

DIETA ESTRICTA DIABETICA PARA UN MEJOR CONTROL DE LA DIABETES

Autores: López Ramos , Juan Antonio y García Ayala, Cristina

INTRODUCCION: La importancia de esta enfermedad viene dada por su elevada y creciente incidencia en el mundo desarrollado, habiendo sido calificada por la OMS como la epidemias del siglo XX. El tratamiento de la misma comprende , control de la dieta, el ejercicio físico y el tratamiento farmacológico con insulina o antidiabéticos orales, dependiendo del tipo y estadio. La diabetes es un desorden del metabolismo, el proceso que convierte el alimento que ingerimos en energía. La insulina es el factor más importante en este proceso. Durante la digestión se descomponen los alimentos para crear glucosa, la mayor fuente de combustible para el cuerpo.

OBJETIVOS: Valorar la eficacia de someter a un grupo de diabéticos insulino dependientes (grupo experimental) a una dieta estricta diabética, comparándolo con un grupo control. Verificando un mejor control de diabetes en el grupo experimental.

MÉTODO: La metodología llevada a cabo ha sido un ensayo clínico cuasiexperimental. La muestra está formada aleatoriamente por un numero de 100 diabeticos, todos con el mismo tratamiento. Formaremos 2 grupos al 50% de esos 100:

- Grupo Experimental→ se somete a una dieta estricta diabetica
- Grupo Control→ se somete a una dieta diabetica

Tomamos muestras de glucemias capilar diariamente durante 2 meses (perfil de 3 puntos) y hemoglobina glicosilada (1 vez a la semana).

La tecnica de recogida de datos sera de la historia del paciente, anotaremos los controles tanto de glucemias como hemoglobinas glicosiladas en el tiempo que dura el estudio.

El analisis de los datos siendo un estudio cuasiexperimental se hara con:

- T de student
- Anova
- Y regresion lineal

RESULTADOS: Considero nivel optimo de glucemias, los comprendidos entre el intervalo de 120-140 mg/dl y de Hemoglobina glicosilada los valores iguales o menores de 6 mg/dl.



CONCLUSIONES: Viendo los resultados, la relación entre dieta estricta diabética y mejor control glucémico, queda verificada. El grupo experimental al que se sometió a una dieta estricta diabética ha mejorado notablemente sus cifras de glucemias y hemoglobina glicosilada, en comparación al inicio del estudio y comparándolo con el grupo control.

BIBLIOGRAFIA: Barlow, D. Hersen. "Diseños experimentales de caso único" Ed. Martínez Roca.
Lluch M.T., Miguel M.D., Sabater P., "Diseños de caso único o N=1: su importancia en enfermería".
Aguirre Jaime, Armando. Introducción al tratamiento de series temporales. Aplicación a las Ciencias de la Salud. Ed. Díaz de Santos, Madrid 1994
Chatfield, C. The Analysis of Time Series: An Introduction. Ed. Chapman and Hall. London, 2003.