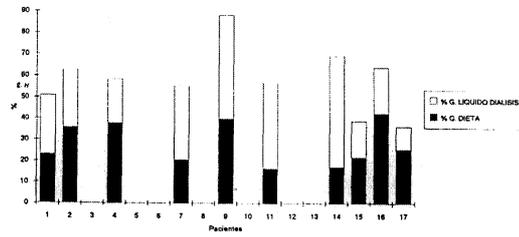
Gráf. 7

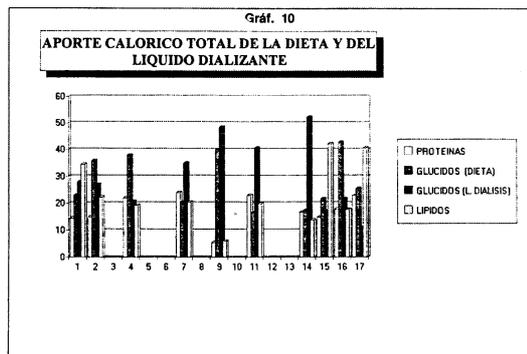
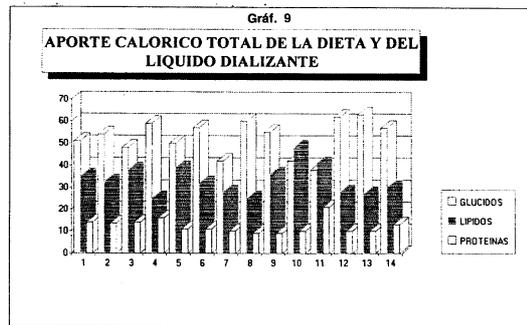
VALOR CALORICO TOTAL APORTADO POR LOS GLUCIDOS

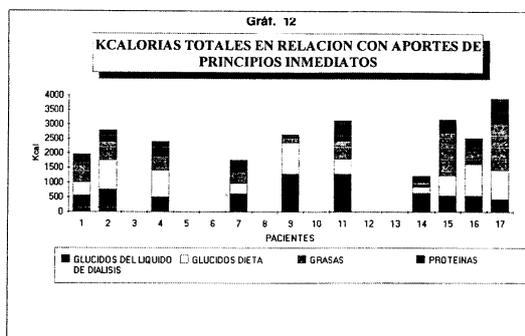
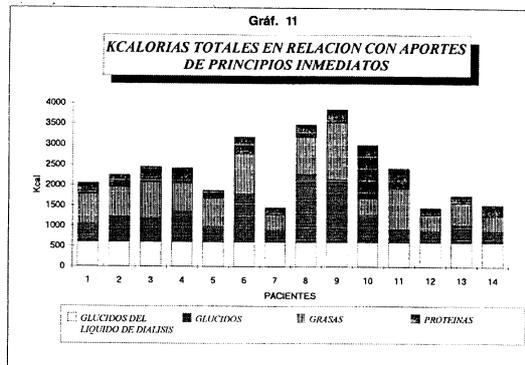


Gráf. 8

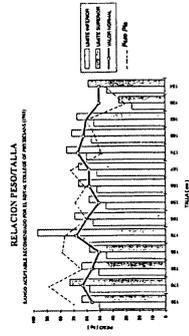
VALOR CALORICO TOTAL APORTADO POR LOS GLUCIDOS



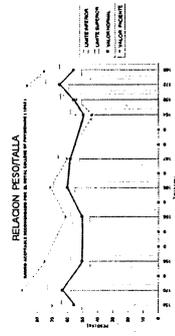




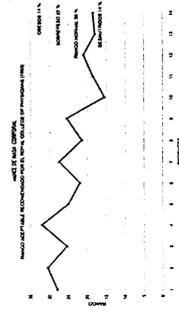
Gráf. 13



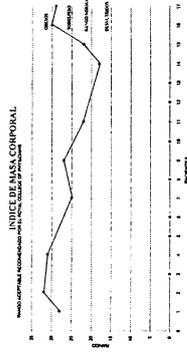
Gráf. 14



Gráf. 15



Gráf. 16



Gráf. 17

CIRCUNFERENCIA MUSCULAR BRAZO C.M.B = C.B .- (3.14 X P.T)			
HOMBRES	Pc	90-95	3
	Pc	50	1
	Pc	25	0
	Pc	5>5	5
MUJERES	Pc	90-95	4
	Pc	50	0
	Pc	25	1
	Pc	5>5	0

Gráf. 18

CIRCUNFERENCIA MUSCULAR BRAZO C.M.B = C.B .- (3.14 X P.T)			
HOMBRES	Pc	90-95	4
	Pc	75	1
	Pc	25	0
MUJERES	Pc	90-95	3
	Pc	75	2
	Pc	25	1