



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.