



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

M. Pérez Trisancho¹, C. Leyva Prado¹, C. Díaz Pérez², S. Bermejo Vázquez² y M. Raffo Márquez²

¹Medicina Interna. Costa de la Luz. Huelva. ²Medicina 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 (≥ 9 puntos), adheridos moderados (≥ 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.