

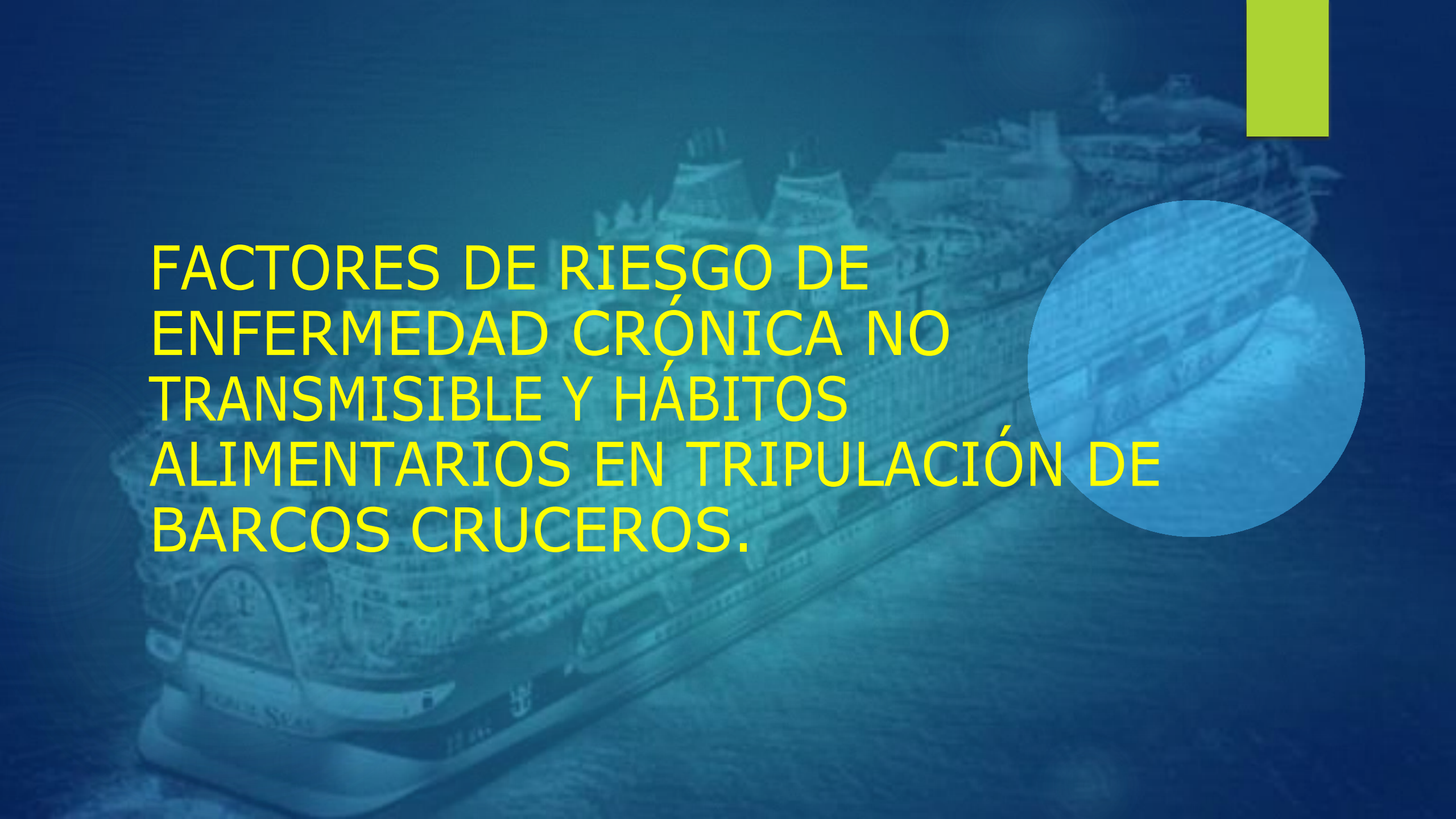


Master Sanidad Marítima

TRABAJO FINAL DE MASTER



DRA. ELISA M. PIETER PÉREZ



FACTORES DE RIESGO DE
ENFERMEDAD CRÓNICA NO
TRANSMISIBLE Y HÁBITOS
ALIMENTARIOS EN TRIPULACIÓN DE
BARCOS CRUCEROS.

