



282 - FACTORES ASOCIADOS A EVOLUCIÓN DE PREFRAGILIDAD Y DE FRAGILIDAD TRAS UNA INTERVENCIÓN CON DIETA MEDITERRÁNEA DURANTE DOS AÑOS EN MAYORES CON SÍNDROME METABÓLICO

M. Torrego-Ellacuría¹, M. Ortiz-Ramos¹, J. Salas-Salvadó², M.Á. Martínez-González³, M. Fitó⁴, D. Corella⁵, R. Estruch⁶, M.Á. Rubio-Herrera⁷, A. Barabash⁸ y P. Matía-Martín⁷

¹Servicio de Endocrinología y Nutrición, Hospital Clínico San Carlos, IdISSC, Madrid. ²Centro de Investigación Biomédica en Red Fisiopatología de la Obesidad y la Nutrición (CIBEROBN), Institute of Health Carlos III, Madrid, Universitat Rovira i Virgili, Departament de Bioquímica i Biotecnologia, Unitat de Nutrició, Reus, Institut d'Investigació Sanitària Pere Virgili IISPV, Reus. ³Centro de Investigación Biomédica en Red Fisiopatología de la Obesidad y la Nutrición (CIBEROBN), Institute of Health Carlos III, Madrid, University of Navarra, Department of Preventive Medicine and Public Health, IDISNA, Pamplona. ⁴Centro de Investigación Biomédica en Red Fisiopatología de la Obesidad y la Nutrición (CIBEROBN), Institute of Health Carlos III, Madrid, Unit of Cardiovascular Risk and Nutrition, Institut Hospital del Mar de Investigacions Mèdiques Municipal d'Investigació Mèdica IMIM, Barcelona. ⁵Centro de Investigación Biomédica en Red Fisiopatología de la Obesidad y la Nutrición (CIBEROBN), Institute of Health Carlos III, Madrid, Department of Preventive Medicine, University of Valencia. ⁶Centro de Investigación Biomédica en Red Fisiopatología de la Obesidad y la Nutrición (CIBEROBN), Institute of Health Carlos III, Madrid, Department of Internal Medicine, Institut d'Investigacions Biomèdiques August Pi i Sunyer, Hospital Clínic, University of Barcelona. ⁷Servicio de Endocrinología y Nutrición, Hospital Clínico San Carlos, IdISSC. Facultad de Medicina, Universidad Complutense, Madrid. ⁸Servicio de Endocrinología y Nutrición, Hospital Clínico San Carlos, IdISSC. Facultad de Medicina, Universidad Complutense, Centro de Investigación Biomédica en Red de Diabetes y Enfermedades Metabólicas Asociadas (CIBERDEM), Madrid.

Resumen

Introducción: La fragilidad (F) es un estado clínico con vulnerabilidad frente a estresores. Es prevenible y tratable.

Objetivos: Estudiar evolución de F y de prefragilidad (PF) tras 1-2 años de intervención con dieta mediterránea (DietMed) en mayores con síndrome metabólico (SM).

Métodos: Criterios de F (L. Fried): agotamiento (escala Beck), baja actividad física (? 3 criterios. Adherencia a DietMed (ADietMed): 17 puntos (PredimedPlus). Se valoraron “progresión a” (Pro) y “regresión de” (Re) de F/PF. Se utilizó regresión logística binaria (multivariante).

Resultados: 1 año: N = 5.763; 2 años: N = 4.855. La incidencia acumulada de los eventos estudiados se muestra en la tabla. Factores asociados (OR; p) -1-2 años- a ProPF: IMC basal (kg/m²) 1,081; 0,001-1,071; 0,001, ADietMed basal (puntos) 0,907; 0,001-0,905; 0,001; cambio ADietMed (puntos) 0,927; 0,001-0,918; 5 fármacos) 1,418; 0,002-1,331; 0,011; a RePF: cambio en IMC (kg/m²) 0,926; 0,010-0,905; 0,001; depresión 0,758; 0,009-0,788; 0,025; a ProF: mujer vs. hombre 4,234; 0,001-1,961; 0,033; ADietMed basal 0,850; 0,015-0,888; 0,036; cambio ADietMed 0,862; 0,014-0,864; 0,003; depresión 2,343; 0,005-2,846; 0,001. La ADietMed basal (1,068; 0,0019), el cambio en la ADietMed (1,091; 0,001) y la polifarmacia (0,682; 0,001) se asociaron a RePF tras el primer año de seguimiento. El cambio de IMC (kg/m²) solo se asoció con ReF (0,552; 0,008) tras el primer año de seguimiento. No se hallaron factores asociados a ReF tras 2 años.

	1 año -n (%)	2 años-n (%)
ProF	67 (1,2)	71 (1,5)
ReF	140 (84,3)	106 (82,2)
ProPF	609 (21,9)	562 (17,3)
RePF	1302 (46,3)	1091 (46,0)

Conclusiones: El IMC (más alto) y la ADietMed (menor puntuación) son factores asociados a ProF y a ProPF en nuestra muestra de mayores con SM tras 1-2 años de intervención con DietMed.

Financiación: ISCIII, FSEEN (beca de investigación en nutrición,2022), FINUMET.