

SEGURIDAD Y EFICACIA DE LAS DIETAS RESTRICTIVAS EN HIPERURICEMIA METABÓLICA

María Dolores Reche Bosquet. Zona Básica de salud De La Carolina. Centro de Salud «La Purísima Concepción».

INTRODUCCIÓN

La incidencia de la hiperuricemia y la gota se ha incrementado en todo el mundo y se asocia frecuentemente a los factores de riesgo del síndrome metabólico. También considerada como un factor de riesgo cardiovascular. Presente en un 5-7% de los pacientes ambulatorios, siendo la incidencia algo superior en la población hospitalizada. La relación varón/mujer se estima en 3:1. Los niveles séricos de ácido úrico van aumentando con la edad, variando también de acuerdo con el peso, altura, tensión arterial, función renal e ingesta alcohólica..

Está comprobado que la dieta junto con el tratamiento farmacológico es eficaz en la reducción del ácido úrico. ¿Pero que efectos negativos y perjudiciales podemos producir con dichas dietas?

Creemos que una dieta totalmente restrictiva es capaz de producir efectos negativos que ponen en riesgo la seguridad del paciente y que además hacen que, no estemos ofreciendo una buena educación para la salud.

Los objetivos son :

▪ GENERALES:

- Evaluar la eficacia de la dieta como tratamiento único en pacientes con hiperuricemia.

▪ ESPECÍFICOS

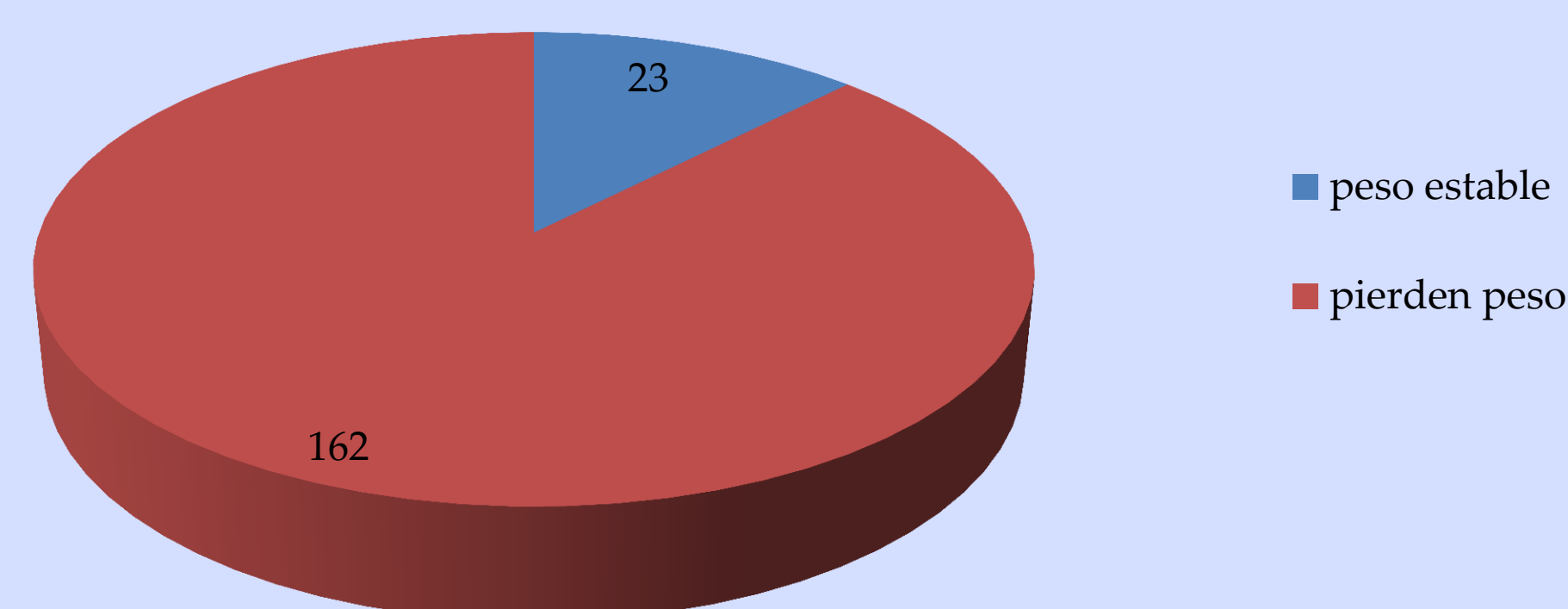
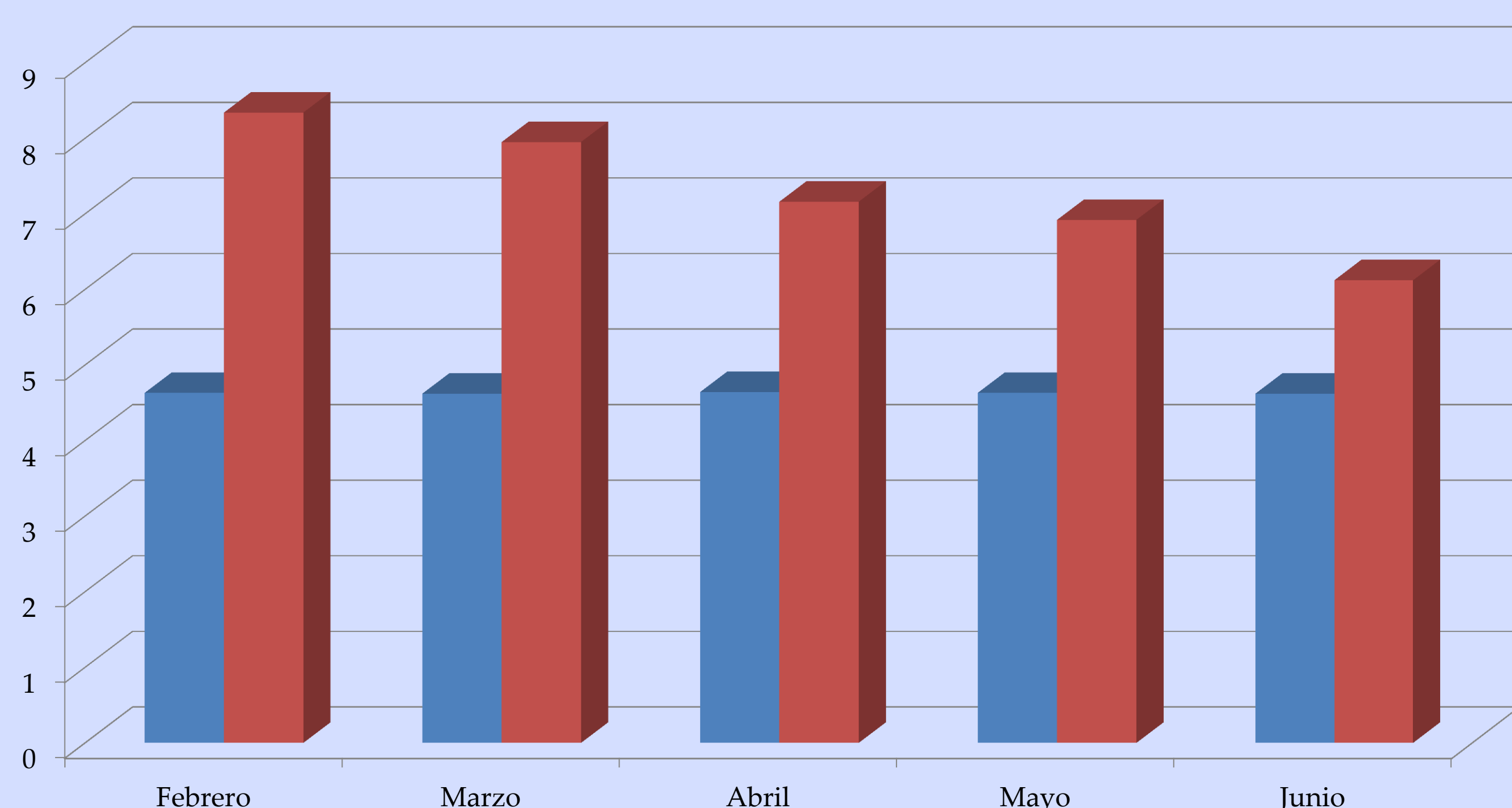
- Evaluar si la dieta produce también efectos no deseados (pérdida de peso y alteración del perfil nutricional)
- Observar si algún paciente presenta algún episodio de litiasis renal.
- Mejorar la educación nutricional ofrecida a los pacientes.

