



# Gastroenterología y Hepatología



<https://www.elsevier.es/gastroenterologia>

## 130 - CAMBIOS EN EL ESTILO DE VIDA TRAS EL DIAGNÓSTICO DE LA ENFERMEDAD INFLAMATORIA INTESTINAL

J. Cameo Lorenzo<sup>1,2</sup>, C. Mira Galisteo<sup>1,2</sup>, M.M. García Calabuig<sup>3</sup>, C. Pomares Gómez<sup>4</sup>, D. Muñoz Gómez<sup>5</sup>, N. Canales Marco<sup>6</sup>, P. Bernabeu Juan<sup>2,6</sup>, A. Gutiérrez Casbas<sup>1,2</sup>, M.T. Ruíz Cantero<sup>2,7,8</sup> y L. Sempere Robles<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Unidad de Gastroenterología, Hospital General Universitario de Alicante. <sup>2</sup>ISABIAL, Alicante. <sup>3</sup>Unidad de Gastroenterología, Hospital Clínico Universitario de San Juan, Alicante. <sup>4</sup>Unidad de Gastroenterología, Hospital General Universitario de Elche. <sup>5</sup>Unidad de Gastroenterología, Hospital Universitario y Politécnico La Fe, Valencia. <sup>6</sup>Unidad de Psicología Hospitalaria, Hospital General Universitario de Alicante. <sup>7</sup>Departamento de Salud Pública, Universidad de Alicante. <sup>8</sup>CIBERESP.

### Resumen

**Introducción:** En la práctica clínica observamos en los pacientes con enfermedad inflamatoria intestinal (EII) cambios en su estilo de vida sin saber con exactitud la incidencia de estos.

**Objetivos:** Evaluar los cambios en el estilo de vida tras el diagnóstico de la EII.

**Métodos:** Estudio observacional prospectivo y multicéntrico en pacientes con nuevo diagnóstico de EII. Se realizaron entrevistas semiestructuradas evaluando los “cambios” en los hábitos de vida (dieta, ejercicio, descanso, relajación y distracción) en los 6 primeros meses tras el diagnóstico de la EII.

**Resultados:** Se incluyeron 123 pacientes (45,5% EC, 52,8% CU, 1,6% CI), (44,7% mujeres, 55,3% hombres) (mediana de edad 43 años 29-55) (43,9% nunca fumadores, 16,3% fumadores, 39,8% exfumadores). Los cambios en el estilo de vida consistieron en modificaciones en la dieta en 69 (56,2%) pacientes, en el aumento del ejercicio en 33 (26,8%), en el aumento del tiempo de descanso en 29 (23,6%), en el uso técnicas de relajación en 8 (6,5%) y en el aumento de las actividades de distracción en 20 (16,3%). No hubo diferencias en los cambios en los hábitos de vida entre los pacientes con EC y los pacientes con CU salvo en la dieta, donde los pacientes con EC efectuaron más cambios en la dieta 38 (67,9%) que los pacientes con CU 29 (44,6%),  $p = 0,010$ . En relación a las diferencias entre sexos, los hombres con más frecuencia incrementaron el ejercicio (hombres 33,8% vs mujeres 18,2%,  $p: 0,050$ ), a diferencia de las mujeres que con más frecuencia incrementaron las actividades de distracción (hombres 10,3% vs mujeres 23,6%,  $p: 0,046$ ). No hubo diferencias entre hombres y mujeres en los cambios en la dieta, el descanso y la relajación. La edad no se asoció con diferentes cambios en los hábitos de vida.

**Conclusiones:** Los cambios en el estilo de vida en los pacientes con EII aparecen de forma precoz, siendo la dieta el hábito que con mayor frecuencia se modifica.