

Factores de riesgo en la litiasis renal y su asociación con el desarrollo de la enfermedad en pacientes adultos de la Provincia de Manabí (Cantón Manta-Tosagua-Jipijapa)

AUTORES:

Isabel Zamora Intriago¹

Cedeño Zambrano Maria Dayana²

Espinal Mena Genesis Briggette ²

Pincay Ponce Keyla Nathaly²

Soledispa Tello Fernando Rafael ^{*2}

¹ Docente de la facultad de Ciencias Médicas de la Uleam

² Estudiantes de la facultad de Ciencias Médicas de la Uleam

*Autor (a) para la correspondencia: e1315252039@live.uleam.edu.ec

Resumen

El objetivo de este trabajo es: evaluar los factores de riesgo en la litiasis renal y su asociación con el desarrollo de la enfermedad en pacientes adultos de la ciudad de Manta. En este estudio se incluyeron pacientes con litiasis renal, con una muestra de 20 personas. En la recolección de datos se tomaron en cuenta varios parámetros como hábitos alimenticios, antecedentes personales y actividad física. Se obtuvo el siguiente resultado: un 60% de los encuestados consume carne de 3-5 veces a la semana y también se observó el 45% consume queso 5 o más veces a la semana. El 100% de las personas encuestadas presentaron antecedentes personales, La mayoría de la población adulta no realiza actividad física aparte de su trabajo, en gran parte por la falta de disponibilidad de tiempo o cansancio, aunque varios tienden a pasar sentados y esto favorece al desarrollo de litiasis.

Palabras claves: Litiasis renal, estilo de vida, factores de riesgos, urolitiasis, calculo renal, cólico nefrítico.

ABSTRACT

The objective of this work is: to evaluate the risk factors in renal lithiasis and its association with the development of the disease in adult patients from the city of Manta. In this study, patients with renal lithiasis were included, with a sample of 20 people. In the data collection, several parameters were taken into account, such as eating habits, personal history and physical activity. The following result was obtained: 60% of those surveyed consume meat 3-5 times a week and 45% also consume cheese 5 or more times a week. 100% of the people surveyed presented a personal history. The majority of the adult population does not carry out physical activity apart from their work, largely due to lack of time availability or fatigue, although several would use to spend sitting and this favors development of lithiasis.

Key words: Renal lithiasis, lifestyle, risk factors, urolithiasis, kidney stone, renal colic.

Introducción

Los cálculos renales son concreciones de diferentes sales minerales, incorporadas en una matriz orgánica, que se originan en el riñón o vías urinarias superiores. La litiasis renal es causa de considerable morbilidad debido al dolor, hematuria o infección que puede originar la eliminación de un cálculo. (González, 2013)

Los factores de riesgos incluyen: edad, sexo, raza, clima, ocupación, ingesta de agua y hábitos nutricionales; jugando un papel importante en la creciente prevalencia de la litiasis renal los factores dietéticos y de estilo de vida.

Su incidencia aumenta después de los 20 años, y es máxima entre los 40 y los 60 años en hombres, mientras que las mujeres tienen una incidencia bimodal, con un segundo pico después de los 60 años quizá por la pérdida del efecto protector de los estrógenos. (Farrera & Acebes, 2015)

Además, en la actualidad hay una mayor equidad probablemente por los cambios de estilo de vida y dieta que vamos tomando poco a poco que nos conlleva a un aumento de población obesa.

Se considera que es una enfermedad crónica, ya que diversos estudios que se han realizado en este sentido, el 60% de los pacientes que han tenido un episodio de litiasis renal tendrán otro en un plazo máximo de diez años, el 35% antes de los cinco años y el 15% antes de cumplirse el primer año. (Sebben & Polidoro, 2007).

Desarrollo

Metodología.

Diseño del Estudio.

El diseño de la investigación es cualitativo-inductivo.

Población y Muestra.

Se estudió a un grupo de población que corresponde a pacientes que ya han sido diagnosticados con litiasis, en la provincia de Manabí (Cantón Manta-Tosagua-Jipijapa). La muestra es por conveniencia y corresponde a 20 personas.

Variables.

Variable cuantitativa: edad, frecuencia consumo de carne, frecuencia consumo queso, frecuencia consumo bebidas alcohólicas, cantidad de agua ingerida por día, tiempo que realiza una actividad física o deporte, cantidad de sueño.

Variable cualitativa: sexo, etnia, procedencia, antecedentes personales/familiares, padece de alguna enfermedad, tipo de agua para el consumo diario, tipo de deporte que realiza, consumo de tabaco.

Técnicas de recolección de datos.

El instrumento empleado en esta investigación es un híbrido, porque se tomaron preguntas de varios instrumentos utilizados en otras investigaciones como la tesis de Karin Quintanilla y del proyecto de Mendel Steinzappir Navia.

