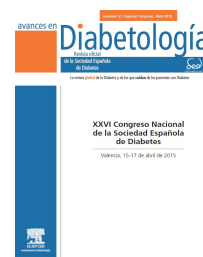




# Avances en Diabetología



## P-069. - VALORACIÓN DE la ADHERENCIA A LA DIETA MEDITERRÁNEA Y FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR EN EL PACIENTE DIABÉTICO

M.E. López, E.M. Senra de la Fuente, D. Boj Carceller, M. Monreal Villanueva, B. Lardies Sánchez, L. Pérez Fernández y C. Tella Madorrán

Hospital Universitario Miguel Servet. Zaragoza.

### Resumen

**Introducción:** Las modificaciones en el estilo de vida son un pilar fundamental en el tratamiento de la diabetes mellitus (DM) desde el diagnóstico de la enfermedad. Se ha demostrado que la dieta mediterránea presenta beneficios para el paciente tales como la mejora del perfil lipídico, el descenso de la presión arterial y el peso. Además, puede retrasar el inicio del tratamiento médico farmacológico.

**Objetivos:** Valorar la adherencia a la dieta mediterránea en pacientes con DM y su relación con otros factores de riesgo cardiovascular.

**Material y métodos:** Se realizó el test de adherencia a la dieta mediterránea elaborado por PREDIMED a pacientes con el diagnóstico de DM que acudieron a consulta de Endocrinología y Nutrición durante un periodo de 2 meses (buena adherencia: puntuación  $\geq 9$ ). Asimismo se recogió información sobre la edad, tipo de DM, años de evolución, HbA1c, índice de masa corporal (IMC), presencia de hipertensión, dislipemia y complicaciones micro o macrovasculares. Análisis estadístico con el programa SPSS.

**Resultados:** Muestra 162 pacientes (49,9% varones), edad media  $62,6 \pm 14,9$  años. El 84,8% presentaban DM2, media años de evolución  $13,3 \pm 10,2$  años, HbA1c media: 7,89% (DE 1,64). El 76,7% de los pacientes presentaban hipertensión arterial y el 74,8% dislipemia. Con respecto al tratamiento, el 52,5% de los pacientes recibían tratamiento insulínico. La media de IMC fue de  $31 \text{ kg/m}^2 \pm 5,9$  DE y la presencia de complicaciones micro y macrovasculares fue del 28,8 y 20,9% respectivamente. El IMC medio en pacientes sin adherencia a la dieta fue de  $31,8 \text{ kg/m}^2 \pm 6,2$  DE mientras que en pacientes con buena adherencia fue de  $29,4 \text{ kg/m}^2 \pm 5,1$  DE (p: 0,031). Se encontró asociación estadísticamente significativa entre adherencia a la dieta mediterránea y un menor porcentaje de complicaciones micro (p: 0,020) y macrovasculares (p: 0,048).

**Conclusiones:** Existe una baja adherencia a la dieta mediterránea en la población a estudio. Los pacientes con buena adherencia la dieta mediterránea presentan un valor de IMC más bajo y menor porcentaje de complicaciones micro y macrovasculares, lo que resalta la importancia de la dieta en el paciente diabético.