



Endocrinología, Diabetes y Nutrición



230 - ADHERENCIA A LA DIETA MEDITERRÁNEA Y SU RELACIÓN CON EL ESTATUS DE VITAMINA D EN PACIENTES OBESOS

V. Ávila Rubio¹, M. Hayón Ponce², M.C. Andreo López¹, M. Muñoz Torres¹ y M.L. Fernández Soto¹

¹Endocrinología y Nutrición. Hospital Universitario San Cecilio. Granada. ²Endocrinología y Nutrición. Hospital Universitario de Ceuta.

Resumen

Introducción: La obesidad es un factor de riesgo bien conocido de hipovitaminosis D. Estudios recientes relacionan un efecto protector de la dieta mediterránea (DM) sobre la osteoporosis y el riesgo de fractura que podría ser atribuible a un mejor estatus de vitamina D.

Métodos: Estudio observacional retrospectivo de una muestra de 82 pacientes obesos candidatos a cirugía bariátrica evaluados durante 2018-2020.

Objetivos: Evaluar la relación entre la adherencia a la DM y el estatus de vitamina D. Se analizaron datos sociodemográficos, peso, IMC y niveles circulantes de vitamina D (25OHD). El estatus de vitamina D se categorizó en 2 grupos: 20 ng/ml. La adherencia a la DM se evaluó mediante el PREDIMED-score (7 puntos = baja adherencia). Los pacientes no tomaban ningún fármaco o suplemento que interfiriese con las variables de estudio.

Resultados: Edad 44 ± 14 años, 68% mujeres. La prevalencia de baja adherencia a la DM fue del 62%, mayor en varones que en mujeres (73% vs. 57%, $p = 0,166$). El estatus de hipovitaminosis D fue más frecuente en el grupo con baja adherencia a la DM (70,6% vs. 51,6%, $p = 0,084$), sin diferencias significativas en el resto de parámetros (baja adherencia vs. buena adherencia): edad 42 ± 14 vs. 46 ± 12 años, peso 124 ± 5 vs. 121 ± 2 kg, IMC 44 ± 7 vs. 43 ± 6 kg/m², 25OHD 18 ± 6 vs. 19 ± 4 ng/ml. Los niveles circulantes de 25OHD no se correlacionaron de forma significativa con la adherencia a la DM ($r = 0,155$, $p = 0,168$). Sin embargo, el estatus de hipovitaminosis D parece correlacionarse con la baja adherencia a la DM ($R = 0,191$, $R^2 = 0,036$, $p = 0,086$) independientemente de la edad, el sexo, el peso y el IMC.

Conclusiones: La baja adherencia a la DM podría relacionarse con un peor estatus de vitamina D en pacientes obesos. Esta relación es novedosa y refuerza la necesidad de mejorar el patrón alimentario basado en la DM por su potencial efecto protector sobre la osteoporosis así como de otras enfermedades relacionadas con la obesidad.