UNIDA Salud
health journal
e-ISSN: 2791-2728

Publicación periódica de acceso abierto, financiada y editada por la Universidad de la Integración de las Américas

Artículo Original

Hábitos alimentarios y estado nutricional en pacientes diabeticos con retinopatía que acuden a una clínica oftalmológica privada de la ciudad de Asunción, Paraguay

Eating habits and nutritional status in diabetic patients with retinopathy attending a private eye clinic in the city of Asunción, Paraguay

Maria Elena Peralta Vazquez[1], Maria Albina Serafini[1] y Circe Antonella Samaniego Vacchetta[1]

[1] Universidad de la Integración de las Américas, Facultad de Salud, Carrera de Nutrición. Asunción, Paraguay.

RESUMEN

Introducción: La retinopatía diabética (RD) es una complicación microvascular crónica, específica de la diabetes. Es una causa importante de pérdida visual en adultos, con consecuencias médicas, sociales y financieras significativas. **Objetivo:** Evaluar los hábitos alimentarios y estado nutricional en diabéticos con retinopatía que acuden a la Clínica Vista 10 de la ciudad de Asunción entre setiembre y noviembre del año 2018. **Metodología:** Descriptivo, observacional de corte transverso. **Resultados:** La mayor parte de la población estudiada fue del sexo femenino (n=33; 65%), la edad media fue de 62,8±11,3 años, el 66% (n=33) estaba casado y el mayor porcentaje presentaba nivel educativo primario (n=20;40%). Según la clasificación del lugar de procedencia la mayor parte de vive en Gran Asunción (n= 46; 92%). Respecto a la frecuencia de consumo de alimentos, se encontró que casi la totalidad de la población realiza el desayuno (96%). El 70% consume lácteos descremados menos de la cantidad recomendada. Solo un 20% consume frutas todos los días. Un poco más de la mitad (52%) consume verduras todos los días. El 70% consume pescado por debajo de las recomendaciones establecidas. 78% consume legumbres menos de la cantidad recomendada. Más de la mitad (58%) consume por debajo de las recomendaciones alimentos integrales. El 54% consume comida casera todos los días. El 56% realiza la cena todos los días. **Conclusión:** los hábitos de la población son deficientes, en relación al consumo de frutas, lácteos, más de la mitad de la población, presento sobrepeso u obesidad.

Palabras clave: retinopatía; hábitos alimentarios; diabetes.

ABSTRACT

Introduction: Diabetic retinopathy (DR) is a chronic microvascular complication, specific to diabetes. It is a major cause of vision loss in adults, with significant medical, social, and financial consequences. **Objective:** To evaluate the eating habits and nutritional status in diabetics with retinopathy who attend the Vista 10 Clinic in the city of Asunción between September and November 2018. **Methodology:** Descriptive, cross-sectional observational. **Results:** Most of the study population was female (n=33; 65%), mean age was 62.8±11.3 years, 66% (n=33) were married, and the highest percentage had a primary education level (n=20;40%). According to the classification of the place of origin, most of them live in Greater Asunción (n= 46; 92%). Regarding the frequency of food consumption, it was found that almost the entire population eats breakfast (96%). 70% consume less than the recommended amount of skim dairy. Only 20% consume fruit every day. Just over half (52%) eat vegetables every day. 70% consume fish below the established recommendations. 78% consume legumes less than the recommended amount. More than half (58%) consume below the recommendations whole foods. 54% consume homemade food every day. 56% make dinner every day. **Conclusion:** the habits of the population are deficient, in relation to the consumption of fruits, dairy, more than half of the population, I present overweight or obesity.

Key words: retinopathy; eating habits; diabetes.

Para correspondencia dirigirse a: makepv1503@gmail.com
Recibido: Enero 20, 2021 - Aceptado: Enero 21, 2022.
Conflictos de interes: Ninguna que declarar.

Este es un artículo publicado en Acceso Abierto bajo Licencia Creative Commons CC-BY, que permite el uso sin restricciones, distribución y reproducción en cualquier medio, siempre que se cite debidamente la obra original.

INTRODUCCIÓN

La prevalencia de la diabetes está aumentando debido a la mayor sobrevida y el cambio en el estilo de vida de la población, llegando incluso a más del 10% en algunos países. Después de 20 años, el 90% de los casos de diabetes tipo 1 y el 60% del tipo 2, tendrían alguna forma de retinopatía y de ellas, el 5% requerirá de tratamiento para evitar una ceguera irreversible.

