Semergen. 2016;42(Espec Congr 15):3

Medicina de Familia. SEMERGEN

https://www.elsevier.es/semergen

212/1567 - Recomendaciones dietéticas en población geriátrica con osteoporosis

A. Altés Boronat[a], M. Aivar Blanch[b], M.C. Mayorgas Mayorgas[c], M. Amorós Brotons[c], E. Maroto Martínez[c], M.T. Muntión Alfaro[c], M.À. Sulé Salvadó[c], C. Casals Beistegui[c], E. Salvador Soligo[c] y M. Pastoret Descamps[c]

[a]Médico de Familia. Centro de Atención Primaria Sants. Barcelona. [b]Enfermera; [c]Médico de Familia. Área Básica de Salud Sants. Barcelona.

Resumen

Objetivos: Determinar si las pacientes siguen una alimentación equilibrada según las recomendaciones de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria. Describir las características sociodemográficas de la muestra.

Metodología: Estudio observacional, transversal y descriptivo. Tamaño muestral: 282 pacientes residentes en un área urbana de Barcelona. Análisis estadístico descriptivo, bivariante y multivariante. Criterios de inclusión: mujeres ≥ 65 años de edad con diagnóstico clínico y/o densitométrico de osteoporosis. Criterios de exclusión: diagnóstico de demencia; trastorno de la paratohormona; pacientes con alto grado de dependencia (Barthel 40); institucionalizadas o en atención domiciliaria. Variables: sociodemográficas, nutricionales y antropométricas.

Resultados: Edad media: 79,19 años (DE: 7,36). Lugar nacimiento: 65,6% originarias de Cataluña. Estado civil: 45,4% viudas y el 40,4% casadas. Convivencia: 55,3% viven acompañadas. Propiedades: 59,6 vivienda propia. Profesión: 45,7% trabajadoras no cualificadas. Percepción de clase social: 92,2% clase media. Ingresos: 59,7% declaró unos ingresos de 601-1.000 euros/mes. Nivel estudios: 64,9% estudios primarios Macronutrientes: glúcidos: 16,3% ingesta ≥ 50% de hidratos de carbono de absorción lenta y un 97,9% superaban el 10% de hidratos de carbono de absorción rápida. Lípidos: 93,3% ingesta ≥ 35% del aporte energético total. Proteínas: 100% ingesta inferior a 1 g/kg peso corporal/día, aunque si alcanzan el 12% de proteínas del total

1138-3593 / © 2016 Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN). Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

calórico. Vitamina D: 79,4% ingesta 800 UI/día, Calcio 38,7% ingesta 1.200 mg/día. Ingesta calórica: 1.589 Kcal/día (DE: 312,69).

Conclusiones: La muestra estudiada corresponde a una población envejecida, de clase media. Casi la mitad viven solas, son viudas y tienen estudios primarios. La mayoría de las pacientes siguen una alimentación rica en grasas, pobre en hidratos de carbono complejos y proteínas y deficitaria en vitaminas liposolubles, con una ingesta calórica en el límite inferior de las recomendaciones. El grado de cumplimiento de vitamina D es escaso y se sitúa en torno al 20% y respecto al calcio existe una dicotomía en el cumplimiento de las recomendaciones: aproximadamente un 40% de supraingesta o infraingesta. Los indicadores económicos más directos, como los ingresos, muestran una relación directa estadísticamente significativa con la ingesta dietética de calcio.

Palabras clave: *Nutrición. Recomendaciones. Geriatría. Osteoporosis.*

1138-3593 / © 2016 Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN). Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.