ENFERMEDADES CRÓNICA NO TRANSMISIBLES (ECNT)

- ▶ Las enfermedades no transmisibles (ENT) representa 74% de todas las muertes a nivel mundial.
 - ▶ Enfermedades cardiovasculares (17,9 millones p/año) *
 - ▶ Cáncer (9,3 millones p/año).
 - ▶ Enfermedades respiratorias crónicas (4,1 millones p/año)
 - ▶ Diabetes (2,0 millones incluida patología renal diabética).
- ▶ Factores de riesgo :
 - ▶ Tabaco.
 - ▶ Inactividad física.
 - ▶ Consumo nocivo de alcohol.
 - ▶ Hábitos alimentarios poco saludables.

FACTORES DE RIESGO DE ENFERMEDAD CRÓNICA NO TRANSMISIBLE Y HÁBITOS ALIMENTARIOS EN TRIPULACIÓN DE BARCOS TIPO CRUCERO.

Objetivo:

Evaluar los hábitos alimentarios y la presencia de factores de riesgo de ECNT en tripulación de barcos tipo crucero.

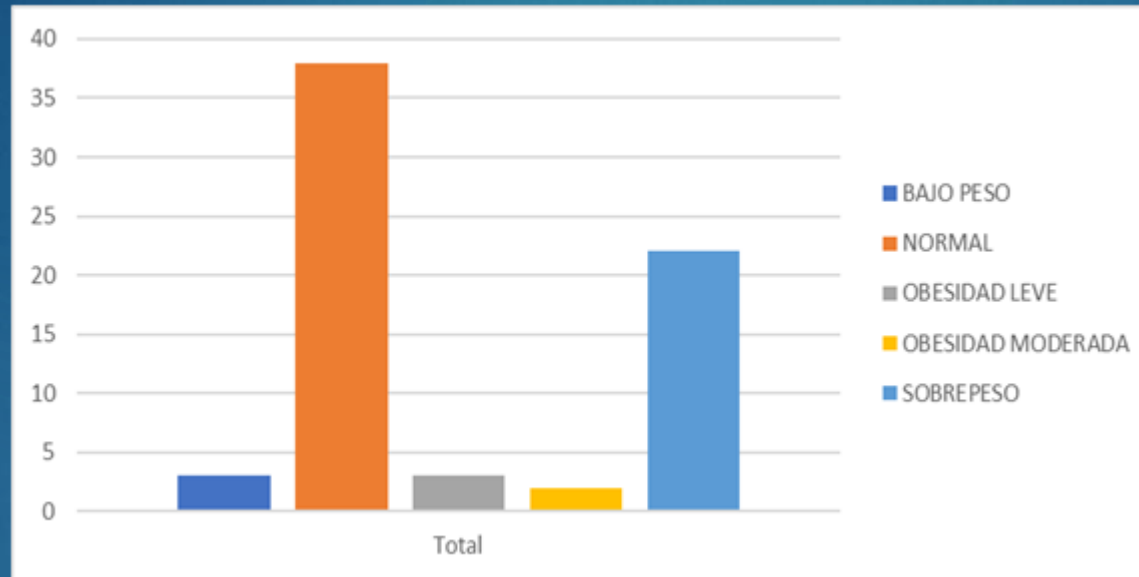
Plan de trabajo /Metodología:

- Población : 70 tripulantes de embarcación tipo crucero. (25-60 años)
- Parámetros medidos:
 - Anamnesis
 - Espirometría
 - Analítica de sangre (glicemia, hemoglobina glucosilada y perfil lipídico).
 - Nivel de actividad física.
 - Hábitos tóxicos (Tabaco, consumo de alcohol).
 - Cuestionario sobre frecuencia de consumo de alimentos .

