

Salvador Palau Díaz y César Bañuls Cervera

**EVALUACIÓN DE LOS HÁBITOS DIETÉTICOS EN EL DEBUT DE LA ESCLEROSIS
MÚLTIPLE**

TRABAJO DE FINAL DE GRADO

dirigido por la *Dra. Núria Solà Valls*

Grado de Medicina



**UNIVERSITAT
ROVIRA i VIRGILI**

Reus

2024

EVALUACIÓN DE LOS HÁBITOS DIETÉTICOS EN EL DEBUT DE LA ESCLEROSIS MÚLTIPLE

Autores: Salvador Palau Díaz, César Bañuls Cervera, Núria Solà Valls

Contacto: salvap2000@gmail.com , cesarcbc8@gmail.com , nuria.sola@salutsantjoan.cat

Servicio de Neurología, Hospital Universitario Sant Joan de Reus. Universidad Rovira i Virgili.

1. ABSTRACT

INTRODUCCIÓN:

Existe un gran interés en el papel de la dieta como modulador potencial de los síntomas de la esclerosis múltiple (EM), particularmente en el momento del diagnóstico.

OBJETIVOS:

Caracterizar la ingesta de alimentos entre personas con EM y controles sanos y evaluar la asociación entre la ingesta de alimentos específicos con la carga de síntomas de EM.

MÉTODOS:

Estudio exploratorio transversal que compara personas con EM recientemente diagnosticada y controles sanos con edad, sexo y nivel de escolarización similar. Todos los participantes informaron sobre su ingesta dietética mediante un breve cuestionario sobre la frecuencia de la ingesta alimentaria. La fatiga y el estado de ánimo se evaluaron mediante la Escala de Impacto de la Fatiga en su versión de 5 ítems de (MFIS-5) y la Escala de Ansiedad y Depresión Hospitalaria (HADS), respectivamente. La actividad física se exploró utilizando el Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ) y la calidad de vida relacionada con la salud (CVRS) mediante la escala analógica visual EQ-5D.

RESULTADOS:

28 pacientes (edad 44 ± 16 , mediana de la escala ampliada de estado de discapacidad 1,5 años) y 29 controles completaron el estudio sin diferencias en las características demográficas y el nivel de escolarización. Las personas con EM comieron más gramos/día de trigo, patatas/legumbres y frutos secos, verduras y bebidas azucaradas, pero menos embutidos que los controles ($p < 0,05$). Además, las personas con EM mostraron puntuaciones más altas en MFIS-5 y puntuaciones más bajas en CVRS que los controles a pesar de que las personas con EM eran más activas físicamente ($p < 0,05$). En un análisis multivariado, el mayor consumo de cereales y el ánimo depresivo explicaron un 54% la varianza de la fatiga (R^2 ajustado=0,54; $F=32,8$; $p=0,004$). No se observó ningún efecto de la dieta en otros síntomas, el ejercicio o la CVRS.

CONCLUSIÓN:

Este hallazgo refuerza la importancia de explorar la dieta en el momento del diagnóstico de EM, ya que podría contribuir a la carga de síntomas en la EM.

PALABRAS CLAVE: esclerosis múltiple, dieta, cereales, fatiga, microbiota.

INTRODUCTION:

There is highly interest in the role of diet as a potential modulator of multiple sclerosis (MS) symptoms, particularly at the time of diagnosis.

OBJECTIVES/AIMS:

To characterise the food intake between people with MS (pwMS) and healthy controls (HC) and to assess the association between the intake of specific foods with MS symptoms burden.

METHODS:

Cross-sectional, exploratory study comparing pwMS recently diagnosed and HC with similar age, gender and educational status. All participants reported diet intake using a short questionnaire on frequency of dietary intake. Fatigue and mood were assessed using the Fatigue Impact Scale 5-item version (MFIS-5) and the Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS) respectively. Physical activity was explored using the International Questionnaire of Physical Activity (IPAQ) and health related quality of life (HRQoL) by using EQ-5D visual analog scale.

RESULTS:

28 patients (age 44±16, median Expanded Disability status scale 1.5) years and 29 HC completed the study with no differences in demographic characteristics and educational status. PwMS ate more gram/day of wheat, potatoes/legumes and nuts, vegetables and sweetened beverages but less sausages than HC ($p<0.05$). Also, pwMS showed higher scores in MFIS-5 and lower scores in HRQoL than HC despite pwMS were more physically active ($p<0.05$). In a multivariate analysis, the higher consumption of cereals and depressed mood explained 54% of the variance in fatigue ($R^2=0,54$; $F=32,8$; $p=0,004$). No effect of diet was observed in other symptoms, exercise or HRQoL.

CONCLUSION:

This finding reinforces the importance of exploring diet at MS diagnosis as it might contribute to symptom burden in MS.

KEY WORDS: multiple sclerosis, diet, cereals, fatigue, microbiota.