

## Dieta vegetariana en un paciente con diálisis peritoneal: a propósito de un caso

**Sandra Peña Blázquez**

Fundació Puigvert I.U.N.A. Barcelona. España

### Introducción:

El estado nutricional adquiere una relevancia importante en la enfermedad renal con tratamiento de diálisis peritoneal (DP). Los niveles de potasio y fósforo, inicialmente no se ven afectados debido a la continuidad de los pases, pero en cambio, a través de los intercambios peritoneales, se pierde albúmina, por lo que la dieta requiere un aporte adicional de proteínas.

Cuando se inicia DP, la alimentación variará para adaptarse a los requerimientos específicos de la enfermedad. Concretamente, una dieta vegetariana, se clasifica en varias categorías, en función de los tipos de alimentos que se incluyan. Entre ellas, lacto-vegetariana, lacto-ovo-vegetariana, pesco-vegetariana y vegana. El origen de las proteínas cambiará dependiendo de la dieta escogida.

Las preferencias dietéticas del paciente deben respetarse al tiempo que adaptarse a las necesidades nutricionales y esto requiere educar al paciente para que obtenga conocimientos sobre la dieta en el conjunto del tratamiento. El objetivo del estudio es conseguir que el paciente presente un óptimo estado nutricional, adaptando sus preferencias alimentarias.

### Estudio de un caso clínico:

Varón de 71 años de edad, con antecedentes de Diabetes Mellitus Tipo II desde 2004 y con Enfermedad Renal Crónica en Estadio 5, en tratamiento sustitutivo renal con DP desde septiembre de 2014. Tras la valoración de enfermería y resultados analíticos previos al inicio del tratamiento sustitutivo, se recomendó añadir a la dieta, proteína animal compuesta por pavo, dado que el paciente manifestó seguir una dieta ovo-lacto-vegetariana.

Mensualmente se cursaron analíticas de sangre para determinar las necesidades de nutrientes, ajustando la dieta, si procedía. Los ocho primeros meses en diálisis se mantuvo la dieta con aporte proteico animal, a partir del noveno mes, al conseguir valores analíticos óptimos, se valoró reiniciar la dieta ovo-lacto-vegetariana, propia del paciente. Las actuaciones de enfermería consistieron en planificar un menú semanal personalizado compuesto principalmente por vegetales, legumbres y cereales, que aportara las suficientes proteínas para compensar las pérdidas, un aporte calórico adecuado para prevenir un aumento de peso y un control de la ingesta de potasio, fósforo y calcio para evitar posibles complicaciones.

Durante el proceso se estudiaron los siguientes valores analíticos: pre albumina antes de iniciar DP, con la dieta inicial y con la dieta ovo-lacto-vegetariana. Cada trimestre: la adecuación de DP (kt/v), aclaramiento de creatinina, colesterol, triglicéridos, HDL, LDL, proteínas y mensualmente: potasio, calcio, fósforo, albúmina y bicarbonato.

Los principales resultados analíticos estuvieron dentro de la normalidad, conservando unos valores apropiados de albúmina entre 37 y 47 g/l y de proteínas entre 65-80 g/l en sangre con una ingesta proteica adecuada, manteniendo un correcto estado nutricional, mejorando ligeramente los valores de potasio, fósforo y calcio e incluso disminuyeron los niveles de colesterol, triglicéridos y HDL.

### Conclusiones:

Las preferencias dietéticas del paciente y su adherencia al tratamiento permiten flexibilidad para ajustar el menú semanal. Una dieta vegetariana en Diálisis Peritoneal puede ser viable, siempre con un asesoramiento dietético adecuado proporcionado por profesionales de enfermería.