



443/168 - Consejo dietético intensivo en atención primaria: resultados de un estudio

María Lourdes Rodríguez López

Enfermera de Atención Primaria. Centro de Salud Mirasierra. Granada.

Resumen

Objetivos: Evaluar la efectividad de las intervenciones de la consulta de consejo dietético intensivo (CDI). El CDI asegura el aprendizaje adaptado a las características y necesidades individuales de cada persona, a través de contactos personalizados y aprovechando las ventajas de las técnicas grupales, para la transmisión de conocimientos junto con la adquisición de habilidades, destrezas y actitudes.

Metodología: *Diseño:* estudio analítico longitudinal de cohorte única, sujetos adheridos al programa, con mediciones de las variables antes y después de la intervención. *Población de estudio:* se selecciona una muestra de pacientes con riesgo de enfermedad cardiovascular que cumplen los criterios de inclusión al estudio: tabaquismo, sobre peso, dislipemia, sedentarismo y acuden a la consulta CDI. *Fuente de recogida de información/Instrumentos:* se implementa una hoja de recogida de datos que incluye género, edad, índice de masa corporal (IMC), perímetro abdominal, hemoglobina glicosilada, colesterol total, LDL-colesterol, HDL-colesterol, triglicéridos, glucosa, tensión arterial sistólica y ejercicio físico. Los parámetros antropométricos y analíticos, establecidos en el protocolo, permiten realizar un seguimiento del paciente, a la vez que permiten realizar estudios en su conjunto para medir la efectividad del mismo. En el protocolo se establecen 2 hitos temporales (primera y última visita) donde se registran los parámetros antropométricos (peso, talla, índice de masa corporal, perímetro abdominal y toma de tensión arterial) y analíticos (glucosa, perfil lipídico con triglicéridos, HDL y LDL colesterol y hemoglobina glicosilada si diabetes mellitus). *Análisis de datos:* los datos recogidos sobre las variables dependientes e independientes se registran en una base de datos anonimizada, procesada estadísticamente con el programa SPSSv21. Aplicamos test-Student para muestras relacionadas en las variables: IMC, perímetro abdominal, hemoglobina glicosilada, HDL y tensión arterial sistólica y test de Wilcoxon para las variables: colesterol total, LDL, triglicéridos y glucosa.

Resultados: Se realiza un análisis descriptivo de los datos: las 21 personas que mostraron adherencia al programa CDI protocolizado durante 6 meses, fueron 12 mujeres (57,14%) y 9 hombres (42,86%). La edad media de las mujeres 57,58 años y de los hombres 55,11 años. Se comprueba una disminución significativa del IMC (índice de masa muscular), con una disminución media entre 1,45 y 2,6 siendo más acusado en los hombres; descenso del perímetro abdominal en ambos sexos, entre 3,15 y 7,65 siendo también mayor en varones; y mejora, desde el punto de vista clínico, en las variables antropométricas y parámetros analíticos que ocasionaron su derivación al CDI.

Discusión/Conclusiones: La consulta resultó ser efectiva en la población de estudio; ya que, los usuarios con adherencia al CDI tienen una mejora en las variables antropométricas y parámetros analíticos que ocasionaron su derivación al CDI, tras la intervención protocolizada en CDI de seis meses; y por tanto, la disminución en los factores de riesgo cardiovascular (FRCV).

Palabras clave: Consejo dietético. Atención primaria. Riesgo cardiovascular.