



352 - RELACIÓN DE LA DIETA MEDITERRÁNEA CON LA RESISTENCIA A LA INSULINA Y EL SÍNDROME METABÓLICO Y EN PACIENTES CON OBESIDAD

J. García Sánchez, M.T. Zarco Martín, E. Martínez Silla, R. Rodríguez Juárez, M.L. Fernández Soto y V. Ávila Rubio

Endocrinología y Nutrición, Hospital Universitario Clínico San Cecilio, Granada.

Resumen

Introducción y objetivos: La obesidad es un factor de riesgo bien conocido de insulinorresistencia (IR) y forma parte del síndrome metabólico (SM).

Objetivos: Evaluar la relación entre la adherencia a la dieta mediterránea (Diet-Med), IR y SM en pacientes obesos.

Métodos: Estudio observacional retrospectivo de una muestra de 125 pacientes candidatos a cirugía bariátrica evaluados durante 2018-2022 en la UNCyD del Hospital San Cecilio de Granada. Se analizaron datos sociodemográficos y parámetros relacionados con IR y SM (glucemia basal, insulinemia, HOMA, colesterol total, LDL, TA, IMC, etc.). La adherencia a la Diet-Med se evaluó mediante el PREDIMED-score (< 7 puntos = baja adherencia).

Resultados: Prevalencia de buena adherencia a la Diet-Med: 54,4%. 68,8% mujeres. Edad media $5,3 \pm 12,4$ años. Peso medio 126 ± 24 kg e IMC medio $45 \pm 6,8$ kg/m². El 37,6% tenía antecedentes de prediabetes y 17,6% de DM2. El 16,8% tenían antecedentes de HTA y un 72% fueron diagnosticados considerando la TA en el momento del estudio. El 12,8% tenía antecedentes de dislipemia, pero tras el estudio bioquímico se detectó 63,3% de hipercolesterolemia, 21,3% de HDL bajo y 39% de hipertrigliceridemia. Los niveles medios de glucemia basal, HbA_{1c}, HOMA e insulinemia fueron $100,6 \pm 28,9$ mg/dL, $5,9 \pm 1\%$, $5,2 \pm 3,7$ y $22,3 \pm 15,7$ μUI/mL, respectivamente. El grupo de buena adherencia a Diet-Med presentó mayor edad ($47,6 \pm 10,6$ vs. $42,6 \pm 12,8$, $p = 0,03$), mayor peso mínimo alcanzado ($102,3 \pm 25,5$ vs. $77,6 \pm 10,1$, $p = 0,04$) y menor insulinemia ($17,92 \pm 1$ vs. $27,7 \pm 18,3$, $p = 0,04$). Además el HOMA fue menor en el grupo de buena adherencia con tendencia a la significación ($4,6 \pm 4$ vs. $5,7 \pm 3,2$, $p = 0,09$).

Conclusiones: La buena adherencia a la Diet-Med se relaciona con una menor IR y mejores parámetros en pacientes obesos. Esta relación es novedosa y refuerza la necesidad de mejorar el patrón alimentario basado en la Diet-Med como aspecto preventivo de la IR.