Rev Clin Esp. 2016;216(Espec Congr):1095

Revista Clínica Española

https://www.revclinesp.es

RV-018 - IRA, ESTRÉS Y DIETA MEDITERRÁNEA COMO PREDICTORES DEL SÍNDROME METABÓLICO

N. Navarrete Navarrete[1], J. García[2], I. Peralta Ramírez[2], V. Caballo[2], J. Vargas Hitos[1], F. Jaén Águila[3], J. Mediavilla[3], J. Jiménez Alonso[1]

[1]Unidad de Enfermedades Autoinmunes Sistémicas. Servicio de Medicina Interna,[3]Unidad de HTA y Riesgo Vascular. Servicio de medicina Interna. Hospital Universitario Virgen de las Nieves. Granada.[2]Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento psicológico. Universidad de Granada. Granada.

Resumen

*Objetivos:*Identificar las variables psicológicas, emocionales y de estilo de vida que influyen en los distintos componentes del SM, así como posibles diferencias según sexo del paciente.

*Material y métodos:*Estudio transversal, con 103 pacientes que cumplían los criterios diagnósticos del SM, de los cuales 47 fueron hombres y 56 fueron mujeres. Para evaluar las diferentes variables relacionadas con el SM se recogieron medidas antropométricas, analíticas y clínicas. Además se evaluaron variables psicológicas y emocionales, como el estrés, la ira y la calidad de vida.

*Resultados:*La edad media fue de 55,95 años (DT = 7,78) para las mujeres y 54,11 años (DT = 8,11) para los varones, el peso 81,92 (DT = 13,41) y 97,06 (DT = 14,03), respectivamente con diferencia significativa (p = 0,000). También se han encontrado diferencias significativas para el colesterol total, 214,23 (DT = 36,76) en mujeres y 188,20 (DT = 48,20) en varones (p = 0,003), para el cHDL, 53,65 (DT = 13,32) en mujeres y 42,72 (DT = 11,03) en varones (p = 0,000), así como en el perímetro abdominal 109,73 (DT = 12,17) en mujeres y 116,18 (DT = 12,52) en varones (p = 0,010). La puntuación del estés percibido fue 27,32 (DT = 9,25) en mujeres y 21,74 (DT = 9,77) en varones (p = 0,004) y de 42,87 (DT = 8,45) en mujeres y 46,01 (DT = 7,38) para los varones (p = 0,052) en el componente físico de calidad de vida. Para comprobar qué variables eran predictoras del SM se realizaron diferentes regresiones múltiples lineales siendo las variables dependientes el índice de masa corporal (IMC), circunferencia abdominal, colesterol HDL, y calidad de vida y las variables predictoras, estrés psicológico, ira, adherencia a la dieta mediterránea y autoeficacia. Los resultados mostraron que el estrés psicológico era predictor de la calidad de vida (p = 0,00). La ira era predictora del IMC (p = 0,047), y de la circunferencia abdominal (p = 0,001). Además como era previsible la adherencia a la dieta mediterránea fue predictora del cHDL (p = 0,006), de la calidad de vida (p = 0,029) y la autoeficacia también fue predictora del cHDL (p = 0,013).

*Discusión:*De acuerdo con resultados las mujeres presentan más estrés y menor calidad de vida en el componente físico que los hombres. Así como, mayor concentración de colesterol total, lo que puede ser explicado por presentaren también concentraciones más elevadas de cHDL. Los resultados confirman la relación entre adherencia a los hábitos alimentarios y el estilo de vida, sin embargo da un paso más mostrando la importancia de factores psicológicos y emocionales como el estrés psicológico, la ira y la autoeficacia en algunos componentes del SM.

Conclusiones: el estrés crónico, la ira y los hábitos de vida poco saludables se relacionan de forma importante con el SM. De este modo, manejar el estrés y los sentimientos de ira y aumentar la autoeficacia, pueden ayudar a conseguir una reducción del riesgo de SM y de sus componentes, lo que conlleva a una mejora de la salud y calidad de vida. Es importante que los profesionales de la salud que asisten de forma directa a estos pacientes sean conscientes de la importancia de estas variables y de la forma en que se relacionan con la enfermedad.

0014-2565 / © 2016, Elsevier España S.L.U. y Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI). Todos los derechos reservados.