La retinopatía diabética es la tercera causa de ceguera irreversible en el mundo, pero la primera en personas de edad productiva (16 a 64 años) en países en vías de desarrollo, generando grandes pérdidas económicas(1). Por esto, es urgente desarrollar Programas Nacionales para la detección temprana y tratamiento precoz de una retinopatía. La retinopatía diabética (RD) es una complicación microvascular crónica, específica de la diabetes. Es una causa importante de pérdida visual en adultos, con consecuencias médicas, sociales y financieras significativas. La RD ocasiona pocos síntomas visuales u oculares hasta que provoca pérdida visual; progresa ordenadamente desde cambios mínimos hasta formas más graves si no se interviene terapéuticamente (2).

La alimentación es clave para el tratamiento y buen pronóstico de esta enfermedad, así mismo, la adquisición de hábitos alimentarios saludables es fundamental. Para la investigación se fijó el siguiente objetivo: evaluar los hábitos alimentarios y estado nutricional en diabéticos con retinopatía que acuden a la Clínica Vista 10 de la ciudad de Asunción entre setiembre y noviembre del año 2018.

MATERIALES Y MÉTODOS

Se realizó un estudio descriptivo, no experimental, con enfoque cuantitativo. El universo está compuesto: personas adultas de ambos sexos con retinopatía diabética; en cuanto a la muestra la constituyen personas adultas de ambos sexos con retinopatía diabética que acuden a la Clínica Vista 10 de Asunción entre setiembre y noviembre del año 2019. Las técnicas de recolección de datos fue la encuesta. El muestreo es no probabilístico por conveniencia cuyos criterios se presentan a continuación:

Criterios de inclusión

- Adultos, mayores de 18 años de edad de ambos sexos
- Pacientes con retinopatía diabética que acuden a la consulta
- Pacientes dispuestos a participar del estudio a través de un consentimiento informado

Criterios de exclusión

- Pacientes mayores de 65 años de edad
- Mujeres embarazadas y en periodo de lactancia.

RESULTADOS

Tabla 1. Datos sociodemográficos

Datos sociodemográficos		n	%
Sexo	Masculino	17	34
	Femenino	33	65
Estado civil	Soltero/a	9	18
	Casado/a o unión libre	33	66
	Separado/a o divorciado/a	1	2
	Viudo/a	7	14
Nivel académico	Primaria	20	40
	Secundaria	17	34
	Terciaria	13	26
Ocupación: Clasificación Paraguaya de Ocupaciones	Miembros de los Poderes Ejecutivo, Legislativo y Judicial, y personal directivo de la administración pública y de empresas.	0	0
	Profesionales científicos e intelectuales.	13	26
	Técnicos y profesionales de nivel medio.	0	0
	Empleados de oficina.	0	0
	Trabajadores de los servicios y vendedores de comercios y mercados.	15	30
	Agricultores y trabajadores calificados agropecuarios y pesqueros.	1	2
	Oficiales, operarios y artesanos de artes mecánicas y de otros oficios.	0	0
	Operadores de instalaciones y máquinas y montadores.	0	0
	Trabajadores no calificados.	20	40
	Fuerzas armadas.	1	2
	No trabajadores	0	0
Procedencia	Gran Asunción	46	92
	Interior del país	4	8
	TOTAL	50	100

Fuente: elaboración propia

Grado de severidad de retinopatía diabética

En cuanto al grado de severidad de retinopatía diabética se encontró que la mayor parte de la población se encontró dentro de la clasificación de ¨Sin retinopatía aparente¨ en un 66% (n=33), seguido por ¨Retinopatía diabética proliferativa¨ en un 18% (n=9), ¨Retinopatía no proliferativa leve ¨ en un 12% (n=12), ¨ Retinopatía no proliferativa moderada ¨ en un 2% (n=1) y ¨ Retinopatía no proliferativa severa ¨ en un 2% (n=1). Ver tabla 2.

Tabla 2. Grado de retinopatía de la población

Grado de severidad	n	%
Sin retinopatía aparente	33	66
Retinopatía no proliferativa leve	6	12
Retinopatía no proliferativa moderada	1	2
Retinopatía no proliferativa severa	1	2
Retinopatía diabética proliferativa	9	18
TOTAL	50	100

Fuente: elaboración propia

Frecuencia de consumo de alimentos

Respecto a la frecuencia de consumo de alimentos, se encontró que casi la totalidad de la población realiza el desayuno (96%). El 70% consume lácteos descremados menos de la cantidad recomendada. Solo un 20% consume frutas todos los días. Un poco más de la mitad (52%) consume verduras todos los días. El 70% consume pescado por debajo de las recomendaciones establecidas. 78% consume legumbres menos de la cantidad recomendada. Más de la mitad (58%) consume por debajo de las recomendaciones alimentos integrales. El 54% consume comida casera todos los días. El 56% realiza la cena todos los días (ver tabla 3).