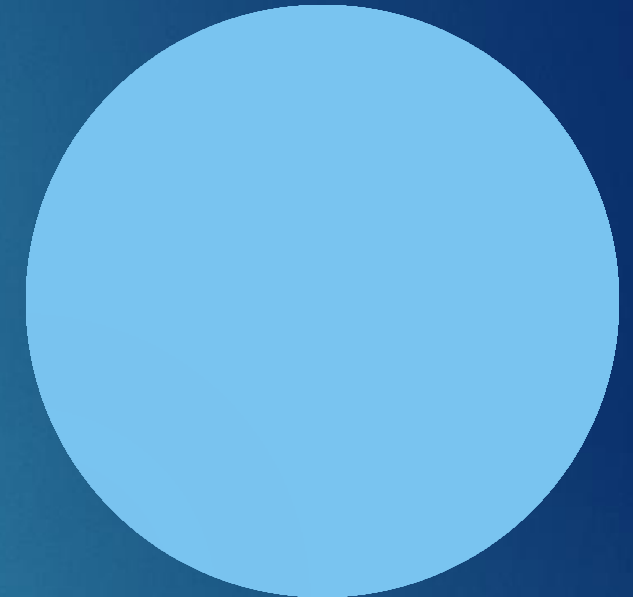
Resultados:

Peso corporal

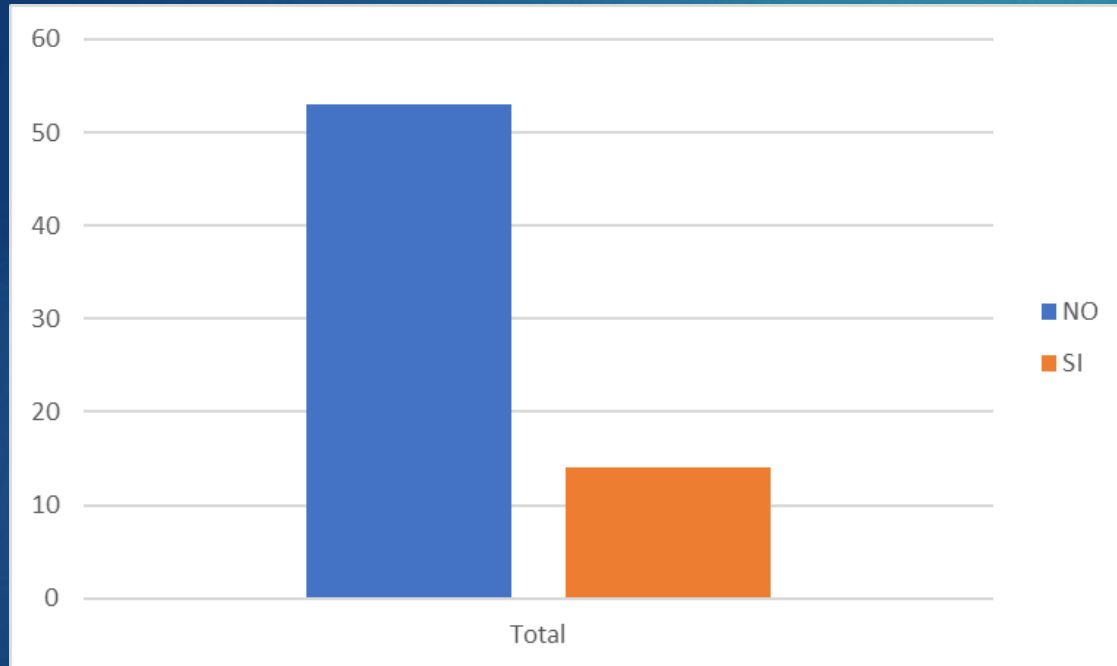
IMC:



- 3 (4%) Bajo peso.
- 35 (50%) Peso normal.
- 22 (31%) Sobrepeso.
- 6 (9%) Obesidad I _ Leve.
- 4 (6%) Obesidad II _ Moderada.
- 0 (0%) Obesidad III _ Severa.

