

## Nota de premsa – 22 de maig de 2020

### La Dieta Mediterrània s'associa amb una millor qualitat de vida en adults amb diabetis tipus 1

- Un estudi del CIBERDEM amb 258 pacients amb diabetis tipus 1 evidència l'efecte positiu de la Dieta Mediterrània
- Un altre treball dels mateixos investigadors demostra una major adherència a la Dieta Mediterrània en pacients amb diabetis tipus 2 enfront de persones sanes

**Barcelona, 22 de maig de 2020.** - Un major grau d'adherència a la Dieta Mediterrània s'associa amb una millor qualitat de vida en els pacients amb diabetis tipus 1. Així ho demostra un estudi multicèntric publicat a *Nutrients* i impulsat pel grup del CIBER de diabetis i Malalties Metabòliques (CIBERDEM) de l'Institut d'Investigació Biomèdica de Sant Pau (IIB Sant Pau), liderat pel Dr. Dídac Mauricio, cap del Grup de Recerca d'Endocrinologia, diabetis i Nutrició de l'Institut de Recerca de Sant Pau i director del Servei d'Endocrinologia i Nutrició de l'Hospital de Sant Pau, en el qual s'ha recollit una mostra de 258 participants amb diabetis mellitus tipus 1 de diversos centres hospitalaris de Catalunya.

Els investigadors, a través d'entrevista personal a 258 pacients amb diabetis mellitus tipus 1, els van administrar qüestionaris específics de qualitat de vida: el *Audit of Diabetes-Dependent Quality of Life* i el *Diabetes Treatment Satisfaction*, a més d'un qüestionari de freqüència de consum d'aliments validat en població espanyola. Un cop analitzat el patró alimentari sobre la base de dos índexs: el *alternate Mediterranean Diet Score* (aMED) per a la Dieta Mediterrània i el *alternate Healthy Eating Index* (aHEI) per a l'alimentació saludable, els resultats van demostrar que una adherència a la Dieta Mediterrània moderada i alta estava associada amb una millor qualitat de vida en els pacients amb diabetis tipus 1.

Segons explica el Dr. Dídac Mauricio, "*els resultats de les enquestes demostren que una adherència a les recomanacions nutricionals de la Dieta Mediterrània estan relacionats amb una major qualitat de vida en pacients amb diabetis. Per contra, no observem associació amb la satisfacció amb el tractament global, tot i que una alta adherència al patró d'alimentació saludable es va relacionar positivament amb els ítems específics "convencienca" i "flexibilitat" i negativament amb "recomanar a altres pacients que presentaven una diabetis similar a la seva el tractament rebut"*.

Els pacients amb diabetis tipus 1 reben teràpia metge-nutricional basada no solament en el maneig de carbohidrats i la seva adaptació al tractament amb insulina, sinó que a més se'ls dóna recomanacions nutricionals basades en la Dieta Mediterrània, que constitueix un patró dietètic important en la prevenció de malalties cardiovasculars, especialment en pacients amb diabetis.

### **Els pacients amb diabetis tipus 2, amb major adherència a aquesta dieta**

Així mateix, un article publicat a la revista *Nutrients* que també compta amb la participació del CIBERDEM i liderat també pel Doctor Mauricio, descriu que les persones amb diabetis tipus 2 mostren una major adherència als postulats de la Dieta Mediterrània.

Es va calcular la puntuació alternativa de la Dieta Mediterrània (aMED) i l'Índex Alternatiu d'Alimentació Saludable (aHEI), i l'anàlisi estadístic va incloure la comparació entre grups i models multivariables. Els participants amb DM2 van mostrar puntuacions més altes d'aMED i AHEI en comparació amb el grup control sense diabetis.

Aquest estudi, que va comptar amb 476 participants (238 amb diabetis tipus 2 i 238 sense) va avaluar el patró dietètic en persones amb la malaltia i sense. *"Les nostres troballes en aquesta ocasió demostren que els participants amb diabetis tenien un patró dietètic més saludable en aMED i aHEI en comparació amb els grups sense diabetis; i les puntuacions més altes per a tots dos índexs es van associar positivament amb la diabetis tipus 2, una major edat i major activitat física "*, indica Dídac Mauricio.

A més, la puntuació aMED també es va associar amb la presència de dislipidèmia, mentre que la puntuació aHEI es va relacionar amb el gènere femení. En els participants amb DM2, l'edat i la dislipidèmia es van associar amb una puntuació aMED més alta i el gènere femení es va relacionar amb una puntuació aHEI més alta.

#### **Enllaç als articles de referència:**

#### ***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, i 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 i Dídac Mauricio

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

### **Sobre el CIBERDEM**

El CIBER (Consortio Centro de Investigación Biomédica en Red, M.P.) depèn de l'Institut de Salut Carlos III -Ministerio de Ciencia e Innovación- i està cofinançat pel Fons Europeu de Desenvolupament Regional (FEDER). El CIBER de Diabetis i Malalties Metabòliques Associades (CIBERDEM) està format per 30 grups de recerca que treballen principalment dins de tres programes científics: Epidemiologia, genètica i epigenètica de la diabetis mellitus. Complicacions cròniques i comorbiditats; Determinants moleculars i cel·lulars de la funció, lesió i protecció dels illots pancreàtics. Medicina regenerativa i teràpies avançades; i Mecanismes cel·lulars i moleculars implicats en el desenvolupament i la progressió de la diabetis tipus 2 i identificació de noves dianes terapèutiques. El CIBERDEM desenvolupa la seva tasca des de 2007 col·laborant així en el foment de la investigació científica en diabetis al nostre país.

### **Sobre l'IIB-Sant Pau**

L'IIB-Sant Pau té per missió la millora de la salut i qualitat de vida de les persones a través de la producció i difusió del coneixement científic, la generació d'innovació sanitària i la seva aplicació en la pràctica clínica i la política sanitària. Per a tal finalitat i dins el context de model d'Instituts Sanitaris Acreditats per l'Institut de Salut Carlos III, l'Institut de Recerca de l'Hospital de Sant Pau juntament amb 9 entitats més del seu entorn han convergit per crear un centre d'investigació d'alt nivell orientat a desenvolupar noves tècniques i processos que permetin millorar la qualitat de vida del ciutadà.

L'IIB-Sant Pau disposa de 7 àrees de recerca i més de 50 grups d'investigació. Ha publicat més de 2.800 articles en revistes amb factor d'impacte i, gràcies a la seva excel·lència científica, ha renovat la seva acreditació com a Centre Cerca (<https://cerca.cat/alfabetic/>) i ha obtingut el segell atorgat per la Comissió Europea del *Human Resource Excellence in Research*

[www.recercasantpau.cat](http://www.recercasantpau.cat)

### **Sobre l'Hospital de la Santa Creu i Sant Pau**

L'Hospital de la Santa Creu i Sant Pau és una institució centenària de serveis de salut de la ciutat de Barcelona i un referent a Catalunya en assistència, docència i investigació.

L'Hospital se centra en les persones i està obert al seu entorn sanitari i a la societat més propera, però també és un referent com a centre d'atenció especialitzada terciària i d'alta complexitat en els àmbits nacional i internacional.

[www.santpau.cat](http://www.santpau.cat)

## Més informació

**Abraham del Moral Pairada**

*Cap de premsa*

Hospital de la Santa Creu i Sant Pau

[adelmoralp@santpau.cat](mailto:adelmoralp@santpau.cat)

Departament de comunicació CIBER

Inés Ortega [comunicacion@ciberisciii.es](mailto:comunicacion@ciberisciii.es) / 91 1718119