



P259/S5-P4 RELACIÓN ENTRE EL ÍNDICE DE DIVERSIDAD DE LA DIETA Y LA PROGRESIÓN DE LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER

Magíster en Nutrición Gloria Cecilia Deossa Restrepo¹, Licenciada María Fernanda Ospina Cardona¹, **PhD Georgina Gómez Salas²**, Licenciado en Nutrición Marco Segura Buján³
¹Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia, ²Escuela de Medicina, Universidad de Costa Rica, San José, Costa Rica, ³Escuela de Nutrición, Universidad de Costa Rica, San José, Costa Rica

Introducción: La enfermedad de Alzheimer (EA), es la forma más común de demencia y se caracteriza por la pérdida progresiva de la memoria y la función cognitiva. Diversos estudios han relacionado la alimentación y los estilos de vida con la aparición y el desarrollo de la enfermedad. El paciente con EA puede presentar disminución del apetito, deficiencia de nutrientes, y problemas de masticación y deglución que comprometen el estado nutricional. Una dieta que incluya mayor variedad de alimentos proporciona una mayor cantidad de micronutrientes para el mantenimiento de las funciones cerebrales. El objetivo de este estudio fue analizar el índice de diversidad de la dieta (IDD) en una población con EA temprano en Medellín y su relación con la progresión de la enfermedad. **Métodos:** estudio transversal realizado en muestra de 49 individuos con variante genética PSEN1(E280A) seleccionados a conveniencia. Se utilizó un cuestionario semicuantitativo de frecuencia de consumo de alimentos. El IDD se determinó siguiendo la metodología de la FAO (2021) que toma en cuenta el consumo de 10 grupos de alimentos: Granos, cereales, tubérculos y raíces de color blanco, Leguminosas, Nueces y Semillas, Lácteos, Carnes, Huevos, Vegetales de hoja verde, Frutas y Vegetales ricos en vitamina A, Otros Vegetales y Otras Frutas. Al consumo de al menos 15g/d se le asignó un punto para un puntaje máximo de 10 puntos. A mayor puntaje mayor diversidad de la dieta. Los datos se presentan como promedios y desviación estándar. Se utilizaron pruebas Mann-Whitney y Kruskal-Wallis y prueba de Chi² para comparar entre grupos. **Resultados:** El 63,3% fueron mujeres; edad 53,9±7,0 años. El IDD promedio fue de 7.2 puntos, siendo mayor (9.0 puntos) entre los pacientes con deterioro cognitivo leve. Se observó relación inversa y significativa entre el grado de demencia y el IDD (p<0.05). **Conclusiones:** Una dieta más diversa se relacionó con un menor avance de la enfermedad en pacientes con EA temprana. Lo anterior sugiere que aumentar la diversidad de la dieta podría incidir potencialmente en el desarrollo de la enfermedad.

Palabras clave: enfermedad de Alzheimer, índice de diversidad de la dieta, Medellín.

P260/S5-P5 EFECTO DE INTERVENCIONES NUTRICIONALES Y EN EL ESTILO DE VIDA EN EL CONTROL GLICÉMICO EN ADULTOS CON DIABETES TIPO 2

Sra. Liza María Prera Flores¹, MSc Ana Luisa Lemus², Mgtr Lorena López-Donado¹

¹Universidad Mariano Gálvez, Guatemala, Guatemala, ²Unidad de Atención Integral del VIH e infecciones crónicas Dr. Carlos Rodolfo Mejía Villatoro Hospital Roosevelt, Guatemala, Guatemala

Introducción: La diabetes es una enfermedad crónica no transmisible que puede provocar complicaciones principalmente derivadas por lo regular de un inadecuado control glicémico. El abordaje recomendado debería tomar en cuenta intervenciones con un enfoque multidisciplinario: tratamiento dietoterapéutico, ejercicio, educación sobre diabetes y cambios en el estilo de vida, lo cual la evidencia indica contribuye a la mejora del control glicémico y en la calidad de vida del paciente. **Objetivo:** Evaluar el efecto de intervenciones nutricionales y en el estilo de vida en el control glicémico en adultos con diabetes tipo 2. **Métodos:** Se llevo a cabo una revisión sistemática de literatura que incluyó 50 artículos identificados en Google Académico, Scielo, Medigraphic, Sciencedirect y Elsevier, evaluados por medio de la escala de gradación de Oxford. **Resultados:** El 84% de los estudios analizados demuestran que las intervenciones nutricionales: educación, ejercicio, dieta y estilo de vida, son de beneficio para mejorar el control glicémico, la calidad de vida, el manejo de la enfermedad y disminuir el riesgo de morbilidad en adultos con diabetes tipo 2. En 42 de los estudios, en donde participaron 35,477 pacientes, 50% de las intervenciones fueron combinadas y tuvieron mayor impacto en el control glicémico. 44 estudios incluían un periodo de intervención mayor o igual a 3 meses, obteniéndose mejores resultados en los programas de 3 meses. **Conclusiones:** Las intervenciones nutricionales educativas, dietoterapéutico con un plan dietético estructurado, de estilo de vida y ejercicio de intervalos de alta y baja intensidad en combinación con 2 o más intervenciones presentan un efecto en el control glicémico en pacientes adultos con diabetes tipo 2 en un periodo mayor a 3 meses.

Palabras clave: diabetes tipo 2, glicemia, dieta, actividad física, estilo de vida, educación.