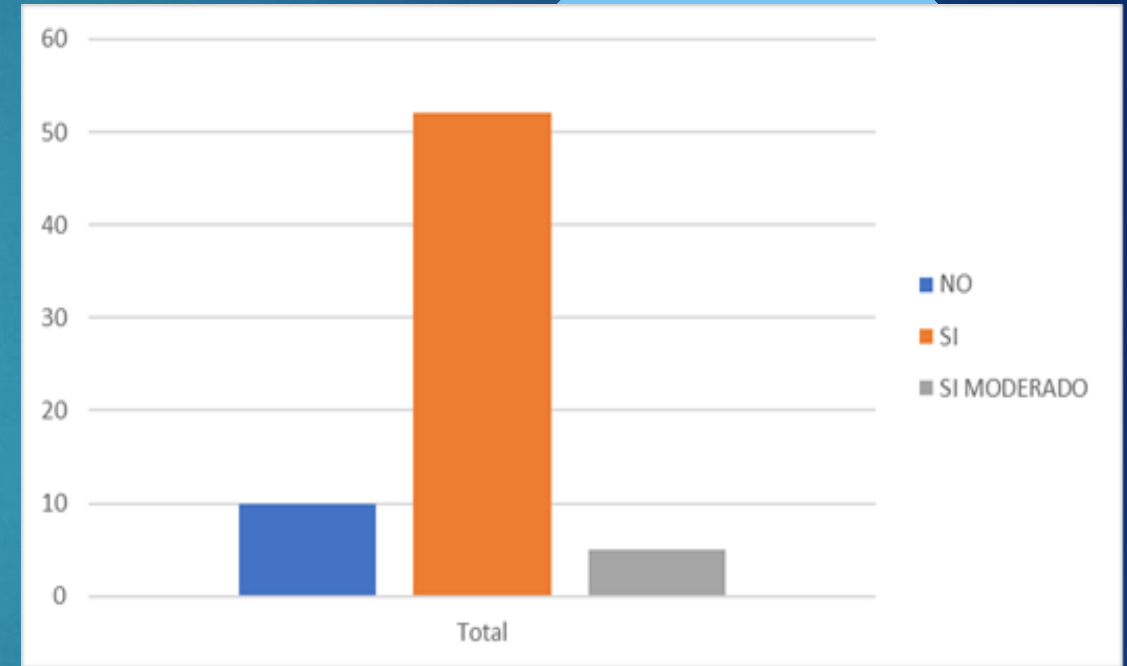


Tabaco:



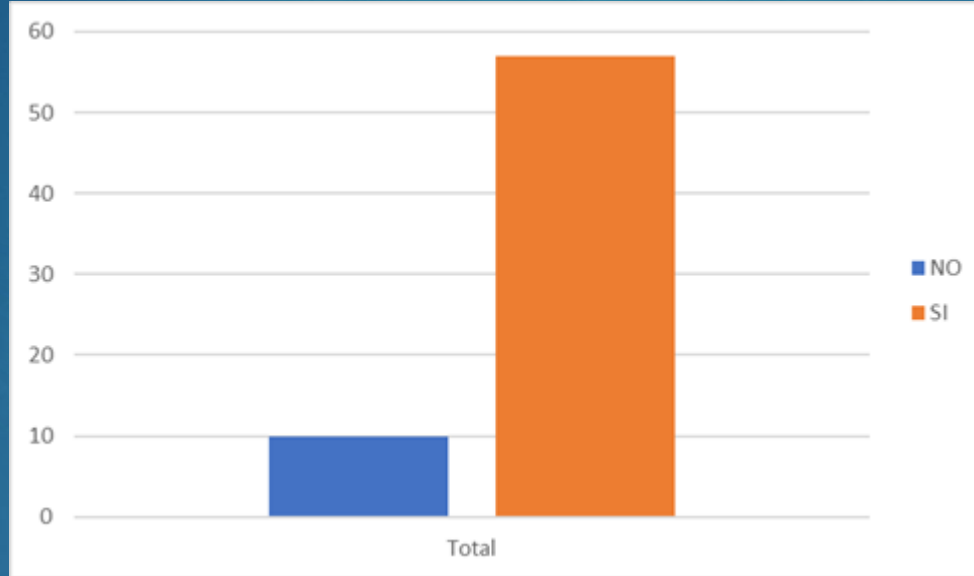
- 14 (20%) Consumo de tabaco habitual.
- 56 (80%) No consume

Alcohol



- 52 (74%) 1-2 UBE a la semana aproximadamente.
- 8 (11%) 1- 2 UBE al día.
- 10(15%) No consume alcohol.

