



Endocrinología y Nutrición



194 - ADHERENCIA A LA DIETA MEDITERRÁNEA EN DIABETES TIPO 1 Y RELACIÓN CON EL CONTROL METABÓLICO Y OTROS FACTORES ASOCIADOS

A. Mas Lorenzo^a, S. Ballesta Purroy^b, D. Benaiges Boix^b, J.J. Chillarón Jordán^b, Y. Inglada^c, A. Gonçalves^a, R.A. Morínigo Maldonado^a, E. Batista Álvarez^a y J.A. Flores-Le Roux^b

^aHospital Universitari Sagrat Cor. Barcelona. España. ^bHospital del Mar. Barcelona. España. ^cHospital Comarcal de l'Alt Penedès. Vilafranca del Penedès. España.

Resumen

Introducción: Numerosos estudios han demostrado el efectofavorable del cumplimiento de una dieta mediterránea sobre el riesgo cardiovascular en pacientes con diabetes mellitus tipo 2, pero hay poca evidencia de su efecto en pacientes con diabetes mellitus tipo 1 (DM1).

Objetivos: Evaluar el cumplimiento de la dieta mediterránea en un grupo de pacientes con DM1 y analizar su relación con el control metabólico y otros factores asociados.

Métodos: Estudio observacional descriptivo que incluyó pacientes con diagnóstico de DM1. Los datos analizados se obtuvieron mediante contestación de un cuestionario con los criterios de adherencia a la dieta mediterránea, los criterios de calidad de vida en función del "Cuestionario sobre calidad de vida Diabetes 39", así como datos sociodemográficos y clínicos. Se asume adherencia a la dieta mediterránea en aquellos pacientes que cumplen 8 o más de los criterios PREDIMED.

Resultados: n = 95. La adherencia a la dieta mediterránea en la muestra estudiada es del 68,4%. Menos del 50% de los pacientes cumplen los criterios PREDIMED que hacen referencia al consumo de frutas, vino, legumbres, pescado y frutos secos. Los criterios con más cumplimiento, en más del 75% de la muestra, son los referentes al consumo de aceite de oliva, carne roja, mantequilla, bebidas azucaradas y repostería. La adherencia a la dieta mediterránea se asoció significativamente a un mayor nivel de actividad física (p 0,016). No se encontró asociación significativa con el resto de variables estudiadas.

Conclusiones: Más de dos tercios de los pacientes con DM1 en la muestra estudiada presentan adherencia a la dieta mediterránea. Para aumentar dicha adherencia se debe fomentar el consumo de frutas, vino, legumbres, pescado y frutos secos, ya que constituyen los ítems con menor cumplimiento. Los pacientes con DM1 con mayor adherencia a la dieta mediterránea presentan mayor grado de actividad física.