

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΥΠΡΟΥ

ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ



**Τεχνολογικό
Πανεπιστήμιο
Κύπρου**

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Ο ρόλος της διατροφής στις επιπλοκές του διαβήτη

Χαράλαμπος Χαραλάμπος

Λεμεσός 2020

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΥΠΡΟΥ

ΣΧΟΛΗ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ

Τμήμα Νοσηλευτικής

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Ο ρόλος της διατροφής στις επιπλοκές του διαβήτη

Χαράλαμπος Χαραλάμπος

A.Φ.Τ 12902

Επιβλέπων Καθηγητής: Μαρία Δημητριάδου

Λεμεσός 2020

Πνευματικά δικαιώματα

Copyright © Χαράλαμπος Χαράλαμπος, 2020

Με επιφύλαξη παντός δικαιώματος. All rights reserved.

Η έγκριση της πτυχιακής διατριβής από το Τμήμα Νοσηλευτικής του Τεχνολογικού Πανεπιστημίου Κύπρου δεν υποδηλώνει απαραίτητως και αποδοχή των απόψεων του συγγραφέα εκ μέρους του Τμήματος.

Ευχαριστίες

Θα ήθελα να ευχαριστήσω θερμά και να εκφράσω την ευγνωμοσύνη μου σε όσους βρέθηκαν και μου συμπαραστάθηκαν στην εκπόνηση αυτής της συστηματικής μελέτης (πτυχιακής). Ιδιαίτερα όμως θα ήθελα να ευχαριστήσω την καθηγήτρια μου Δρ Μαρία Δημητριάδου για την βοήθεια που μου πρόσφερε στην εξεύρεση των άρθρων αλλά και για την αδιάκοπη βοήθεια που μου παρείχε όλο αυτό το διάστημα στην συγγραφή αυτής της μελέτης. Τέλος, θα ήθελα να ευχαριστήσω τους γονείς μου, τους φίλους ειδικότερα τον Μιχάλη Ποδινά αλλά και την Μαρία Μιχαήλ για την ψυχολογική υποστήριξη που μου πρόσφεραν όλο αυτό το διάστημα.

Πίνακας Περιεχομένων

1.....	Εισαγωγή
8	
Εννοιολογικό Πλαίσιο.....	9
2.....	Σκοπός
11	
Ερωτήματα:.....	11
3.....	Υλικό - Μέθοδος
12	
4.....	ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ
13	
5.....	Συζήτηση
26	
6.....	Περιορισμοί Μελετών
29	
7.....	Συμπεράσματα
30	
8.....	Βιβλιογραφία
31	
9.....	ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ 1
33	

Περίληψη

Σκοπός: Η παρούσα βιβλιογραφική ανασκόπηση επικεντρώνεται στη διερεύνηση κατά πόσο η διατροφή μπορεί να μειώσει τα συμπτώματα του διαβήτη σε διαβητικά άτομα.

Υλικό - Μέθοδος: Πραγματοποιήθηκε συστηματική ανασκόπηση της ερευνητικής βιβλιογραφίας. Η αναζήτηση της σχετικής βιβλιογραφίας έγινε κατά την χρονική περίοδο μεταξύ Οκτωβρίου 2019 και Ιανουαρίου 2020 από στις βάσεις δεδομένων Pubmed, Cochrane και Cinahl. Οι λέξεις κλειδιά που χρησιμοποιήθηκαν είναι «diabetes» AND «nutrition» OR «health patterns». Οι λέξεις κλειδιά χρησιμοποιήθηκαν με διάφορους συνδυασμούς και συνδέσμους. Σχετικά άρθρα αναζητήθηκαν επίσης με χειροκίνητη σάρωση και στη βιβλιογραφία (παραπομπές) των άρθρων που επιλέγηκαν κατά την πρώτη αναζήτηση. Στην παρούσα ανασκόπηση συμπεριελήφθησαν τυχαιοποιημένες ελεγχόμενες μελέτες που έχουν δημοσιευθεί από το 2010 μέχρι και το 2019 και η γλώσσα δημοσίευσης είναι η αγγλική.

Αποτελέσματα: Από την αρχική αναζήτηση της ερευνητικής βιβλιογραφίας προέκυψαν 1315 άρθρα. Ακολουθώντας, με την χρήση των περιορισμών της μηχανής αναζήτησης (filters: publication dates: last 5 years, species: humans, Language: English), προέκυψαν 280 άρθρα. Τα άρθρα αυτά μελετήθηκαν αρχικά από τον τίτλο και την περίληψη και απορρίφθηκαν 258 άρθρα τα οποία δεν πληρούσαν τα κριτήρια ή ήταν άσχετα με το θέμα της παρούσας εργασίας. Τα 22 άρθρα που απέμειναν μελετήθηκαν πλήρως και από αυτά απορρίφθηκαν ακόμα 14 άρθρα, αφού δεν πληρούσαν τα κριτήρια που τέθηκαν. Από την βιβλιογραφία των 8 σχετικών άρθρων, συνολικά συμπεριλήφθηκαν και οι 8 τυχαιοποιημένες ελεγχόμενες μελέτες στην παρούσα ανασκόπηση.

Συμπεράσματα: Τα ευρήματα έδειξαν ότι τα διατροφικά πρότυπα συσχετίζονταν με παράγοντες διατροφής για την πρόληψη CVD, και άλλων προβλημάτων υγείας σε ασθενείς με T2DM και T1DM.

Λέξεις κλειδιά: Nutrition, Mediterranean diet, health pattern, Diabetes.

Abstract

Aim: The present literature review investigates whether the diabetics' diet can reduce the symptoms of diabetes.

Materials – Method: A systematic review of the academic bibliography has been carried out. The search of the relevant literature has taken place during the time period between October 2019 and January 2020 and the consulted databases are Pubmed, Cochrane and Cinahl. The key-words that were used are “diabetes” AND “nutrition” OR “health patterns”. These key-words were combined in different ways. Manual searching was also used in the process of seeking out relevant articles in the bibliography of the articles that were chosen within the first search. The present review includes randomized controlled studies that were published in English throughout the time period 2010-19.

Results: During the initial research in academic literature 1315 articles were displayed. Subsequently, through the use of the search engine filters (filters: publication dates: last 5 years, species: humans, Language: English) this number was reduced to 280. After considering their titles and their abstracts, 258 articles, that either did not meet the criteria, or were irrelevant to the subject matter of this work, were rejected. The 22 remaining articles were thoroughly studied and 14 new articles that did not meet the established criteria were also rejected. From the bibliography of the 8 relevant articles, a total of 8 randomized controlled studies were included in the present review.

Conclusions: the findings showed that the food standards were related to nutritional factors for the prevention of CVD and other health problems concerning individuals suffering from T1DM and T2DM.

Key words: Nutrition, Mediterranean diet, health pattern, Diabetes.