Actividad física



- 57 (81%) refiere realizar actividad física moderada > 3 horas a la semana.
- 13 (19%) no realiza actividad física habitualmente.

Resultados

➤ Anamnesis

➤ Cáncer:

➤ AMC: 0 %

➤ AMF:

➤ SI: 53 (76%)

➤ No: 15 (11%)

➤ NA: 2 (3%)

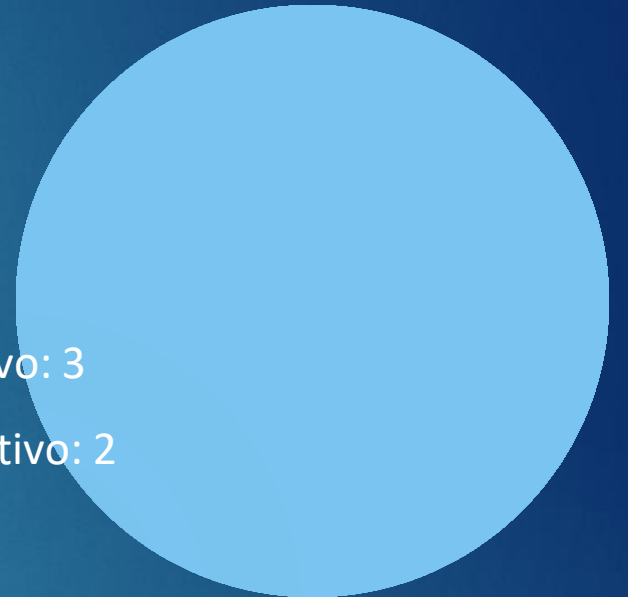
➤ Espirometría:

➤ Normal: 65

➤ Patrón restrictivo: 3

➤ Patrón Obstructivo: 2

➤ Patrón mixto: 0



Resultados

- Glicemia y hemoglobina Glic.

- Normal: 68 (97%)
- Alterado: 2 (3%)

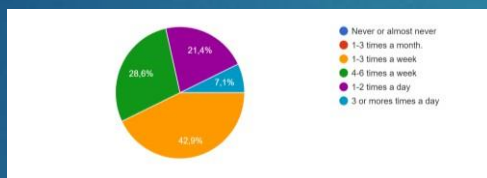
- Perfil lipídico :

Colesterol total, HDL, LDL, TG

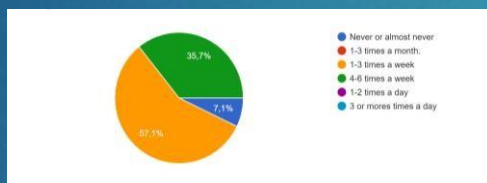
- Normal: 57 (81%)
- Alterado: 13 (19%)

Frecuencia de consumo de alimentos

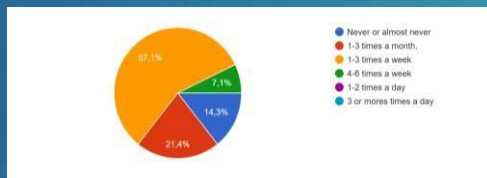
1. Cereales, pan, arroz, pasta. (1 porción 100gr)



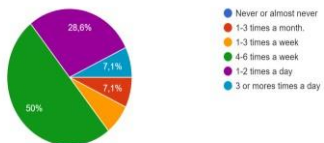
2. Legumbres (Lentejas, alubias, garbanzos, guisantes...) 1 porción



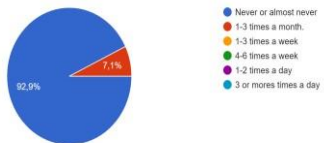
3. Bollería y pastelería. (Porción individual)