MÉTODO

Estudio descriptivo de 185 pacientes entre 55 y 75 años de edad ,123 hombres y 62 mujeres, con una hiperuricemia entre 7.5 mg/dl y 10 mg/dl., de los cuales, 130 han sufrido episodios de litiasis renal. Todos fueron sometidos a un estudio metabólico, que consistió en un análisis sanguíneo con determinación de urato, perfil nutricional (proteínas totales y albúmina), hemograma completo y control de peso al inicio y al finalizar el estudio. Como variables se utilizaran los parámetros anteriores al comienzo y al final del estudio. Los pacientes serán sometidos a dietas pobres en purinas y en dicha dieta se incluirán ácidos cítricos para intentar prevenir las litiasis renales.

RESULTADOS

Hemos podido observar que el 79% de los pacientes han bajado sus cifras de urato, mientras que el 21% han mantenido las cifras igual que al inicio del estudio. En cuanto al perfil nutricional se han observado cambios en 164 pacientes , observándose descenso de albúmina sin verse alterados los valores de proteínas totales. Al mismo tiempo se ha observado pérdida de peso en 95 pacientes, manteniéndose estable en el resto. Ningún paciente ha presentado episodios de litiasis renal.



CONCLUSIONES

En el siguiente estudio se ha logrado observar que una dieta pobre en purinas ha sido efectiva a la hora de reducir los niveles de urato, sin embargo estos valores se han reducido en pequeña cantidad, conllevando a que el propio organismo, en el 88,64% de los casos haya utilizado sus propias proteínas para producir urato, con la consecuente pérdida de peso y alteración nutricional de los pacientes (51,35%). De ahí que las dietas no sean totalmente restrictivas, ya que cuanto más agresiva sea la dieta con respecto a la reducción de purinas , más agresivo podría ser el mecanismo compensador por parte del organismo,. En cuanto a la dieta , se introdujeron jugos de limón diarios, con el fin de mantener alcalinizada la orina y así evitar litiasis renales.

BIBLIOGRAFIA

- Tratamiento dietético de la hiperuricemia. Lic. Florencia Fernández Martínez; 17/01/2013. <http://www.tuendocrinologo.com/site/nutricion/planes-de-alimentación/tratamiento-dietetico-de-la-hiperuricemia.html>
- McLellan, Kátia Cristina Portero; Bernardi, Julia Laura Delbue; Barbalho, Sandra María. Enfoque metabólico y la dieta en la hiperuricemia y gota . 24 (1):29-32, jan.-mar. 2009.