El instrumento aplicado tiene 4 apartados, los cuales mencionan aspecto sociodemográfico, factores dietéticos, estilo de vida y conocimiento; como el consumo de queso, carne, cantidad, tipo de agua ingerida por día, hábitos de fumar, beber alcohol, los antecedentes personales/familiares, el tiempo que realiza una actividad física o deporte, las horas de sueño etc.

Análisis de datos.

Para el análisis de la información se utilizará Word, programa que pertenece el paquete del Microsoft Office, y la información estadística se procesó a través del programa Excel.

Se valoraron los resultados obtenidos de las encuestas realizadas en Google Forms.

Consideraciones Éticas.

Se les compartió al grupo objetivo el consentimiento informado para que lo analizaran y posteriormente fuera firmado, en el mismo le especificaba que se respetaría la privacidad de cada

una de las personas, además garantiza la honestidad por parte de investigadores y pacientes, lo mismo que tienen derecho a conocer los hallazgos.

Resultados

Con respecto a la Características sociodemográficas se obtuvieron los siguientes resultados

Que el 60% corresponden al género masculino y el 40%. Al femenino. El rango de edad donde más se manifiesta la enfermedad es entre 31 a 50 años. El grupo étnico con mayor prevalencia fueron los mestizos con 65%.

Cabe señalar que el 70% son de procedencia urbana, y el resto 30% pertenece a la zona rural, los cuales desarrollan la enfermedad por el consumo mayoritario de carnes rojas y queso.

Las patologías que prevalecieron son la diabetes mellitus y la hipertensión arterial, algunos participantes incluso presentaban ambas enfermedades, estas patologías están relacionadas al desarrollo de litiasis renal.

Factores dietéticos y estilo de vida

VARIABLES		n	%
Consumo de carne	1-2 veces a la semana	7	35%
	3-4 veces a la semana	8	40%
	5 veces o mas	4	20%
	No consume carne	1	5%
		TOTAL	100%

Consumo de queso	1-2 veces a la semana	8	40%
	3-4 veces a la semana	2	10%
	5 veces o mas	9	45%
	No consume queso	1	5%
		TOTAL	100%

Tipo de consumo de agua	Pozo	4	20%
	Rio	0	0%
	Hervida	2	10%
	Clorada	0	0%
	Bidón	14	70%
		TOTAL	100%

Cantidad ingerida de agua al día	Menos de 2 litros por día	9	45%
	2-3 litros por día	10	50%
	Más de 3 litros por día	1	5%
		TOTAL	100%

Consumo de bebida azucaradas	1-2 veces por semana	7	35%
	3-4 veces por semana	4	20%
	Todos los días	3	15%
	Pocas veces al mes	6	30%
	No consume	0	0%
		TOTAL	100%

		Recuento
Tipo de actividad física	Caminar	6
	Trotar	1

	Levantamiento de pesas	1
	Trabajo forzado	6
	Quehacer domestico	3
	No realiza	6

Tiempo de actividad/deporte que realiza	15 minutos al día	2	10%
	30 minutos al día	5	25%
	1 hora o mas	3	15%
	No realiza	10	50%
		TOTAL	100%

Consumo de tabaco	1-5 cigarrillos por día	2	10%
	5-15 cigarrillos por día	1	5%
	1 cajetilla por día o mas	1	5%
	Solo en eventos sociales	3	15%
	No consume	13	65%
		TOTAL	100%

Consumo de bebidas alcohólicas	1-2 veces por semana	0	0%
	3 veces o más por semana	0	0%
	1-2 veces por mes	3	15%
	3 veces o más por mes	2	10%
	Solo en eventos sociales	9	45%
	No consume	6	30%
		TOTAL	100%

Tiempo en que permanece sentado	1-4 horas	5	25%
	5-7 horas	6	30%
	8 horas o mas	5	25%
	No permanece sentado	4	20%
		TOTAL	100%

Fuente: Propia de los investigadores

Se determinó que el 95% de las personas consumen carne en promedio 2 a 4 veces por semana, referente al consumo de queso el 95% de los participantes consumen queso como mínimo 1 a 2 veces por semana. El 70% de los encuestados beben agua de bidón, la cantidad de consumo de agua fue entre 1 a 3 litros al día en el 95%. El 100% de los participantes consumen bebidas azucaradas como mínimo una vez a la semana.

Con respecto al apartado de los estilos de vida, los tipos de actividad física que predominaron fueron caminata y trabajo forzado, además otra parte de los encuestados no realizan ninguna actividad, estos datos fueron recopilados por medio de pregunta tipo “casilla” ya que un participante podría optar por 2 o más actividades de las opciones posibles. El 75% no realiza ningún deporte.

A pesar de que el tabaco es un factor desencadenante de la litiasis el 75% de los participantes no consumen, con respecto a las bebidas alcohólicas el 70% consume alcohol del cual el 45% solo lo hace en eventos sociales. En los hábitos de sueños el 70% duerme menos de 8 horas o trasnocha

con frecuencia. Por último, se determinó que el 80% de los participantes permanecen sentados entre 1 a 8 horas diarias.