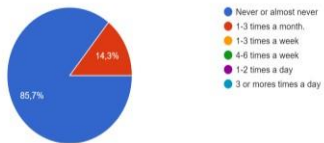
1. Aceite de oliva (1 cucharada)



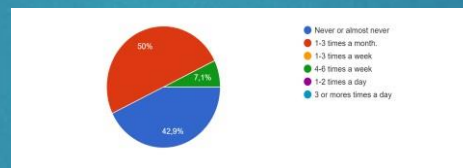
2. Aceite de maíz (1 cucharada)



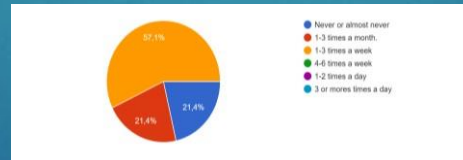
3. Aceite de Girasol (1 cucharada)



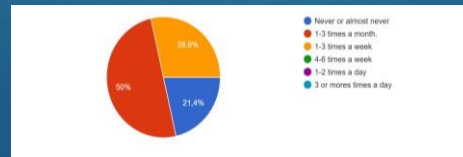
1. Pollo o pavo con la piel (1 porción o pieza)



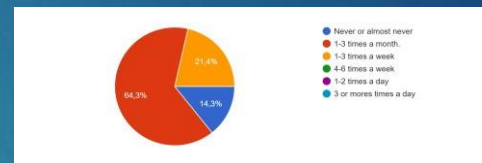
2. Pollo o Pavo sin piel (1 porción o pieza)



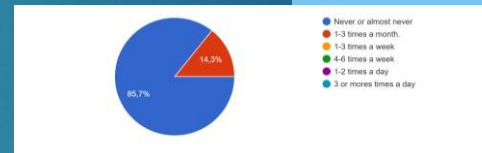
3. Carne de vacuno (1 porción)



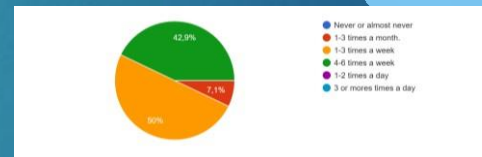
1. Mantequilla (1 porción=12gr)



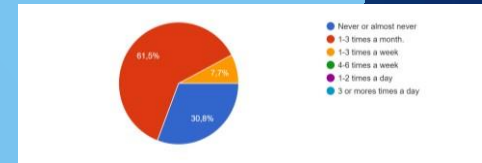
2. Margarina (1 porción= 12gr)



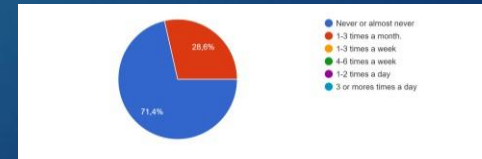
3. Huevos de gallina (uno)



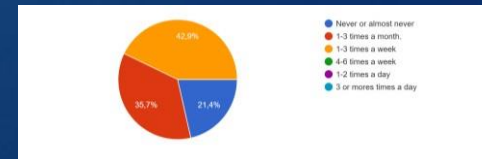
1. Carne de cerdo (1 porción)



2. Carne de cordero (1 porción)

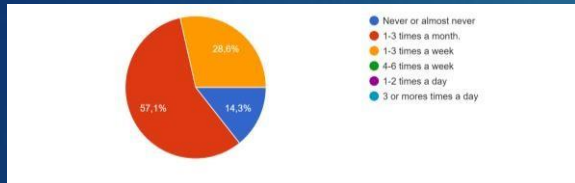


3. Charcutería (salchichas, butifarras, morcilla, chorizo, fuet, etc.) _ 1 porción

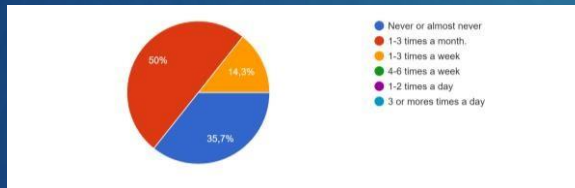


Frecuencia de consumo de alimentos

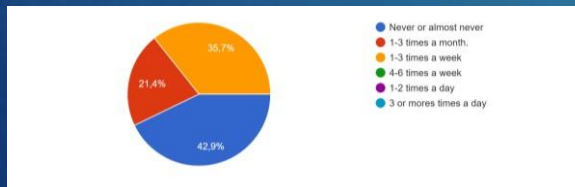
1. Pescado blanco (mero, lenguado, besugo, merluza, etc.)



