



## V-026 - ADHERENCIA A LA DIETA MEDITERRÁNEA EN PACIENTES INGRESADOS EN MEDICINA INTERNA

M. Pérez Trisancho<sup>1</sup>, C. Leyva Prado<sup>1</sup>, C. Díaz Pérez<sup>2</sup>, S. Bermejo Vázquez<sup>2</sup> y M. Raffo Márquez<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Medicina Interna. Costa de la Luz. Huelva. <sup>2</sup>Medicina Interna. Complejo Hospitalario de Especialidades Juan Ramón Jiménez. Huelva.

### Resumen

**Objetivos:** La dieta mediterránea (DM) como modelo de dieta de calidad se asocia con una reducción de la mortalidad y con una mejora en la calidad de vida. Nuestro objetivo es determinar la adherencia a la dieta mediterránea de los pacientes ingresados en Planta de Medicina Interna.

**Material y métodos:** Estudio descriptivo realizado en el Hospital Costa de la Luz (Huelva) desde el 1 de enero 2019 al 1 de junio de 2019 a los pacientes ingresados en planta de Medicina Interna. Se realizó el cuestionario de adherencia a la dieta mediterránea PREDIMED. Para obtener el score de puntuación, se le asigna el valor +1 a cada uno de los ítems con connotación positiva respecto a la DM y -1 cuando los ítems tienen una connotación negativa. A partir de la suma de los valores obtenidos en los 14 ítems se determina el grado de, categorizándose a los sujetos como adheridos estrictos ( $\geq 9$  puntos), adheridos moderados ( $\geq 7$  puntos) y baja adherencia ( $< 7$  puntos).

**Resultados:** Se realizó la encuesta PREDIMED a 360 pacientes de los cuáles el 70,28% eran mujeres con una edad media de 70 años (rango 19-101 años). El 30,55% de los pacientes eran fumadores, el 41,66% bebían alcohol, realizaban actividad física el 33,33% y el 26,38% presentaban sobrepeso. El 61,94% tenían buena adherencia y el 38,06% tenían baja adherencia. Los pacientes mayores de 50 años consumen muchas frutas, verduras, pescados, legumbres y aceite de oliva y los pacientes menores de 50 años consumen más dulces, refrescos, carnes rojas y alimentos procesados.

**Conclusiones:** Los pacientes mayores presentaban adherencia elevada sin embargo la mayoría de los jóvenes presentaban una adherencia baja, requiriendo de modificaciones en su patrón alimentario y por tanto se necesitan intervenciones centradas en este colectivo para evitar en un futuro el desarrollo de enfermedades cardiovasculares.

### Bibliografía

1. Zaragoza A, Ferrer R, Cabañero MJ, Hurtado J, Laguna A. Adherencia a la dieta mediterránea y su relación con el estado nutricional en personas mayores. *Nutr Hosp*. 2015;31:1667-74.