



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN

**Consumo de fenogreco (*Trigonella foenum - graecum*) en el
tratamiento de personas con diabetes mellitus tipo 2: Revisión
sistemática**

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada en Nutrición

AUTORA:

Aguero Gonzales, Diana Cristina (ORCID: 0000-0001-9698-6561)

ASESOR:

Dr. Díaz Ortega, Jorge Luis (ORCID: 0000-0002-6154-8913)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Enfermedades no transmisibles

TRUJILLO-PERÚ

2021

DEDICATORIA

A mis padres que me han apoyado en todo momento para llegar a lograr este objetivo en mi carrera universitaria y siempre motivarme a seguir adelante.

AGRADECIMIENTO

A Dios, por permitirme culminar con salud este objetivo.

A mi familia, quienes estuvieron siempre conmigo impulsándome a mejorar.

A mi asesor, por haberme guiado en este proyecto y por el tiempo brindado.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

| | |
|--|------|
| DEDICATORIA | ii |
| AGRADECIMIENTO | iii |
| ÍNDICE DE TABLAS | v |
| ÍNDICE DE FIGURAS | vi |
| RESUMEN | vii |
| ABSTRACT | viii |
| I. INTRODUCCIÓN | 1 |
| II. MARCO TEÓRICO | 4 |
| III. METODOLOGÍA | 9 |
| 3.1. Tipo y diseño de investigación | 9 |
| 3.2. Variables y operacionalización: | 9 |
| 3.3. Población, muestra y muestreo | 10 |
| 3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos | 11 |
| 3.5. Procedimientos | 12 |
| 3.6. Método de análisis de datos | 13 |
| 3.7. Aspectos éticos | 13 |
| IV. RESULTADOS | 14 |
| 4.1. Inclusión de estudios | 14 |
| 4.2. Características de los estudios | 14 |
| V. DISCUSIÓN | 19 |
| VI. CONCLUSIONES | 23 |
| VII. RECOMENDACIONES | 24 |
| REFERENCIAS | 25 |
| ANEXOS | 30 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|--|----|
| Tabla 1. Descripción de las características de los estudios incluidos en la revisión | 17 |
|--|----|

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Proceso de selección de los estudios incluidos en la revisión. 16

RESUMEN

El fenogreco es una planta utilizada en la medicina tradicional para tratar la hiperglucemia, hiperlipidemia, gastritis, espasmos musculares, estreñimiento y otros trastornos metabólicos. El objetivo de esta revisión sistemática fue determinar los beneficios del consumo de fenogreco (*Trigonella foenum-graecum*) en determinados parámetros bioquímicos del metabolismo en el tratamiento de personas con Diabetes Mellitus Tipo 2. Se realizaron búsquedas en Pubmed, Cochrane Library, Science Direct, Google Scholar desde el 2011 hasta el 2021. Se desarrolló una “Ficha de selección y elegibilidad de fuentes de consulta potenciales” para incluir los ensayos clínicos aleatorizados. Los artículos seleccionados utilizaron dosis entre 0.05 y 20 g diarios con una duración del tratamiento entre 30 y 90 días. De un total de 5 artículos incluidos en la revisión, los resultados mostraron que el fenogreco redujo significativamente los niveles de glucosa en sangre en ayunas en 3 de ellos, HbA1c tuvo una disminución importante en 1 estudio y se redujeron significativamente el colesterol, triglicéridos y LDL con un aumento de HDL en 2 estudios. Se concluyó que el fenogreco podría ser una terapia adyuvante beneficiosa en el control glucémico y lípidos en sangre de los pacientes con DM2, sin embargo, se necesitan más ensayos clínicos para confirmar los resultados.

Palabras clave: Fenogreco, glucosa, lípidos, Diabetes Mellitus. (National Library of Medicine)

ABSTRACT

Fenugreek is a plant used in traditional medicine to treat hyperglycemia, hyperlipidemia, gastritis, muscle spasms, constipation, and other metabolic disorders. The objective of this systematic review was to determine the benefits of consuming fenugreek (*Trigonella foenum-graecum*) on certain biochemical parameters of metabolism in the treatment of people with Type 2 Diabetes Mellitus. Pubmed, Cochrane Library, Science Direct, Google Scholar were searched from 2011 to 2021. A “Potential Source Eligibility and Selection Sheet” was developed to include randomized clinical trials. The selected articles used doses between 0.05 and 20 g daily with a treatment duration between 30 and 90 days. From a total of 5 articles included in the review, the results showed that fenugreek significantly reduced fasting blood glucose levels in 3 of them, HbA1c had a significant decrease in 1 study, and cholesterol, triglycerides and LDL were significantly reduced with an increase in HDL in 2 studies. It was concluded that fenugreek could be a beneficial adjunct therapy in glycemic control and blood lipids in patients with DM2, however, more clinical trials are needed to confirm the results.

Keywords: Fenugreek, glucose, lipids, Diabetes Mellitus. (National Library of Medicine)