Semergen. 2017;43(Espec Congr 1):1296

Medicina de Familia. SEMERGEN

https://www.elsevier.es/semergen

242/3400 - VALORACIÓN DEL GRADO DE ADHERENCIA A UN PATRÓN DE DIETA MEDITERRÁNEA TRAS UNA INTERVENCIÓN INTENSIVA EN PACIENTES DE ALTO RIESGO CARDIOVASCULAR

A. Martín Martínez[a], Á. Lafont Alcalde[a], I. Ramiro Bejarano[b], M. Piro[c], N. Fernández Valverde[a] y E. Carriedo Ule[d]

[a]Médico Residente de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud José Aguado II. León.[b]Médico Residente de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud José Aguado. León.[c]Médico Residente de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud La Condesa. León.[d]Médico de Familia. Centro de Saludo José Aguado II. León.

Resumen

Objetivos: Objetivo: Examinar el grado de mejora en la adherencia a un patrón de dieta mediterránea (PDM) de una intervención intensiva basada en la promoción de una dieta mediterránea y el incremento de la actividad física en pacientes de alto riesgo cardiovascular.

Metodología: Ensayo clínico aleatorizado. Grupo control (GC): 118; grupo intervención (GI): 117. Criterios de inclusión: Hombres entre 55-75 años y mujeres entre 60-75 años con IMC entre 27 y 40 kg/m^2 con tres o más criterios de síndrome metabólico. El grupo control recibió información sobre dieta mediterránea, cuidados habituales y suplementos de aceite de oliva y frutos secos. El grupo intervención recibió un programa intensivo de educación con dieta mediterránea hipocalórica, fomento de la actividad física y terapia motivacional más suplementos de aceite de oliva y frutos secos. Se valoraron las modificaciones en el Dietary Score de Panagiotakos (DS) a los seis meses mediante t-Test para datos independientes o apareados según los casos. Se estimaron las OR de mejora del DS según grupos mediante modelos de regresión logística no condicional tras ajustar por sexo, edad y nivel de estudios.

Resultados: En ambos grupos se observó mayor puntuación en el DS tras la intervención (GC: 34,2 ± 3,5 a 35,3 ± 3,9; p = 0,001. GI: 34,1 ± 3,5 a 37,2 ± 3,7; p

1138-3593 / © 2017 Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN). Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

0,001). La mejoría fue significativamente mayor en el GI (GC: 1,1 ± 3,6; p = 0,001. GI = 3,1 ± 4,2; p 0,001). El 56,8% de los individuos del GC incrementaron su puntuación en el DS frente al 70,9% del GC. Tras el análisis ajustado se mantuvo una significativa mejoría en el GI (ORa = 1,94; IC95% = 1,12-3,35, p = 0,018).

Conclusiones: Ambas intervenciones mejoran significativamente la puntuación en el DS y por lo tanto la adherencia a un PDM. La intervención intensiva obtiene mejores resultados que la intervención estándar.

Palabras clave: Adherencia. Dieta mediterránea.

1138-3593 / © 2017 Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN). Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.