Por otro lado, 76% de la población refirió no consumir bebidas azucaradas, no obstante 20% refirió consumirlas hasta dos porciones por día. En cuanto al alcohol, 66% no lo consume, no obstante, un 32% lo consume hasta dos porciones por día. El 76% de la población consume frituras hasta dos porciones por día. 60% no consume sal. La mitad de la población refirió consumir comida rápida hasta dos porciones por día y más de la mitad (58%) bocadillos dulces hasta dos porciones por día (ver tabla 4).

Estado nutricional

En cuanto al estado nutricional hemos encontrado que solo un 28% de la población se encontraba con peso adecuado al momento de la evaluación. 34% presentó sobrepeso, 20% obesidad grado I, 10% obesidad grado II y 8% obesidad grado III (ver tabla 5).

Tabla 3. Frecuencia de consumo de alimentos (1).

	No consume/ nunca	Ocasional/ menos de lo recomendado	Todos los días/ porciones ideales al día
Consumo de desayuno	n=0 (0%)	n=2 (4%)	n=48 (96%)
Lácteos descremados	n=7 (14%)	n=35 (70%)	n=8 (16%)
Frutas	n=0 (0%)	n=40 (80%)	n=10 (20%)
Verduras	n=0 (0%)	n=24 (48%)	n=26 (52%)
Pescados	n=12 (24%)	n=35 (70%)	n=3 (6%)
Legumbres	n=7 (14%)	n=39 (78%)	n=4 (8%)
Alimentos integrales	n=3 (6%)	n=29 (58%)	n=18 (36%)
Comida casera	n=1 (2%)	n=22 (44%)	n=27 (54%)
Consumo de cena	n=10 (20%)	n=12 (24)	n=28 (56%)

Fuente: elaboración propia

Tabla 4. Frecuencia de consumo de alimentos (2).

	No consume/ nunca	Menos de 1 o hasta 2 porciones/ día	Siempre/3 o más porciones/ día
Bebidas azucaradas	n=38 (76%)	n=10 (20%)	n=2 (4%)
Alcohol	n=33 (66%)	n=16 (32%)	n=1 (2%)
Frituras	n=11 (22%)	n=38 (76%)	n=1 (2%)
Sal	n=30 (60%)	n=14 (28%)	n=6 (12%)
Comida rápida	n=24 (48%)	n=25 (50%)	n=1 (2%)
Bocadillos dulces	n=15 (30%)	n=29 (58%)	n=6 (12%)

Fuente: elaboración propia

Tabla 5. Estado nutricional de la población

Estado nutricional	n	%
Bajo peso	0	0
Adecuado	14	28
Sobrepeso	17	34
Obesidad grado I	10	20
Obesidad grado II	5	10
Obesidad grado III	4	8
TOTAL	50	100

Fuente: elaboración propia

CONCLUSION

La mayor parte de la población estudiada fue del sexo femenino. La edad media fue de 62,8, la mayor parte vive en Gran Asunción.

Grado de severidad de retinopatía diabética se encontró que la mayor parte de la población se encontró dentro de la clasificación de ¨Sin retinopatía aparente.

Respecto a la frecuencia de consumo de alimentos, Casi tres cuartas partes consumen lácteos descremados menos de la cantidad recomendada.

Casi tres cuartas partes consumen pescado por debajo de las recomendaciones establecidas. Casi un ochenta por ciento consume legumbres menos de la cantidad recomendada. Más de la mitad consume por debajo de las recomendaciones alimentos integrales.

En cuanto al alcohol, más de la mitad no lo consume. Tres cuartas partes de la población consumen frituras hasta dos porciones por día. Más de la mitad no consume sal

REFERENCIAS

1. Consejo Internacional de Oftalmología, Asociación Panamericana de Oftalmología. Actualización de la Guía clínica de Retinopatía Diabética para Latinoamérica. Consejo Internacional de Oftalmología, Asociación Panamericana de Oftalmología; 2016.

2. Arámbulo R, Mosca B, Rojas ÁRV. Adherencia a terapia médica nutricional en pacientes con diabetes mellitus tipo 2, de un hospital nacional de nivel III en Lima, Perú. Rev Medica Hered. 2017; 28(3):150–6.