



## P-156 - RECOMENDACIONES DE CONSUMO DE ALCOHOL EN PERSONAS CON DIABETES

A.M. Calvo<sup>a</sup>, A. Guadalupe<sup>b</sup>, S. Murillo<sup>c</sup> y M. Marcos<sup>a</sup>

<sup>a</sup>Hospital Universitario de Salamanca, Salamanca. <sup>b</sup>Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte-INEF, Universidad Politécnica de Madrid, Madrid. <sup>c</sup>CIBERDEM IDIBAPS Hospital Clinic, Barcelona.

### Resumen

**Objetivos:** Principal: difundir recomendaciones de consumo de alcohol a personas con diabetes basado en evidencia científica. Secundarios: crear grupo de trabajo multidisciplinar a nivel nacional para unificar criterios respecto a recomendaciones profesionales sobre alcohol dirigidas a personas con diabetes. Unificar, bajo evidencia científica, criterios de recomendación de consumo de alcohol a personas con diabetes.

**Material y métodos:** Desde 2019, el grupo de trabajo de Estilo de Vida (GEV) de la Sociedad Española de Diabetes ha impulsado la creación de un grupo multidisciplinar con otras sociedades científicas implicadas en diabetes y alcohol. Actualmente está integrado por el grupo de Alcohol y Alcoholismo de la Sociedad Española de Medicina Interna y la Sociedad Española de Diabetes. También se está trabajando para ampliar el grupo a otras sociedades científicas. Se realizó búsqueda bibliográfica en Pubmed. Se han realizado reuniones presenciales y online en las que se han fijado los objetivos del grupo, se han puesto en común los resultados de la búsqueda bibliográfica y se ha elaborado el documento de posicionamiento.

**Resultados:** El alcohol es un hábito normalizado en la sociedad española. Existe una gran variabilidad en las recomendaciones de diferentes profesionales sanitarios y a la población le llegan mensajes contradictorios respecto a su consumo. No hay evidencia suficiente para apoyar el consumo de ninguna cantidad de alcohol desde el ámbito de la salud. No se puede relacionar tampoco su consumo con la prevención de la aparición de diabetes, mejora en el control glucémico o prevención de complicaciones. Actualmente es más adecuado referirse a “consumo de bajo riesgo” en vez de “consumo moderado”. Se ha elaborado un documento de posicionamiento entre 2 sociedades científicas españolas y comienza la fase de difusión en el XXXI Congreso SED. Se han iniciado contactos con otras sociedades científicas para ampliar el consenso.

**Conclusiones:** En el documento de posicionamiento se ha consensado la recomendación de consumo “cuanto menos mejor” de alcohol en personas con diabetes. Se incide en consumo cero en personas que no han iniciado consumo. Se descarta la recomendación o promoción del consumo de cualquier cantidad o bebida de alcohol por motivos de salud. Creemos fundamental la difusión del documento para apoyar recomendaciones basadas en evidencia, pues es un hábito arraigado en España y frecuentemente asociado a estilo de vida saludable. Esperamos que el consenso permita unificar recomendaciones de profesionales sanitarios basados en evidencia con la unión de más

sociedades científicas. Tras lograr el mayor consenso profesional posible, se tratará de conseguir apoyos fundamentales entre la sociedad (p.ej.: asociaciones de personas con diabetes), que promuevan la difusión del documento y puedan contribuir a apoyar hábitos saludables y a mejorar la salud de las personas con diabetes.