



17561 - ESTUDIO DESCRIPTIVO DE LA CALIDAD DE SUEÑO, ACTIVIDAD FÍSICA Y ESTILO DE VIDA EN PACIENTES CON ENFERMEDAD DE ALZHEIMER PRODRÓMICA EN LA RIOJA COMPARADO CON UN GRUPO CONTROL

López Álava, S.¹; Matute Tobías, B.¹; Yuste, S.²; Lozano-Ochoa, C.³; Recio-Fernández, E.⁴; Iñiguez, M.⁴; Colina Lizuaín, S.¹; Castillo-Álvarez, F.¹; Garrastachu Zumarán, M.P.⁵; Motilva, M.J.²; Marzo Sola, M.E.¹; Pérez-Matute, P.⁴

¹Servicio de Neurología. Hospital San Pedro; ²Instituto de Ciencias de la Vid y del Vino (ICVV). Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC); ³Unidad Predepartamental de Enfermería. Universidad de La Rioja; ⁴Unidad de Enfermedades Infecciosas, Microbiota y Metabolismo. CIBIR-Hospital San Pedro; ⁵Servicio de Medicina Nuclear. Hospital San Pedro.

Resumen

Objetivos: Describir la calidad de sueño, la actividad física y el estilo de vida de pacientes con enfermedad de Alzheimer prodrómica (AD) respecto a un grupo control/sano (C).

Material y métodos: Estudio observacional de 82 individuos, rango de edad entre 55 y 75 años. Se ha evaluado la calidad de sueño con el Cuestionario de Pittsburg (PSQI), la actividad física con (ClassAF), un cuestionario de estilo de vida y socialización y una valoración neuropsicológica exhaustiva para evaluar el estado cognitivo de ambos grupos.

Resultados: Grupo (C) formado por 38 voluntarios: mujeres (60,5%), edad media (64,89), nivel educativo (superiores 39,47%), MMSE (media 29,5) y 44 pacientes del grupo (AD): mujeres (65,9%), edad media (70,39), nivel educativo (primarios 45,45%), MMSE (media 26,77). Todos los AD presentaron biomarcador positivo. Respecto a la calidad de sueño, el 50% del grupo C y el 43,18% de AD presentan problemas de sueño ($p = 0,537$). No se observaron diferencias estadísticamente significativas en cuanto a la puntuación global del ejercicio físico ($p = 0,5610$; grupo C: $6,05 \pm 0,33$ vs. grupo AD: $6,31 \pm 0,30$). Respecto al estilo de vida y las actividades de reserva cognitiva ambos grupos ven la televisión entre 1 y 3 horas al día, tienen relaciones sociales diarias con amigos y familia y dedican menos de 1 hora a la lectura y a otras actividades cognitivas (crucigramas, sudokus, etc.).

Conclusión: En nuestra muestra no se han observado diferencias estadísticamente significativas en la calidad de sueño, la actividad física y el estilo de vida entre el grupo de pacientes con enfermedad de Alzheimer prodrómica y el grupo control.