



130 - CAMBIOS EN EL ESTILO DE VIDA TRAS EL DIAGNÓSTICO DE LA ENFERMEDAD INFLAMATORIA INTESTINAL

J. Cameo Lorenzo^{1,2}, C. Mira Galisteo^{1,2}, M.M. García Calabuig³, C. Pomares Gómez⁴, D. Muñoz Gómez⁵, N. Canales Marco⁶, P. Bernabeu Juan^{2,6}, A. Gutiérrez Casbas^{1,2}, M.T. Ruíz Cantero^{2,7,8} y L. Sempere Robles^{1,2}

¹Unidad de Gastroenterología, Hospital General Universitario de Alicante. ²ISABIAL, Alicante. ³Unidad de Gastroenterología, Hospital Clínico Universitario de San Juan, Alicante. ⁴Unidad de Gastroenterología, Hospital General Universitario de Elche. ⁵Unidad de Gastroenterología, Hospital Universitario y Politécnico La Fe, Valencia. ⁶Unidad de Psicología Hospitalaria, Hospital General Universitario de Alicante. ⁷Departamento de Salud Pública, Universidad de Alicante. ⁸CIBERESP.

Resumen

Introducción: En la práctica clínica observamos en los pacientes con enfermedad inflamatoria intestinal (EII) cambios en su estilo de vida sin saber con exactitud la incidencia de estos.

Objetivos: Evaluar los cambios en el estilo de vida tras el diagnóstico de la EII.

Métodos: Estudio observacional prospectivo y multicéntrico en pacientes con nuevo diagnóstico de EII. Se realizaron entrevistas semiestructuradas evaluando los “cambios” en los hábitos de vida (dieta, ejercicio, descanso, relajación y distracción) en los 6 primeros meses tras el diagnóstico de la EII.

Resultados: Se incluyeron 123 pacientes (45,5% EC, 52,8% CU, 1,6% CI), (44,7% mujeres, 55,3% hombres) (mediana de edad 43 años 29-55) (43,9% nunca fumadores, 16,3% fumadores, 39,8% exfumadores). Los cambios en el estilo de vida consistieron en modificaciones en la dieta en 69 (56,2%) pacientes, en el aumento del ejercicio en 33 (26,8%), en el aumento del tiempo de descanso en 29 (23,6%), en el uso técnicas de relajación en 8 (6,5%) y en el aumento de las actividades de distracción en 20 (16,3%). No hubo diferencias en los cambios en los hábitos de vida entre los pacientes con EC y los pacientes con CU salvo en la dieta, donde los pacientes con EC efectuaron más cambios en la dieta 38 (67,9%) que los pacientes con CU 29 (44,6%), $p = 0,010$. En relación a las diferencias entre sexos, los hombres con más frecuencia incrementaron el ejercicio (hombres 33,8% vs mujeres 18,2%, $p = 0,050$), a diferencia de las mujeres que con más frecuencia incrementaron las actividades de distracción (hombres 10,3% vs mujeres 23,6%, $p = 0,046$). No hubo diferencias entre hombres y mujeres en los cambios en la dieta, el descanso y la relajación. La edad no se asoció con diferentes cambios en los hábitos de vida.

Conclusiones: Los cambios en el estilo de vida en los pacientes con EII aparecen de forma precoz, siendo la dieta el hábito que con mayor frecuencia se modifica.