



21413 - ¿CAMBIA LA ESCLEROSIS MÚLTIPLE LOS HÁBITOS DE VIDA? SEGUIMIENTO DE UNA COHORTE A 6 AÑOS

Martínez Salmerón, M.¹; Garrido Hernández, T.¹; Olea Rodríguez, P.¹; Muñoz Fernández, C.¹; Arrebola Moreno, J.²; Iglesias Espinosa, M.¹

¹Servicio de Neurología. Complejo Hospitalario Torrecárdenas; ²Departamento de Medicina Preventiva y Salud Pública. Universidad de Granada.

Resumen

Objetivos: Analizar si hay diferencias en la dieta y actividad física de pacientes con esclerosis múltiple (EM) y síndrome clínico aislado (CIS) a los 6 años del diagnóstico.

Material y métodos: Estudio prospectivo sobre una cohorte de pacientes reclutados en 2018 en el momento que se diagnosticaron de EM/CIS y seguidos a los 6 años. Se administró un cuestionario sobre hábitos de vida: dieta, actividad física, consumo de tabaco y alcohol. Se registró la escala Expanded Disability Status (EDSS) y se calculó el índice de masa corporal (IMC) al diagnóstico y a los 6 años.

Resultados: 27 pacientes reclutados, edad media al diagnóstico 40,8 (DE 9,7) años, 63% mujeres. 77,8% se diagnosticaron de EM remitente-recurrente y la EDSS inicial mediana fue 2. 60,9% de nuestros pacientes tenían la impresión subjetiva de mejoría de su dieta. Sin embargo, no hubo diferencias en su consumo de alimentos (agua, pan, pastas, legumbres, mantequilla, charcutería, lácteos, pescado, carne, verdura y fruta). 73,9% reconocía haber cambiado su actividad física, encontrándose una reducción estadísticamente significativa de 18 a 6 horas semanales medias de actividad ($p < 0,02$). No hubo cambios en el consumo de alcohol y tabaco. Se encontraron diferencias en el IMC y en la EDSS en función de la actividad física. Podrían ser clínicamente relevantes, pero sin significación estadística.

Conclusión: Tras 6 años de seguimiento no hallamos diferencias en la dieta, consumo de alcohol y tabaco en pacientes con EM respecto a sus hábitos previos al diagnóstico. Sin embargo, su actividad física se redujo de 18 a 6 horas semanales medias de actividad.