

Nota de prensa – 22 de mayo de 2020

La Dieta Mediterránea se asocia con una mejor calidad de vida en adultos con diabetes tipo 1

- **Un estudio del CIBERDEM con 258 pacientes con diabetes tipo 1 evidencia el efecto positivo de la Dieta Mediterránea**
- **Otro trabajo de los mismos investigadores demuestra una mayor adherencia a la Dieta Mediterránea en pacientes con diabetes tipo 2 frente a personas sanas**

Barcelona, 22 de mayo de 2020.- Un mayor grado de adherencia a la Dieta Mediterránea se asocia con una mejor calidad de vida en los pacientes con diabetes tipo 1. Así lo demuestra un estudio multicéntrico publicado en *Nutrients* e impulsado por el grupo del CIBER de Diabetes y Enfermedades Metabólicas (CIBERDEM) del Instituto de Investigación Biomédica Sant Pau (IIB Sant Pau), liderado por el Dr. Dídac Mauricio, Jefe del Grupo de Investigación d'Endocrinología y Nutrición del Institut de Recerca de Sant Pau i Director del Servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital de Sant Pau, en que se ha recogido una muestra de 258 participantes con diabetes mellitus tipo 1 en varios centros hospitalarios de Cataluña.

Los investigadores, a través de entrevista personal a 258 pacientes con diabetes mellitus tipo 1, les administraron cuestionarios específicos de calidad de vida: el *Audit of Diabetes-Dependent Quality of Life* y el *Diabetes Treatment Satisfaction*, además de un cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos validado en población española. Una vez analizado el patrón alimentario en base a dos índices: el *alternate Mediterranean Diet Score* (aMED) para la Dieta Mediterránea y el *alternate Healthy Eating Index* (aHEI) para la alimentación saludable, los resultados demostraron que una adherencia a la Dieta Mediterránea moderada y alta estaba asociada con una mejor calidad de vida en los pacientes con diabetes tipo 1.

Según explica el jefe de grupo del CIBERDEM Didac Mauricio, *“los resultados de las encuestas demuestran que una adherencia a las recomendaciones nutricionales de la Dieta Mediterránea están relacionados con una mayor calidad de vida en pacientes con diabetes. Por contra, no observamos asociación con la satisfacción con el tratamiento global, aunque una alta adherencia al patrón de alimentación saludable se relacionó positivamente con los ítems específicos “convenciencia” y “flexibilidad” y negativamente con “recomendar a otros pacientes que presentaban una diabetes similar a la suya el tratamiento recibido”.*

Los pacientes con diabetes tipo 1 reciben terapia médico-nutricional basada no solamente en el manejo de carbohidratos y su adaptación al tratamiento con insulina, sino que además se les da recomendaciones nutricionales basadas en la Dieta Mediterránea, que constituye un patrón dietético importante en la prevención de enfermedades cardiovasculares, especialmente en pacientes con diabetes.

Los pacientes con diabetes tipo 2, con mayor adherencia a esta dieta

Asimismo, un artículo publicado en la revista *Nutrients* que también cuenta con la participación del CIBERDEM y liderado también por el Doctor Mauricio, describe que las personas con diabetes tipo 2 muestran una mayor adherencia a los postulados de la Dieta Mediterránea.

Se calculó el puntaje alternativo de la Dieta Mediterránea (aMED) y el Índice Alternativo de Alimentación Saludable (aHEI), y el análisis estadístico incluyó la comparación entre grupos y modelos multivariantes. Los participantes con DM2 mostraron puntuaciones más altas de aMED y AHEI en comparación con el grupo control sin diabetes.

Este estudio, que contó con 476 participantes (238 con diabetes tipo 2 y 238 sin ella) evaluó el patrón dietético en personas con la enfermedad y sin ella. *“Nuestros hallazgos en esta ocasión demuestran que los participantes con diabetes tenían un patrón dietético más saludable en aMED y aHEI en comparación con los grupos sin diabetes; y las puntuaciones más altas para ambos índices se asociaron positivamente con la diabetes tipo 2, una mayor edad y mayor actividad física”*, indica Didac Mauricio.

