



# Medicina de Familia. SEMERGEN



<https://www.elsevier.es/semergen>

## 212/3537 - Efecto de la Dieta Hipolipemiante Personalizada para la Dislipemia

J. Quintela Martínez<sup>a</sup>, P. Felpete López<sup>a</sup>, A. Regueiro Martínez<sup>b</sup>, S. Gomara Villabona<sup>b</sup>, V. Lois López<sup>b</sup>, J.M. Rey Tasende<sup>b</sup>, P. Aboy Pardo<sup>b</sup>, G. González Cristobo<sup>a</sup>, C. Seoane Suárez<sup>a</sup> y S. Castroagudín Campos<sup>a</sup>

<sup>a</sup>Médico Residente de Medicina Familiar y Comunitaria; <sup>b</sup>Médico de Familia. Centro de Salud Vilanova de Arousa. Pontevedra.

### Resumen

**Objetivos:** Primario: verificar si una intervención dietética personalizada produce un descenso mayor de cifras de colesterol que una intervención dietética global. Secundarios: describir cómo afecta al resto de factores de riesgo cardiovascular (HTA, peso, DM, IMC); describir y comprobar la adherencia a la dieta baja en grasas; describir y comprobar el tiempo necesario para una correcta intervención personalizada.

**Metodología:** Planteamos un estudio prospectivo, tipo ensayo clínico, en pacientes con dislipemia, subsidiarios de recibir tratamiento únicamente dietético, partiendo de la hipótesis de que una intervención más individualizada a la hora de explicar una dieta hipolipemiante consigue mejores resultados. Los pacientes del grupo de intervención, realizarán una encuesta alimentaria sobre el cumplimiento de la dieta mediterránea y posteriormente el consejo dietético según el resultado de la encuesta. Los pacientes del grupo control recibirán el consejo dietético estándar, con la entrega por escrito de la dieta hipolipemiante y consejos básicos sobre su cumplimiento. Se recogerán los datos antropométricos y clínicos en la hoja de recogida de datos y pasados 4 meses se realizará una analítica de control con perfil lipídico, tras la cual se revisará el seguimiento de la dieta y los consejos básicos. Al año de iniciada la dieta, se realizará un nuevo perfil lipídico. Los pacientes del grupo de intervención recibirán la encuesta alimentaria sobre el cumplimiento de la dieta mediterránea. Tras revisar el cuestionario cumplimentado, se dará un consejo dietético específico, basado en la dieta hipolipemiante recomendada. Se recogerán datos, antropométricos y clínicos en la hoja de recogida de datos y se programarán revisiones mensuales con el objeto de incentivar al paciente en el cumplimiento de la dieta personalizada y solucionar posibles dudas que surjan en relación a la misma. Hasta cumplir el año del inicio de la dieta, momento en el que se volverá a repetir el perfil lipídico.

**Resultados:** En este momento en el estudio está en proceso.

**Conclusiones:** Esperamos concluir que el descenso es mayor en el grupo con una intervención personalizada y seguimiento, que en aquel en que se hizo una intervención estándar.

**Palabras clave:** Dislipemias. Dieta. Colesterol.