Reumatol Clin. 2020;16(Espec Cong):377

Reumatología Clínica

https://www.reumatologiaclinica.org

RC021 - Adherencia a la dieta mediterránea en pacientes con artrosis, estudio multicéntrico

I. Morales-Ivorra[1], D. Grados[1], A. Rozadilla[2], J.M. Nolla[2], L. Valencia[2], B. Busque[1], F. Bové[1], D. Madrid[1] y M. Romera-Baurés[2]

[1]Hospital de Igualada. [2]Hospital Universitari de Bellvitge. Hospitalet de Llobregat.

Resumen

Introducción: La artrosis es la enfermedad reumática más prevalente, afecta a más de 240 millones de personas y su etiología es multifactorial. La dieta mediterránea ha demostrado ser beneficiosa en un gran número de enfermedades crónicas. La relación entre dieta mediterránea y artrosis es compleja y hay pocos estudios que hayan estudiado esta relación. Éstos ponen de manifiesto que podría haber una asociación positiva entre la adherencia a la dieta mediterránea y una menor prevalencia de artrosis.

Objetivos: Determinar la adherencia a la dieta mediterránea de pacientes con artrosis y compararla con la de sujetos sanos.

Métodos: Estudio multicéntrico, transversal, observacional. Se incluyen en el estudio pacientes que acuden a la consulta de reumatología y cumplen los criterios diagnósticos de artrosis de manos, rodillas o cadera. Los sujetos sanos son reclutados entre personal sanitario y acompañantes de pacientes que no convivan en el mismo domicilio que el paciente ni tengan enfermedad reumática diagnosticada. El estudio se está realizando en las consultas de reumatología de dos Hospitales (uno de tercer nivel y otro comarcal) y un ambulatorio con atención especializada. Todos los sujetos incluidos en el estudio han respondido una encuesta de 14 preguntas (MEDAS-14), basado en el estudio Predimed, mediante la cual se valora la adherencia a la dieta mediterránea. Se ha utilizado el test exacto de Fisher y la prueba U de Mann-Whitney para evaluar la significancia estadística. El estudio fue aprobado por el CEIC de los centros.

Resultados: Se han realizado 147 encuestas (82 pacientes con artrosis y 65 sanos). La puntuación media de adherencia a la dieta mediterránea en los pacientes con artrosis es inferior a la de sanos, esta diferencia no es estadísticamente significativa (6,85 vs 7,15, $p > 0,05$). Sí hay diferencias estadísticamente significativas entre los grupos (artrosis vs sanos) en cuanto al porcentaje de sujetos que consumen: dos o más raciones de verduras diarias (13% vs 34%); tres o más piezas de fruta diaria (45% vs 26%); menos de una ración de mantequilla/margarina diaria (82% vs 98%) y 3 o más raciones semanales de frutos secos (17% vs 35%).

Cuestionario MEDAS-14

	Artrosis	Sanos	p-valor

N = 82 N (%)	N = 65 N (%)		
1. Uso mayoritario de aceite de oliva	94%	97%	ns
2. Uso de aceite de oliva ? 4 cucharadas/día	28%	29%	ns
3. Verduras ? 2 raciones/día	13%	34%	p 0,05
4. Fruta ? 3 raciones/día	45%	26%	p 0,05
5. Carne roja 1 ración/día	55%	51%	ns
6. Mantequilla/margarina 1 ración/día	82%	98%	p 0,05
7. Bebidas azucaradas 1/día	83%	80%	ns
8. Vino ? 7 vasos/semana	1%	6%	ns
9. Legumbres ? 3 raciones/semana	39%	40%	ns
10. Pescado-marisco ? 3 raciones/semana	10%	20%	ns
11. Repostería comercial 2/semana	63%	49%	ns
12. Frutos secos ? 3 raciones/semana	17%	35%	p 0,05
13. Carne blanca > carne roja	91%	82%	ns
14. Sofrito ? 2 veces/semana	63%	68%	ns
Puntuación total MEDAS - 14	6,85	7,15	ns

Conclusiones: La adherencia a la dieta mediterránea cuantificada mediante MEDAS-14 en pacientes con artrosis es inferior a la de sujetos sanos pero esta diferencia no es estadísticamente significativa. Los pacientes con artrosis comen menos verdura pero más fruta, más mantequilla y menos frutos secos. Estas diferencias sí son estadísticamente significativas. Son necesarios estudios de intervención longitudinales para evaluar si las diferencias observadas en este estudio guardan alguna relación de causalidad.

1699-258X © 2020. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados