Semergen. 2019;45(Espec Congr 1):3220

Medicina de Familia. SEMERGEN

http://www.elsevier.es/semergen

424/1453 - EFECTIVIDAD DE UNA INTERVENCIÓN EDUCATIVA DIETÉTICA MULTIFACTORIAL EN DIABETES TIPO 2

A. García García[1], P. Sánchez-Seco Toledano[2], R. Piedra Castro[3], A. García García[1], J. Alonso Calleja[1], E. Saez Gil[1] y L. López Benito[4]

[1]Médico Residente de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud Azuqueca de Henares. Guadalajara. [2]Médico de Familia. Centro de Salud Yunquera de Henares. Guadalajara. [3]Médico de Familia. Centro de Salud Azuqueca de Henares. Guadalajara. [4]Médico de Familia. Centro de Salud Alamín. Guadalajara.

Resumen

Introducción: Las intervenciones en educación diabetológica se realizan de forma habitual en la consulta presencial o de forma grupal. Suelen tener contenidos muy teóricos y, con frecuencia, su eficacia no es evaluada. Diseñar estudios educacionales en formato de ensayo clínico puede aportar evidencia sobre la eficacia de estas intervenciones.

Objetivos: Evaluar la calidad de la dieta de los pacientes diabéticos tipo 2 (DM2) atendidos en dos consultas de Atención Primaria y factores relacionados. Medir la efectividad de una intervención multifactorial para la mejora de la dieta de acuerdo a los estándares de dieta mediterránea.

Diseño: Ensayo clínico aleatorizado no enmascarado con grupo control. Multicéntrico.

Emplazamiento: 2 consultas de Atención Primaria. Una en centro de salud rural y otra en un centro de salud urbano. Provincia de Guadalajara.

Material y métodos: Población: pacientes con DM2 y al menos 6 meses desde el diagnóstico inicial. Criterios de inclusión: pacientes DM2 mayores de 40 años. Criterios de exclusión: diabetes tipo 1, comorbilidad grave, embarazo, deterioro cognitivo, no disponibilidad. Muestreo: aleatorio simple con asignación a control o intervención razón 1:1. Cálculo del tamaño de la muestra: población mayor de 40 años; 900 pacientes por cupo y prevalencia estimada de DM2 13,8%. Nivel de confianza 95%. Para unas pérdidas estimadas del 20% son necesarios 50 pacientes en cada grupo (control e intervención cupos rural y urbano - 200 total). Visitas: estructurado en dos visitas. Seguimiento 6 meses. Variables: Medidas antropométricas. Peso, talla, IMC, perímetro cintura, porcentaje y kg de grasa corporal (impedaciometría). Analítica: hemograma, bioquímica básica con perfil lipídico, HbA1C% y filtrado glomerular (MDRD-4). Medidas de calidad de la dieta: Test FFQ (Food Frequency Quetionnaire) Test breve PREDIMED 14 puntos. Intervenciones: intervención multifactorial consistente en taller presencial, charla teórica-práctica sobre alimentación saludable, práctica de ejercicio y DM2. 1 hora de taller para todos los participantes. Resto de acciones realizadas sólo en el grupo de intervención. Visita domiciliaria. Evaluación semicuantitativa de almacén de alimentos en domicilio tras compra semanal. Consejo nutricional para disminuir el consumo de carbohidratos simples, carnes rojas, grasas saturadas y procesados. Compra acompañada. Acompañamiento por

investigadores a su establecimiento de compra principal de alimentación con asesoramiento personalizado. Uso de APP móvil. Se instalarán “MyHealth Watcher” y “Elcoco” para iOS y Android. Usan Nutriscore y Nova. Nutriscore es un sistema de etiquetado que evalúa la calidad nutricional. Nova clasifica los productos según su nivel de procesado. Seguimiento: grupo control práctica clínica habitual. Grupo Intervención test telefónicos mensuales (FFQ y PREDIMED). Asesoramiento en consultoría presencial y por email. Análisis estadístico propuesto: estadística descriptiva básica. Evaluación de correlación entre variables según estadística de contraste de hipótesis convencional. Software. SPSS Windows v15.

Aplicabilidad: La dieta es el tratamiento básico en diabetes mellitus. Queremos valorar la mejora de la dieta si la intervención se realiza de forma personalizada, con entrenamiento adecuado y consideramos que una buena alimentación comienza en el punto de compra.

Aspectos ético-legales: Consentimiento informado a todos los pacientes participantes en el estudio. Tratamiento confidencial de toda la información nutricional y médica. Posibilidad de abandonar el estudio en todo momento.

Palabras clave: Diabetes tipo 2. Terapia dietética. Dieta mediterránea.

1138-3593 / © 2019 Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN). Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.