



19654 - Papel del consumo moderado de alcohol en la adherencia a dieta mediterránea

Benlloch López, C.; Tarruella Hernández, D.; Pedrero Prieto, M.; Vielba Gómez, I.; Román Alcañiz, J.; Navarro Mocholi, E.; Morales Caba, L.; Fortea Cabo, G.; Tembl Ferrairo, J.; Escudero Martínez, I.

Servicio de Neurología. Hospital Universitari i Politècnic La Fe.

Resumen

Objetivos: La calidad de la dieta influye en el riesgo vascular, siendo la dieta mediterránea (MedDiet) uno de los patrones que se ha relacionado con menor riesgo vascular y mayor esperanza de vida. El consumo diario de alcohol (vino durante las comidas) es un rasgo distintivo de la MedDiet, pero en la actualidad es controvertido el papel protector del alcohol en el riesgo vascular. Nuestro objetivo es evaluar este consumo en pacientes a los 6 meses tras un ictus isquémico.

Material y métodos: Estudio retrospectivo recogido de forma prospectiva de pacientes ingresados con ictus isquémico en una unidad de ictus entre septiembre y octubre 2022. Aplicación del cuestionario de adherencia a dieta mediterránea (AdhMeD) de 14 ítems.

Resultados: Se incluyeron 51 pacientes, 61% mujeres, mediana edad 77 años (62-81). De ellos, 16 (31,4%) presentan una AdhMeD alta. 7 pacientes (13,7%) consumían al menos una copa de vino al día durante las comidas. De ellos 3 (5,8%) cumplían requisitos para AdhMeD alta. El porcentaje de pacientes independientes (mRS 0-2 día 90) es mayor en el grupo de mayor consumo sin ser significativo (85,7% vs. 53,5%). No hubo diferencias en el grado de actividad física en función de la adherencia a este ítem.

Conclusión: En nuestra serie, el consumo moderado de alcohol en forma de vino durante las comidas presenta una prevalencia baja. Aunque este es un rasgo típico de la MedDiet, estos hallazgos pueden reflejar las consecuencias del cambio en las recomendaciones actuales con respecto al alcohol, recomendándose la abstinencia frente al consumo moderado.