



Endocrinología, Diabetes y Nutrición



P-076 - ADHERENCIA A LA DIETA MEDITERRÁNEA Y al EJERCICIO FÍSICO EN UNA POBLACIÓN DE PACIENTES CON DIABETES TIPO 1

M. Molina Vega, M. Damas Fuentes, C. Hernández García, C. Díaz Perdignes, A. Muñoz Garach, I. Cornejo Pareja y F. Tinahones Madueño

Hospital Clínico Universitario Virgen de la Victoria, Málaga.

Resumen

Objetivos: Determinar la prevalencia de adherencia a dieta mediterránea (ADM) en nuestros pacientes con diabetes tipo 1 (DM1) y evaluar las diferencias entre los pacientes con ADM y sin ella respecto a diferentes parámetros.

Material y métodos: Analizamos los datos de 74 pacientes DM1 atendidos en las consultas del Servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital Virgen de la Victoria. Todos realizaron la encuesta de ADM y el cuestionario internacional de actividad física (IPAQ). La actividad física se cuantificó como METS semanales y, en función de los mismos, se estableció como baja (< 600 METS/semana o moderada/vigorosa (> 600 METS/semana). Además, se recogieron datos demográficos (edad, sexo, situación profesional, nivel de estudios, zona de residencia), clínicos (presión arterial, presencia de HTA y dislipemia y complicaciones de DM1, dosis total de insulina –DTI- y tipo de tratamiento), antropométricos (peso y talla) y analíticos (perfil lipídico y HbA1c). Comparamos todas las variables demográficas, antropométricas y clínicas y presión arterial, dosis de insulina y actividad física entre los pacientes con y sin ADM.

Resultados: 74 pacientes: 65,3% mujeres, edad $36,4 \pm 12$ años. El 63,5% tienen ADM. IMC medio $25,7 \pm 5,9$ kg/m², tiempo de evolución DM1 $17,6 \pm 9,8$ años, HbA1c $7,3 \pm 0,9\%$. El 14,9% son hipertensores y el 16,2% tienen dislipemia. El 3,5% presentan retinopatía y el 5,3% más de una complicación asociada a la DM1. Tratamiento insulínico: 71,2% pauta bolo-basal, 21,2% ISCI y 7,7% insulinas premezcladas. El análisis comparativo entre pacientes ADM vs no ADM se muestra en la tabla. Sólo observamos diferencias significativas en la dosis de insulina (DTI y UI/kg). Aunque no significativo, se observa mayor porcentaje de pacientes con baja actividad física y mayor HbA1c en los no ADM.

	ADM	No ADM	Valor p
Edad (años)	$37,8 \pm 12,3$	$33,9 \pm 11,3$	0,180
Sexo (%)			
Hombre	74%	26%	0,153

Mujer	57,5%	42,5%	
	Activo	64,2%	35,8%
Situación profesional (%)			0,938
	Inactivo	63,1%	36,9%
	Obligatorios	63,4%	36,6%
Nivel estudios (%)			0,903
	Superiores	65%	35%
	Urbana	63,6%	36,4%
Zona residencia (%)			0,861
	Rural	66,7%	33,3
Tiempo de evolución de la diabetes		10,2 ± 1,6	9,1 ± 2
			0,503
IMC (kg/m ²)		25,9 ± 5,1	25,4 ± 7,1
			0,682
Presión arterial sistólica (mmHg)		121,1 ± 15,3	126,6 ± 23,3
			0,846
Presión arterial diastólica (mmHg)		73 ± 8,6	73,6 ± 10
			0,940
HbA1c (%)		7,1 ± 0,8	7,6 ± 1,1
			0,150
Colesterol total (mg/dl)		173,5 ± 29,1	177 ± 48,9
			0,795
Colesterol LDL (mg/dl)		96,7 ± 26,1	87,8 ± 37,3
			0,264
Colesterol HDL (mg/dl)		61,4 ± 18,3	65 ± 10
			0,191
Triglicéridos (mg/dl)		74,8 ± 33,2	86,9 ± 69,1
			0,815
Dosis total de insulina (UI/día)		45,3 ± 19,9	59,5 ± 24,7
			0,036
Unidades insulina/kg peso		0,6 ± 0,2	0,8 ± 0,2
			0,045

METs semanales ejercicio		2611,3 ± 2351	2385,3 ± 3359,1	0,304
	Baja	40%	60%	
Actividad física (%)				0,057
	Moderada/Vigorosa	71,2%	28,8%	

*No se observan diferencias entre pacientes ADM y no ADM en otros parámetros demográficos, clínicos, antropométricos ni analíticos.

Conclusiones: Los pacientes DM1 con ADM utilizan menor dosis de insulina.