Conocimiento

La gran mayoría de participantes tiene una idea de que es la litiasis renal, muchos de ellos la definen como “piedras en los riñones”. Lo que si demostraron que en su mayoría no saben cuáles son los factores desencadenantes de la litiasis renal, esto también da a entender que el desconocimiento de los mismos da pie a que desarrollen la litiasis renal o que si ya la posee esta se exacerbe. Como ya se pudo observar entre los participantes del estudio, están bastante extendido el consumo de proteínas animales, alientos grasos, los cuales son factores desencadenantes, también así el consumo de queso que es un alimento rico en sodio.

En los estilos de vida, se encuentra el factor común de sedentarismo y malos hábitos como consumo de alcohol.

En su mayoría manifiestan la sintomatología presentada antes del diagnóstico de la enfermedad, sin embargo, hace falta que identifiquen en base a sus factores de riesgo a que se relacionan los síntomas presentados. También así se debe implementar una cultura de buenos hábitos alimenticios y fomentar la actividad física, además la costumbre de realizarse chequeos médicos cada cierto periodo de tiempos para poder detectar no solamente litiasis renal sino también demás patologías.

Discusión

Por la región del país en la que nos encontramos, se puede observar que las personas diagnosticadas con litiasis renal consumen carne y queso varias veces a las semanas. Lo que concuerda con los datos obtenidos en el estudio realizado por Adela Ayala en el afirma que el factor de riesgo en el desarrollo de la litiasis renal es la dieta, especialmente si ésta es rica en grasas saturadas, insaturadas, azúcares y proteínas animales. (Ayala, 2008).

En esta investigación se encontró el 70% de los encuestados beben agua de bidón, la cantidad de consumo de agua fue entre 1 a 3 litros al día en el 95% de los casos lo que sugiere que los participantes tienen una ingesta de agua normal, que es beneficioso. Según una encuesta nutricional aplicada en el programa de litiasis renal en la Clínica las Condes muestra que entre sus factores de riesgo se concentraron: baja ingesta hídrica en 61%. (Barba K. Y.)

Con referente al tabaco a parte del daño a nivel pulmonar el tabaco puede provocar la aparición de litiasis renal, sin embargo, muchas personas de la investigación no lo consumen lo que es bueno. Según Raquel Barba entre la larga lista de efectos nocivos del tabaco podemos añadir que también aumenta el riesgo de desarrollar una enfermedad renal en personas con diabetes. El mecanismo por el cual el tabaco daña al riñón (efecto nefrotóxico) no es bien conocido, se sabe que altera la función de la pared de los vasos sanguíneos. (Barba R. , 2005)

CONCLUSIÓN

- Los factores de riesgos que conllevan a desarrollar litiasis renal en su mayoría son desconocidos por las personas que padecen la enfermedad, por esto es importante informar a la comunidad para así disminuir los riesgos que estos pueden presentar. Mediante este estudio se logró comprobar que los factores de riesgo de litiasis renal de mayor prevalencia fueron por el estilo de vida que llevan debido al sedentarismo y su dieta alta en proteínas animal y sal.
- También así es necesario que las personas conozcan información nutricional básica de los alimentos que consumen, el tipo y cantidad de agua que deben consumir. Por otro lado, el cambio de estilo de vida es fundamental en la prevención de la litiasis, ya que el sedentarismo y mala alimentación además de aumentar el riesgo de litiasis renal provoca otras patologías.
- Por ende, promocionar más el bienestar de la salud a largo plazo es muy favorecedor, debido a que los hábitos y conductas que hemos tomado a lo largo de este tiempo no son fáciles de cambiar.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ayala, A.-E. G. (Febrero de 2008). *ELSEVIER*. Obtenido de <https://www.elsevier.es/es-revista-farmacia-profesional-3-articulo-litiasis-renal-13116003#:~:text=Los%20factores%20de%20riesgo%20generales,a%20profesiones%20y%20actividades%20sedentarias>.
- Barba, K. Y. (s.f.). *Dspace*. Obtenido de <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/19552/1/Tesis%20Karin%20Quintanilla.pdf>
- Barba, R. (2005). *elmundo.es*. Obtenido de <https://www.elmundo.es/elmundosalud/2005/10/19/tabaco/1129738586.html>
- Farrera, M. S., & Acebes, A. d. (2015). *AMF*. Obtenido de Actualización en medicina de familia : https://amf-semfyc.com/web/article_ver.php?id=1439
- González, D. G. (Septiembre de 2013). *Elsevier* . Obtenido de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864013702268#:~:text=Los%20c%C3%A1lculos%20renales%20son%20concreciones,porcentaje%20por%20fosfato%20de%20calcio>.
- Sebben, S., & Polidoro, S. (2007). Urolitíase e fatores associados. *Arquivos Catarinenses de Medicina*, 36(2), 99-106. Obtenido de <http://www.acm.org.br/acm/revista/pdf/artigos/494.pdf>