



1647 - EVALUACIÓN DE ADHERENCIA A DIETA PLANETARIA ENTRE PROFESIONALES SANITARIOS

Javier Fernández Rodríguez¹, Víctor José Vega Rodríguez¹, Rocío Ruiz Hueso², Jorge Collado Sáenz³ y Pablo Pérez Martínez⁴

¹Complejo Asistencial Universitario de Salamanca, Salamanca. ²Hospital Universitario Virgen Macarena, Sevilla.

³Hospital Universitario San Pedro, Logroño. ⁴Hospital Universitario Reina Sofía, Córdoba.

Resumen

Objetivos: Identificar el patrón de alimentación de diversos grupos de profesionales sanitarios, atendiendo a los criterios de dieta saludable planetaria.

Métodos: Se realizó un estudio observacional descriptivo a través de una encuesta a nivel nacional en el mes de noviembre de 2021 mediante un formulario de encuestas online (Google Forms) a profesionales sanitarios y que fue distribuido por diferentes redes sociales. En ella, se preguntaron características socio demográficas, antropométricas, hábitos de vida saludables y hábitos de alimentación. En este último aspecto, se realizaron 5 preguntas acerca de la nutrición planetaria (tabla). Datos analizados mediante SPSS25.

Resultados: Se incluyeron 561 profesionales sanitarios de 39 provincias distintas, con una edad media de $37,9 \pm 11,7$, siendo la mayoría mujeres (76,3%). De entre ellos 364 eran médicos (64,9%), 287 de especialidades médicas (78,8%), y 102 internistas (27,9%). El cuestionario MEDAS arrojó una buena adherencia en el 60,1% de los profesionales. Se realizaron 5 preguntas acerca del consumo de alimentos relacionado con este patrón de dieta (tabla 1). Un alto porcentaje de profesionales consume alimentos de temporada, con un alto consumo de productos locales y con un bajo consumo de alimentos precocinados y alimentos con azúcares añadidos (tabla). En relación a la edad, se observó una correlación directa entre las personas de mayor edad y el mayor consumo de alimentos de temporada y productos locales, e inversa con los alimentos precocinados y consumo de azúcares añadidos ($p = 0,001$). Curiosamente los médicos consumen menos alimentos de temporada ($p = 0,004$), menos productos locales ($p = 0,004$) y más alimentos precocinados ($p = 0,025$) comparados con el resto de profesionales. Por último, los médicos internos residentes consumen menos alimentos de temporada ($p = 0,001$), menos productos locales (0,014), más alimentos precocinados ($p = 0,016$) y más alimentos con azúcares añadidos ($p = 0,001$) que los adjuntos. Según el cuestionario MEDAS se observa una correlación directa entre buena adherencia a dieta mediterránea, consumo de alimentos de temporada y productos locales; e inversa con alimentos precocinados y con azúcares añadidos ($p = 0,001$).

	Frecuencia	Porcentaje (%)
--	------------	----------------

Alimentos de temporada		
No	71	12,6
Sí	490	87,2
Consumo de productos locales		
No	118	21
Sí	443	78,8
Alimentos precocinados		
Nunca	78	13,9
< 1 vez a la semana	268	47,7
> 1 vez a la semana	191	34
Casi a diario	24	4,3
Azúcares añadidos		
Nunca	77	13,7
< 1 vez a la semana	242	43,1
> 1 vez a la semana	195	34,7
Casi a diario	47	8,4
Productos lácteos		
Nunca	4	0,7
< 1 vez a la semana	45	8
> 1 vez a la semana	373	66,4
Casi a diario	139	24,7
Total	561	100%

Conclusiones: Los médicos adjuntos presentan una mayor adherencia a la dieta saludable planetaria que los médicos residentes, con un mayor consumo de alimentos de temporada y productos locales, reduciendo el consumo de alimentos precocinados y con azúcares añadidos. Además los médicos presentan un peor patrón de adherencia a la dieta planetaria que el resto de profesionales.

Bibliografía

1. Pérez-Martínez P, *et al.* Dieta Planetaria Saludable: ¿Tenemos que replantearnos las recomendaciones basadas en la dieta mediterránea?" *Clínica e Investigación en Arteriosclerosis*. 2019;31:218-21.
2. The EAT-Lancet Commission on Food, Planet, Health - EAT Knowledge [Internet]. EAT. 2022. Disponible en: <https://eatforum.org/eat-lancet-commission>