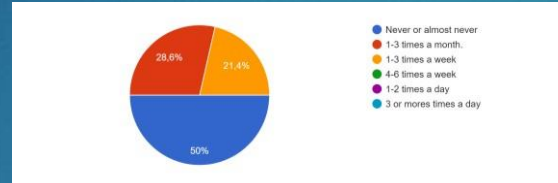
2. Pescado azul (sardinas, bonito, caballa, Salmón, etc.)



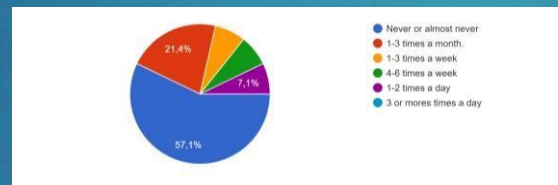
3. Pescado y mariscos enlatados al natural (sardinas, anchoas, bonito, atún)



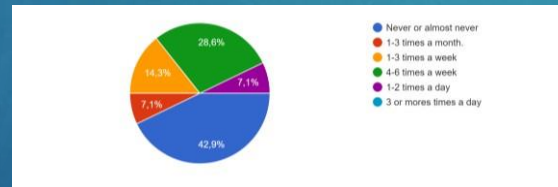
1. Pescado y mariscos enlatados en aceite (sardinas, anchoas, bonito, atún)



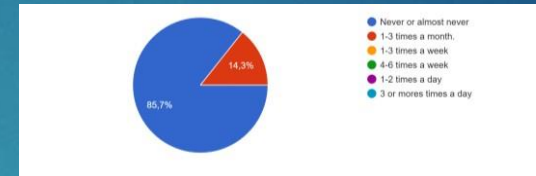
2. Leche entera (1 taza, 200 ml)



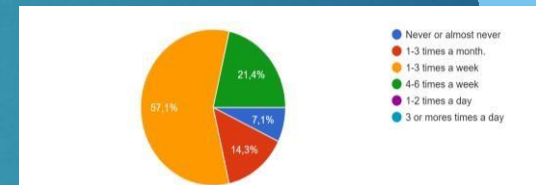
3. Leche desnatada (1 taza, 200ml)



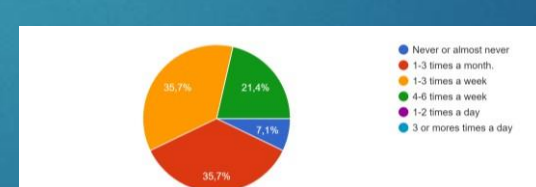
1. Nata o crema de leche (1/2 taza)



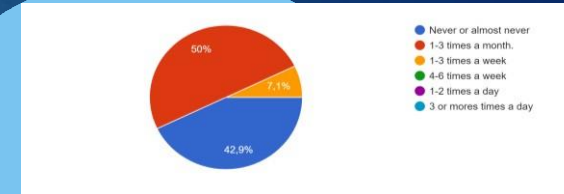
2. Queso blanco o fresco (Burgos, cabra) 1 ración 50gr



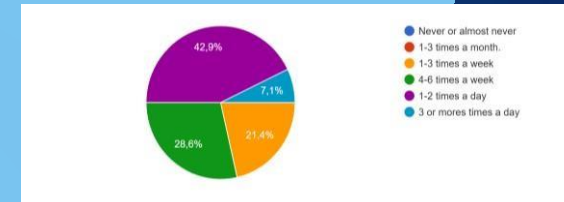
3. Otros quesos: curado, semicurado (Manchego, Bola, Emmental...) 50g.



