



P-069 - IMPACTO DE LA DIETA MEDITERRÁNEA EN EL CONTROL GLUCÉMICO DE PACIENTES CON DIABETES *MELLITUS* TIPO 1

R. de LeÓN-Durango^a, A. Hernández Lázaro^a, D. Perera López^b, C. Ríos Gómez^a, A. Macías Batista^a, P.L. de Pablos Velasco^a, B. Hortal Cascon^a, D. López Hernández^a, M.P. López Quevedo^a, D. Oliva Martín^a y M. Sánchez Pérez^a

^aServicio de Endocrinología y Nutrición, Hospital Universitario de Gran Canaria Dr. Negrín, Las Palmas de Gran Canaria, España. ^bFacultad de Medicina, Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, Las Palmas de Gran Canaria, España.

Resumen

Introducción y objetivos: Cada vez es mayor la evidencia científica que demuestra los beneficios en salud de la dieta mediterránea. Esto es debido en parte a su aporte de nutrientes cardioprotectores, tales como los ácidos grasos monoinsaturados y las vitaminas antioxidantes, que evitan la oxidación del colesterol LDL y su consecuente depósito en forma de placas de ateroma. Estos factores cobran especial importancia en los pacientes con diabetes, en los que el estrés oxidativo y el riesgo cardiovascular se encuentran aumentados respecto a la población general. El objetivo del presente trabajo consiste en relacionar el grado de adherencia a la dieta mediterránea con datos objetivos de control glucémico en nuestra muestra de pacientes con diabetes mellitus tipo 1 (DM1).

Material y métodos: Se reclutaron pacientes con diagnóstico de DM1 en seguimiento en las Consultas Externas de Endocrinología de nuestro hospital que fueran portadores de sistema de monitorización de glucosa tipo flash desde hace más de 3 meses, y se les entregó un cuestionario de adherencia a dieta mediterránea validado, en el que consideramos pacientes con alta adherencia (AA) a aquellos que cumplieron más de 8 puntos en este. Se contrastaron las puntuaciones del cuestionario con los datos del informe del sensor de glucosa. Análisis estadístico mediante el programa IBM SPSS 25.

Resultados: Se analizaron datos de 34 pacientes, 23 de ellos varones, con una edad media de $45,13 \pm 15,96$ años y un tiempo de evolución de la diabetes de $22,03 \pm 13,34$ años; la HbA1c media en nuestro grupo fue de 7,91%. Encontramos un tiempo en rango (TIR) a 30 días de 53,71% en aquellos con baja adherencia (BA), frente a 67 en aquellos con AA ($p = 0,035$); con un coeficiente de variabilidad (CV) de 30 días de 36,22 en BA frente a 32,71 en AA ($p = 0,27$). En el control a 90 días, se objetivaron un TIR de 53,35 en BA frente a 67,06 en AA ($p = 0,019$); y un CV de 37,8 en BA frente a 32 en AA ($p = 0,042$).

Conclusiones: En nuestro estudio hemos podido constatar cómo una mayor adherencia a la dieta mediterránea se correlaciona con un mejor control glucémico. No obstante, disponemos de una pequeña muestra de pacientes y, por ende, serían precisos mayores estudios para confirmar estos hallazgos.