



Endocrinología y Nutrición



191 - ADHERENCIA A LA DIETA MEDITERRÁNEA EN PACIENTES CON DM1 EN MÁLAGA

A. Muñoz Garach, M. Molina Vega, M. Damas Fuentes, C. Díaz Perdigones, I. Mancha Doblas y F. Tinahones

Hospital Universitario Virgen de la Victoria. Málaga. España.

Resumen

Introducción: La dieta mediterránea ha demostrado ser eficaz en la prevención de enfermedades cardiovasculares en población general. Los pacientes con diabetes tipo 1 (DM1) deben realizar una dieta adecuada como parte del tratamiento de su enfermedad.

Métodos: Se realizó una encuesta para valorar la adherencia a dieta mediterránea. Se repartió entre los pacientes atendidos en las consultas de Endocrinología. El cuestionario constaba de 14 preguntas con respuesta dicotómica. Se consideró como adherencia si se obtenía una puntuación ≥ 9 .

Resultados: Se registraron 58 encuestas de pacientes con DM1. La edad media de los pacientes fue de $36,12 \pm 10,9$ años, 66,7% mujeres y 33,3% hombres. El tiempo medio de evolución de la diabetes fue $17,6 \pm 9,8$ años. La hemoglobina glicosilada media fue $7,35 \pm 0,97\%$. La dosis total de insulina (DTI) fue $50,15 \pm 22,46$ UI con $0,67 \pm 0,25$ Unidades/kg. El IMC medio fue $26,49 \pm 6,27$ kg/m². La TAS $123,65 \pm 18,48\%$; TAD $73,28 \pm 9,04$ mmHg. Entre los parámetros analíticos destacaban media de triglicéridos $79 \pm 47,89$ mg/dl; colesterol total $174,8 \pm 36,84$ mg/dl, LDL $93,22 \pm 30,6$ mg/dl, HDL $62,82 \pm 15,71$ mg/dl. El 64,9% de los DM1 se consideraron como adheridos a la dieta mediterránea vs el 54,3% de los no diabéticos que respondieron la encuesta (32 sujetos). Más del 90% de los pacientes usan el aceite de oliva como principal fuente de grasa para cocinar. Menos del 30% de los diabéticos toman 3 piezas de fruta recomendadas. Sólo el 19% de ellos consumía 3 o más vasos de vino a la semana. En un análisis posterior, se separó a los sujetos diabéticos en función de su puntuación en la encuesta de adherencia. Entre las variables clínicas, analíticas y de tratamiento comparadas, los pacientes diabéticos con adecuada adherencia usaban una menor DTI y un menor número de U/kg de peso con una diferencia estadísticamente significativa.

Conclusiones: Un alto porcentaje de pacientes diabéticos tipo 1 están adheridos a la dieta mediterránea. Este hecho parece asociarse con la necesidad de utilizar una menor dosis diaria de insulina. El consumo de alcohol está muy reducido en nuestra cohorte de pacientes.