



P-035 - EFECTO DE UNA INTERVENCIÓN EDUCACIONAL Y DIETÉTICA SOBRE LA ADHERENCIA A LA DIETA MEDITERRÁNEA EN MUJERES CON DIABETES GESTACIONAL

E.J. Díaz-López, T. Prado Moraña, G. Rodríguez Carnero, M. Fernández-Argüeso, E. Gómez Vázquez, I. Fernández Xove, A. Santamaría Nieto, P. Andújar-Plata, M.á. Martínez Olmos y R. Villar-Taibo

Hospital Clínico Universitario de Santiago de Compostela, Santiago de Compostela, España.

Resumen

Introducción: Se ha demostrado que la adherencia a la dieta mediterránea (DMe) en mujeres con diabetes gestacional (DG) reduce el riesgo de diabetes tipo 2 futura. El objetivo de este estudio es valorar si una intervención educativa-dietética durante la gestación en mujeres con DG o hiperglucemia mejora la adherencia a la DMe durante y después del embarazo.

Material y métodos: Estudio prospectivo desde junio del 2022 a la actualidad, en la unidad de gestación de nuestro centro. Se realizó una intervención educativa-dietética al diagnóstico de DG. Se valoró la adherencia a la DMe con el cuestionario Predimed al diagnóstico, al final del seguimiento preparto y a los 6 meses posparto. Las variables cuantitativas se analizaron con el test de Mann-Whitney.

Resultados: Se incluyeron 175 mujeres con DG con una edad media de 35 años. El diagnóstico de DG en el primer trimestre del embarazo fue del 23% (n = 47), en el segundo trimestre del 15% (n = 31) y en el tercer trimestre el 63% (n = 124). Entre los antecedentes el 66% (n = 101) tenían familiares con diabetes, el 35% (n = 59) obesidad pregestacional, diabetes gestacional previa el 16,2% (n = 27) y prediabetes previa el 16% (n = 27). En la siguiente tabla mostramos la puntuación global y por elemento del cuestionario Predimed durante el seguimiento.

	Basal (n = 140)	Final del embarazo (n = 51)	6 meses posparto (n = 20)	p
Puntuación global (media)	5,3	8,5	11,4	0,003
Puntuación en los diferentes ítems del cuestionario (%)				
Uso de aceite de oliva	90	94	95	NS
Cantidad de aceite de oliva	76	75	90	NS
Consumo de				
Verdura u hortalizas	61	73	90	0,01
Frutas	51	65	50	NS
Carnes rojas, embutidos...	66	73	80	NS

Mantequilla, margarina o nata	80	84	75	NS
Bebidas carbonatadas y/o azucaradas	81	76	85	NS
Vino	4	2	5	NS
Legumbres	39	51	40	NS
Pescado-marisco	37	43	60	NS
Repostería	57	80	65	NS
Frutos secos	56	69	80	0,03
Carne de pollo, pavo o conejo	75	82	75	NS
Vegetales, pasta, arroz u otros platos con aceite de oliva (sofrito)	69	57	60	NS

NS: no significativo.

Conclusiones: La intervención educacional y dietética en el embarazo de mujeres con DG impacta positivamente en la adherencia a la DMe durante y después del embarazo. Esta intervención mejora significativamente el consumo de verduras, hortalizas y frutos secos.