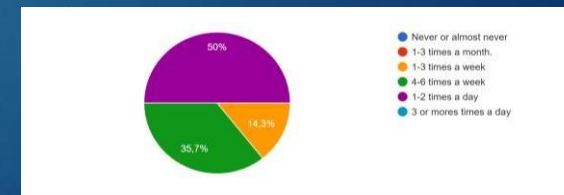
1. Helado (1 cucurucho), natilla, flan, pudín (1 porción)



2. Fruta (1 pieza).



3. Verduras y hortalizas (1 porción).



Conclusiones:

Población de estudio 25-60 años_ Puestos de trabajo: Artistas, músicos, cantantes, capitán, enfermería, cocineros,

- ▶ Existen factores de riesgo tales como consumo de alcohol y tabaco.
- ▶ Los tripulantes tienen buenos hábitos alimentarios. ³⁶
- ▶ Los trabajadores de barcos tipo crucero en su mayoría gozan de buenas condiciones físicas.
- ▶ Las enfermedades crónicas no transmisibles guardan una relación estrecha con los hábitos alimentarios, actividad física, consumo de alcohol y tabaco.

Bibliografía:

- ▶ Goni Mateos Leticia, Aray Miranda Maritza, Martínez H. Alfredo, Cuervo Zapatel Marta. Validación de un cuestionario de frecuencia de consumo de grupos de alimentos basado en un sistema de intercambios. *Nutr. Hosp.* [Internet]. 2016 Dic [citado 2021 Mar 23] ; 33(6): 1391-1399. Disponible en: http://scielo.ísciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112
- ▶ Farhadnejad H, Asghari G, Teymooi F, Tahmasebinejad Z, Mirmiran P, Azizi F. Low-carbohydrate diet and cardiovascular diseases in Iranian population: Tehran Lipid and Glucose Study. *Nutr Metab Cardiovasc Dis.* 2020 Apr 12;30(4):581-588. doi: 10.1016/j.numecd.2019.11.012. Epub 2019 Dec 3. PMID: 32008914.
- ▶ Kang ZQ, Yang Y, Xiao B. Dietary saturated fat intake and risk of stroke: Systematic review and dose-response meta-analysis of prospective cohort studies. *Nutr Metab Cardiovasc Dis.* 2020 Feb 10;30(2):179-189. doi: 10.1016/j.numecd.2019.09.028. Epub 2019 Oct 1. PMID: 31791641.
- ▶ Bianchi VE. Impact of Nutrition on Cardiovascular Function. *Curr Probl Cardiol.* 2020 Jan;45(1):100391. doi: 10.1016/j.cpcardiol.2018.08.003. Epub 2018 Sep 11. PMID: 30318107.
- ▶ Liepinsh E, Makrecka M, Kuka J, Makarova E, Vilskersts R, Cīrule H, Sevostjanovs E, Grinberga S, Pugovics O, Dambrova M. The heart is better protected against myocardial infarction in the fed state compared to the fasted state. *Metabolism.* 2014 Jan;63(1):127-36. doi: 10.1016/j.metabol.2013.09.014. Epub 2013 Oct 18. PMID: 24140100.
- ▶ Maumy L, Harrissart G, Dewaele P, Aljaber A, Bonneau C, Rouzier R, Eliès A. Impact des régimes alimentaires sur la mortalité et le risque de récurrence de cancer du sein : revue de la littérature [Impact of nutrition on breast cancer mortality and risk of recurrence, a review of the evidence]. *Bull Cancer.* 2020 Jan;107(1):61-71. French. doi: 10.1016/j.bulcan.2019.08.009. Epub 2019 Sep 26. PMID: 31564476.
- ▶ Josefina Reynoso Vázquez¹ , John Carrillo Ramírez² , Luis Algarín Rojas² , Oscar Camacho Romero³ , Jesús Carlos Ruvalcaba Ledezma. Obesity and its association with other non-transmitted chronic diseases

GRACIAS



UCA

Universidad
de Cádiz

