



## EA-032 - EFECTO DE LA COMORBILIDAD Y EL PESO EN LA INFLUENCIA DEL ESTILO DE VIDA SOBRE LA CALIDAD DE VIDA

R. Suárez del Villar<sup>1</sup>, D. Martínez-Urbistondo<sup>1</sup>, M. López Cano<sup>1</sup>, M. Agud<sup>1</sup>, E. Fernández<sup>1</sup>, A. Domínguez<sup>1</sup>, P. Villares<sup>1</sup> y J. Martínez<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Medicina Interna. Hospital Universitario Madrid Sanchinarro. Madrid. <sup>2</sup>Fisiología y Nutrición. Universidad de Navarra. Pamplona (Navarra).

### Resumen

**Objetivos:** Evaluar la influencia del estilo de vida en la calidad de vida (CdV) según la comorbilidad y el peso corporal.

**Material y métodos:** Estudio transversal de 132 pacientes ambulatorios de un Servicio de Medicina Interna. Se utilizaron cuestionarios validados para recopilar datos de IMC, estilo de vida, Charlson y CdV (SF-36). El estudio fue evaluado por el comité de Ética de nuestra institución.

**Resultados:** Los sujetos sanos tenían más CdV que los sujetos comórbidos ( $p < 0,05$ ). El IMC se asoció a una mejor calidad de vida en los grupos de comorbilidad ( $p < 0,05$ ). La actividad física (AF) y el sueño fueron estadísticamente significativos y se asociaron a una mejor CdV en pacientes comórbidos ( $p < 0,05$ ). Solo en aquellos sujetos sin comorbilidades, se encontró una asociación entre la CdV, la dieta mediterránea (DM) y la AF ( $p < 0,05$ ).

**Discusión:** La asociación de la AF con la CdV es consistente con la literatura. Sin embargo, al evaluar el resto de factores del estilo de vida, el resultado fue diferente según la comorbilidad. Que el sueño sea predictor en los comórbidos es plausible. La adherencia a la DM se asocia a una mayor CdV en los estudios publicados. Su influencia en los grandes comórbidos parece inferior, aunque probablemente no fue estadísticamente significativo en nuestro estudio por la falta de n. La influencia negativa del sobrepeso sobre la calidad de vida hace replantear la indicación de la DM a todos los individuos, por no haber demostrado disminución del peso corporal.

**Conclusiones:** Las comorbilidades y el sobrepeso deben evaluarse para interpretar las interacciones entre el estilo de vida y la calidad de vida para brindar un cuidado de la salud de precisión.

### Bibliografía

1. Estruch R, et al. Primary Prevention of Cardiovascular Disease with a Mediterranean Diet N Engl J Med. 2013;368:1279-90.
2. Álvarez-Álvarez I, et al. Adherence to a priori dietary indexes and baseline prevalence of cardiovascular risk factors in the PREDIMED-Plus randomised trial. Eur J Nutr. 2019.
3. Zeng Y, et al. Association of the combination of sleep duration and sleep quality with quality of

life in type 2 diabetes patients. Qual Life Res. 2018;27(12):3123-30.