

Intervención dietética en pacientes dislipémicos en Atención Primaria.

Hermida González, Laura¹; Roel Bonome, Victoria²; López González, Elena³.

Cad Aten Primaria
Año 2018
Volume 24 (1)
Pág. 46

1 MIR IV AFYC CENTRO DE SAÚDE TABOADA LEAL, UNIDAD DOCENTE DE VIGO, VIGO.

2 MIR IV AFYC CENTRO DE SAÚDE DE BEMBRIVE, UNIDAD DCOENTE DE VIGO, VIGO.

3 MIR IV AFYC CENTRO DE SAÚDE DE REDONDELA, UNIDAD DOCENTE DE VIGO, REDONDELA.

INTRODUCCIÓN

La dieta tipo DASH (dietary approaches to stop hypertension) es un método de intervención dietética basada en compuestos fitoquímicos antioxidantes que ha resultado eficaz en el tratamiento de la Hipertensión arterial (HTA). Este estudio se ha realizado con el objetivo de comprobar su eficacia sobre el perfil lipídico.

MÉTODOS

Se ha realizado a través de un diseño ante-post durante un período de tres meses en un grupo de pacientes con dislipemia de novo o a tratamiento no controlados, de edades comprendidas entre 40-75 años, captados en la consulta de medicina de familia en 3 centros de salud del área de Vigo (Pontevedra, España). El tamaño muestral calculado fue 104.

La intervención consistió en consulta presencial informando al paciente sobre la dieta y facilitándole un calendario semanal donde debe registrar incidencias y verificar su cumplimiento en el tipo y frecuencia de los alimentos recomendados. Se registraron datos basales al inicio (peso, perímetro abdominal, colesterol total, LDL-colesterol, triglicéridos, HDL-colesterol, score pre intervención, TAS, TAD, uso de fármacos crónicos), control al mes de inicio (peso, perímetro abdominal, tensión arterial y adherencia terapéutica) y a los tres meses un control final (control analítico, TA, peso, perímetro abdominal y posibles incidencias encontradas con la dieta durante la intervención).

Se consideró el perfil lipídico (colesterol total, LDL, HDL y triglicéridos) como resultados principales y secundariamente la tensión arterial, peso, perímetro abdominal (PA), y el SCORE. Como variables moduladoras del efecto se consideraron la actividad física, el consumo de estatinas y el cumplimiento de las medidas dietéticas consideradas (lácteos, aceite de oliva virgen extra, semillas de lino y sésamo, ajo, vegetales, carne, pescado azul, precocinados, forma de cocinar, nueces, azúcares y pan).

Se realizó estudio descriptivo, bivariente con SPSSv22 y modelo mixto multinivel con el paquete lme4 de R.

RESULTADOS

Se reclutaron a 97 pacientes, pero completaron la intervención 62. De ellos 38 mujeres (61,3%) y 24 hombres (38,7%) con una edad media de 60 años.

Entre los resultados destacamos el descenso del colesterol total con media -18 mg/dL e intervalo de confianza al 95% de ± 3 , descenso de LDL colesterol de -15 mg/dL ± 3 y descenso de triglicéridos de -27 mg/dL ± 5 .

Con la prueba de Wilcoxon, fueron significativas las diferencias ante-post para colesterol total, LDL colesterol, HDL colesterol, triglicéridos y perímetro abdominal.

En el análisis multivariante, se construye un modelo cuyo componente randomizado es el paciente y los componentes fijos son el cumplimiento de las diferentes recomendaciones dietéticas. Con $p=0,000$, comprobamos que el colesterol total disminuye entre -23,153 y -12,879 mg/dl. Para la tensión arterial sistólica, el modelo no converge.

CONCLUSIONES

Se confirma la efectividad de la intervención dietética en el perfil lipídico, aunque el impacto específico de la inclusión de alimentos específicos (los vegetales, pescado azul, el ajo, el té verde, el aceite de oliva virgen extra, nueces y semillas) así como la exclusión de otros (refinados, carne, forma cocinado) presenta amplia variabilidad.

La variación del peso corporal no ha sido estadísticamente significativa en relación con la mejoría de las variables principales. Esto pone de manifiesto la relevancia de centrar la intervención dietética en el tipo o calidad de los alimentos en lugar de la restricción calórica.