

Cartas al director

Comportamiento de las cifras de glucemia en pacientes diabéticos tipo 2 con la ingesta de dos desayunos con la misma cantidad de carbohidratos



Figures performance of glycemia in type 2 diabetic patients with intake of two breakfast with the same amount of carbohydrates

Señor director:

Hemos leído con interés el artículo titulado “Comportamiento de las cifras de glucemia en pacientes diabéticos tipo 2 con la ingesta de dos desayunos con igual cantidad de carbohidratos”¹. Resaltamos la importancia de realizar un estudio en el cual se observe la variabilidad de la glucemia postprandial de acuerdo al tipo de carbohidrato suministrado, especialmente para pacientes con diabetes que necesitan una terapia nutricional que sea beneficiosa para su tratamiento.

Sin embargo, hay que tener en cuenta la variabilidad de las glucemias postprandiales. Se observó que el comportamiento más estable era cuando los pacientes consumían la galleta a diferencia del pan. A pesar de que los ingredientes utilizados para la elaboración son mencionados en la metodología del estudio, no se indica la proporción utilizada de cada ingrediente, en especial en el caso de la galleta (solo indica que se utilizaba harina integral y de avena en hojuelas). Estas son las únicas diferencias que logran que la galleta tenga un tipo de almidón no digerible mayor al del pan. Esto es importante de mencionar, ya que el tipo y la cantidad de carbohidratos, la naturaleza del almidón, la cantidad de proteína y grasa, fibra dietaria e incluso el procesamiento del alimento generan niveles de glucosa en sangre² diferentes. En un estudio similar, en el cual buscaban observar la respuesta postprandial de un alimento al cual se le había adicionado una mezcla de fibra viscosa lograron observar un resultado mucho mayor, ya que este fue comparado con otros tipos de alimentos, como pan y pan con mantequilla².

Un metaanálisis reportó que las intervenciones realizadas en diferentes estudios en los que se le indicaba al paciente un alimento con contenido de fibra generaba una reducción final del HbA1c³, lo cual reafirma que el consumo de fibra disminuye el vaciamiento gástrico, la liberación de glucosa y logra que la respuesta insulínica sea mucho más estable^{2,4}. Debido a esto, cuando se desea evaluar la variación glucémica, no solo se debe evaluar la cantidad de carbohidratos, sino también el consumo de fibra habitual que realiza una persona.

Referencias

1. Rueda E, Maldonado Y, Caballero L. Comportamiento de cifras de glucemia en pacientes diabéticos tipo 2 con la ingesta de dos desayunos con igual cantidad de carbohidratos. *Nutr Hosp.* 2015;31(4):1558-1565.
2. Jenkins A, Jenkins D, Wolever T, Rogovik A, Jovanovski E, Božikov V, Rahelić D, Vuksan V. Comparable Postprandial Glucose Reductions with Viscous Fiber Blend Enriched Biscuits in Healthy Subjects and Patients with Diabetes Mellitus: Acute Randomized Controlled Clinical Trial. *Croat Med J.* 2008;49:722-782.
3. Silva F, Kramer C, de Almeida J, Steemburgo T, Gross J, Azevedo M. Fiber intake and glycemic control in patients with type 2 diabetes mellitus: a systematic review with meta-analysis of randomized controlled trials. *Nutr Rev.* 2013;71(12):790-801. Disponible en:
4. Yu K, Ke MY, Li WH, Zhang SQ, Fang XC. The impact of soluble dietary fibre on gastric emptying, postprandial blood glucose and insulin in patients with type 2 diabetes. *Asia Pac J Clin Nutr.* 2014;23(2):210-8.

Rueda E. et al. han decidido no ejercer su derecho a réplica

Katherine Córdor Marín y
Angie Hamasaki Matos

Nutrición y Dietética. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC), Perú.

DOI:10.3305/nh.2015.32.2.9226

Correspondencia: Angie Hamasaki Matos.

Nutrición y Dietética.

Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC).

E-mail: angie.hamasaki@gmail.com

Recibido: 10-V-2015.

Aceptado: 28-V-2015.