Además, la puntuación aMED también se asoció con la presencia de dislipidemia, mientras que la puntuación aHEI se relacionó con el género femenino. En los participantes con DM2, la edad y la dislipidemia se asociaron con una puntuación aMED más alta y el género femenino se relacionó con una puntuación aHEI más alta.

Enlace a los artículos de referencia:

The Mediterranean Diet is Associated with an Improved Quality of Life in Adults with Type 1 Diabetes

Minerva Granado-Casas, Mariona Martin, Montserrat Martínez-Alonso, Nuria Alcubierre, Marta Hernández, Núria Alonso, Esmeralda Castelblanco, y Dídac Mauricio

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/31906543>

Spanish People with Type 2 Diabetes Show an Improved Adherence to the Mediterranean Diet

Nuria Alcubierre, Minerva Granado-Casas, Jordi Real, Hèctor Perpiñán, Esther Rubinat, Mireia Falguera, Esmeralda Castelblanco, Josep Franch-Nadal y Didac Mauricio

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32093385>

Sobre el CIBERDEM

El CIBER (Consortio Centro de Investigación Biomédica en Red, M.P.) depende del Instituto de Salud Carlos III –Ministerio de Ciencia e Innovación– y está cofinanciado por el Fondo Europeo de Desarrollo Regional (FEDER). El CIBER de Diabetes y Enfermedades Metabólicas Asociadas (CIBERDEM) está formado por 30 grupos de investigación que trabajan principalmente dentro de tres programas científicos: Epidemiología, genética y epigenética de la diabetes mellitus. Complicaciones crónicas y comorbilidades; Determinantes moleculares y celulares de la función, lesión y protección de los islotes pancreáticos. Medicina regenerativa y terapias avanzadas; y Mecanismos celulares y moleculares implicados en el desarrollo y la progresión de la diabetes tipo 2 e identificación de nuevas dianas terapéuticas. El CIBERDEM desarrolla su labor desde 2007 colaborando así al fomento de la investigación científica en diabetes en nuestro país.

Sobre el IIB-Sant Pau

El IIB-Sant Pau tiene por misión la mejora de la salud y calidad de vida de las personas a través de la producción y difusión del conocimiento científico, la generación de innovación sanitaria y su aplicación en la práctica clínica y la política sanitaria. Para tal fin y dentro del contexto de modelo de Institutos Sanitarios Acreditados por el Instituto de Salud Carlos III, el Instituto de Investigación del Hospital de Sant Pau junto con 9 entidades más de su entorno han convergido para crear un centro de investigación de alto nivel orientado a desarrollar nuevas técnicas y procesos que permitan mejorar la calidad de vida del ciudadano.

El IIB-Sant Pau dispone de 7 áreas de investigación y más de 50 grupos de investigación. Ha publicado más de 2.800 artículos en revistas con factor de impacto y, gracias a su excelencia científica, renovó el año 2016 su acreditación como Instituto de Investigación Sanitaria hasta el 2021 y ha obtenido el sello otorgado por la Comisión Europea del Human Resource Excellence in Research.

www.recercasantpau.cat

Sobre el Hospital de la Santa Creu i Sant Pau

El Hospital de la Santa Creu i Sant Pau es una institución centenaria de servicios de salud de la ciudad de Barcelona y un referente en Cataluña en asistencia, docencia e investigación.

El Hospital se centra en las personas y está abierto a su entorno sanitario y la sociedad más cercana, pero también es un referente como centro de atención especializada terciaria y de alta complejidad en los ámbitos nacional e internacional.

www.santpau.cat

Más información

Abraham del Moral Pairada

Jefe de prensa

Hospital de la Santa Creu i Sant Pau
adelmoralp@santpau.cat

Departamento de comunicación CIBER

Inés Ortega comunicacion@ciberisciii.es / 91 1718119