



# Cardiocre



## 214/9 - Adherencia a la dieta mediterránea, actividad física y deshabituación tabáquica en los pacientes diagnosticados de novo de cardiopatía isquémica en nuestra área

M.A. Martín Toro<sup>1</sup>, M.R. Fernández Olmo<sup>2</sup>, J. Torres Llergo<sup>2</sup>, M.S. Herruzo Rojas<sup>3</sup>, J.A. Herrador Fuentes<sup>2</sup>, M. Padilla Perez<sup>2</sup>, B. Jiménez Araque<sup>2</sup>, E.J. Quesada Pérez<sup>2</sup> y J.C. Fernández Guerrero<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Médico Residente de 2º año de Cardiología; <sup>2</sup>Adjunto. Servicio de Cardiología. Complejo Hospitalario de Jaén.

<sup>3</sup>Médico Residente de 5º año de Cardiología. Hospital Universitario Puerta del Mar. Cádiz.

### Resumen

**Introducción y objetivos:** Los cambios de estilo de vida tienen una recomendación IA en las guías de práctica clínica de la enfermedad coronaria estable, siendo la dieta, la actividad física y la deshabituación tabáquica los pilares fundamentales de los mismos. Objetivo: analizar la adherencia a la dieta mediterránea (DM), el nivel de actividad física y el hábito tabáquico en los pacientes con cardiopatía isquémica (CI) de nuestra área.

**Material y métodos:** Se realizó un estudio observacional transversal, incluyéndose a los pacientes diagnosticados de novo de CI en 2014 que acudieron a las consultas de cardiología del 1 de noviembre de 2015 al 30 de enero de 2016. Tiempo del diagnóstico hasta la inclusión > 12 meses.

**Resultados:** N = 30, edad media  $67,2 \pm 14$  años, 76,7% hombres. 63,3% hipertensos, 46,7% diabéticos, 56,7% dislipémicos y 13,3% fumadores. El 23,3% habían sufrido un SCACEST, el 60% un SCASEST y el 16,7% angina estable. El 13,3% no estaban revascularizados y el 20% habían realizado el programa de rehabilitación cardíaca. El 53,3% presentaban adherencia a la DM, el 79,3% no eran sedentarios, solo el 10% presentaban normopeso y el 3,3% continuaban fumando. Sin encontrar diferencias significativas en cuanto a edad ni sexo en cada uno de los estilos de vida analizados.

**Conclusiones:** Los pacientes con CI de nuestra área, al año del diagnóstico, realizan actividad física con regularidad, han dejado de fumar y más de la mitad presentan adherencia a la DM, pero la mayoría de ellos tienen problemas de sobrepeso y obesidad.