Rev Clin Esp. 2020;220(Espec Congr):192

Revista Clínica Española

https://www.revclinesp.es

EA-094 - EFECTO LEGADO DE LA DIETA MEDITERRÁNEA EN LA FUNCIÓN Y MASA MUSCULAR DE UNA COHORTE DE PACIENTES INCLUIDOS EN EL ESTUDIO PREDIMED

J. Naval Álvarez, E. Viñas, A. Jordán, A. Capdevila, I. Carbonell, A. López-Soto y E. Sacanella

Medicina Interna. Hospital Clínic i Provincial. Barcelona.

Resumen

Objetivos: Evaluar si una intervención con dieta mediterránea (Dmed) retrasa la aparición de disfunción muscular y sarcopenia asociada al envejecimiento en una cohorte de pacientes incluidos en el estudio PREDIMED.

Material y métodos: Se incluyeron 230 participantes del estudio PREDIMED pertenecientes a los 3 grupos de intervención (dieta baja en grasas; DMed con aceite de oliva; DMed con frutos secos) tras 5 años de finalizar el estudio. Se recogieron datos sociodemográficos, clínicos y nutricionales. Además, se analizó la velocidad de la marcha (4m), la fuerza de prensión en el brazo dominante con dinamómetro hidráulico (Jamar 5030J1, Chicago, EEUU) y la masa muscular e índice de masa muscular (IMM) mediante bioimpedanciometría (RJL Systems BIA 101).

Resultados: La edad media fue 75,2 ± 5,3 años siendo mayores (3 años) los grupos de Dmed ($p < 0,001$) respecto al control. La autonomía funcional, comorbilidad y estado cognitivo fue similar entre grupos. En las mujeres, la media de masa muscular fue 21,9 ± 5,05 Kg y el IMM 9,3 ± 1,8 Kg/m^2, mientras que en los hombres fue de 34,1 ± 5,9 Kg y el IMM 13,1 ± 1,9 Kg/m^2. El 41% de los sujetos tenía una velocidad de la marcha anómala (< 0,8 m/s) y en el 88% la fuerza de prensión fue patológica con predominio de mujeres en ambos casos ($p < 0,001$). No hubo diferencias significativas en estos parámetros según grupos. La prevalencia de presarcopenia y/o sarcopenia fue del 3,6.

Discusión: La prevalencia de sarcopenia en esta cohorte fue muy baja (< 5%), respecto a otras series publicadas (10-30%). Sin embargo, las alteraciones en la velocidad de la marcha y fuerza de prensión fueron mucho más prevalentes. Aunque los pacientes en los grupos de DMed eran más viejos que en el control, no había diferencias en los parámetros musculares analizados. Esto sugiere que la DMed puede ejercer un papel protector en la disfunción muscular asociada al envejecimiento.

Conclusiones: La intervención con DMed a largo plazo en el anciano podría retrasar el desarrollo de sarcopenia. Fomentar en los ancianos la adherencia a la DMed puede contribuir a enlentecer la aparición de fragilidad. Proyecto financiado por la Ayuda SEMI-2015

Bibliografía

1. NEJM 2018;327:1020-4.

0014-2565 / © 2020, Elsevier España S.L.U. y Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI). Todos los derechos reservados.