Rev Esp Cardiol. 2018;71(Supl 1): 302

Revista Española de Cardiología

4016-6. INFLUENCIA DE LA ADHERENCIA DEL PACIENTE AL ESTILO DE VIDA SALUDABLE EN LOS EVENTOS CARDIOVASCULARES A LARGO PLAZO

Carmen Rus Mansilla, Gustavo Cortez Quiroga, M. Carmen Durán Torralba, Daniel Fatela Cantillo, Antonio Fernández Suárez, Concepción Recuerda Casado, Elvira Fernández Morales, Elena Ruiz Bernal, Enrique Mercado Cardeña, Marta Santisteban Sánchez de Puerta y Manuela Delgado Moreno, del Hospital Alto Guadalquivir, Andújar (Jaén).

Resumen

Introducción y objetivos: Los cambios en el estilo de vida, incluyendo una dieta saludable, realizar ejercicio físico y la adhesión al tratamiento son el pilar de la prevención en enfermedad cardiovascular. Por este motivo, la educación es la pieza fundamental de los programas de Rehabilitación Cardiaca y Prevención Secundaria (PRCYPS). El objetivo de este estudio es analizar la influencia de la adopción de hábitos saludables y adhesión al tratamiento en la supervivencia libre de eventos a largo plazo.

Métodos: Se incluyeron en el estudio a los pacientes de la Unidad de Rehabilitación Cardiaca desde el año 2008 a 2018, dentro de un hospital comarcal. Se evaluó la adopción de dieta saludable, ejercicio y adhesión al tratamiento por parte de una enfermera entrenada mediante las taxonomías Nanda/NIC/NOC usando la escala Likert y se consideró cumplimiento cuando la escala Likert puntuaba 4-5. Se analizó la influencia de dichos factores de adherencia en la supervivencia libre de eventos. Se consideró evento como muerte, síndrome coronario agudo, ictus, necesidad de revascularización o ingreso cardiovascular.

Resultados: El seguimiento medio fue de 4,57 años. De los 399 pacientes incluidos en el PRCYPS se analizaron 241 a los que se les evaluó mediante las taxonomías Nanda/NIC/NOC. El 19% eran mujeres, edad media 60 años, el 54% HTA, 31% diabéticos, 62% dislipémicos, 51,4% fumadores. Se analizó la influencia de la adopción de dieta saludable en la supervivencia libre de eventos, con una media de tiempo hasta el 50% de eventos de 3.206 días en el grupo de cumplimiento de dieta frente a 2.712, p 0,005. En el caso de cumplimiento de ejercicio físico, no existían diferencias estadísticamente significativas entre ambos grupos. La adherencia al tratamiento mejoró la supervivencia libre de eventos con una media de tiempo hasta el 50% de eventos de 3.058 días frente a 2.687, p 0,05. En el análisis multivariante, solo la adopción de una dieta saludable mostró influencia en la supervivencia libre de eventos (p 0,05).

Curvas de supervivencia libre de eventos.

Conclusiones: La adhesión a la dieta constituye un pilar fundamental de los PRCYPS, mejorando la supervivencia libre de eventos, incluso por encima de la adherencia al tratamiento o la realización de ejercicio físico. Esto refuerza el papel fundamental que juega el paciente y su autocuidado en el desarrollo de la enfermedad isquémica.