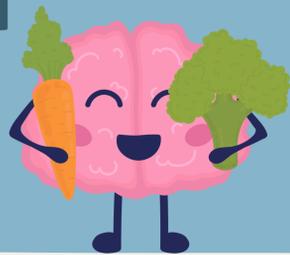


# Consejo Nutricional en la Prevención Secundaria del Ictus: Relevancia y Efectividad



Andrea Zabalza Ortiz de Zárate

## INTRODUCCIÓN

En el mundo occidental el accidente cerebrovascular (ACV) es una de las principales **causas de discapacidad** y tiene un **impacto** significativo en **España** (1, 2). La Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que, en 2050, cuando la población **mayor de 65 años represente el 46%** del total, casi la mitad de la población podrá verse perjudicada por un ACV (2).

Aunque se han establecido diversos **objetivos** para abordar el ACV en la "Estrategia en Ictus del Sistema Nacional de Salud", el consejo nutricional en la prevención secundaria del ictus sigue siendo un terreno **poco explorado** (3).

## OBJETIVO

**Analizar** críticamente la relevancia y efectividad del **consejo nutricional en la prevención secundaria del ictus**.

## RESULTADOS

### EFFECTOS INTERVENCIÓN DIETÉTICA

- Intervención dietética sistemática durante la hospitalización **mejoraba los hábitos alimenticios** en pacientes que habían experimentado un ACV isquémico (4).
- Programa completo de prevención secundaria de ACV que valoraba 4 aspectos, entre ellos la intervención dietética (consumo de vegetales, consumo de frutas y consumo de sal): **no logró demostrar una reducción significativa en la incidencia del ACV recurrentes** ni en los factores de riesgo (5).



### IMPACTO DE LA MODIFICACIÓN DIETÉTICA

- Estudios realizados durante más de 6 meses mostraron una **ligera reducción en el riesgo cardiovascular** gracias a la modificación de la dieta (6).
- Se reconoció la efectividad de las modificaciones dietéticas en la **mejora de los factores de riesgo cardiovascular**; sin embargo, **aún se necesita más investigación** para determinar su impacto en la recurrencia y mortalidad del ACV (6).
- Modificación de la dieta mediante:
  - Suplemento nutricional: redujo la incidencia de infecciones**, pero **no** hubo diferencias significativas en la **recurrencia** del ACV (7).
  - Suplementación con ciertas vitaminas: no se encontró evidencia** que lo respalde para prevenir la **recurrencia** del ACV (6).

## CONCLUSIÓN

Los hallazgos de esta revisión han contribuido a **aclarar** ciertos aspectos de la prevención secundaria del ictus. Aunque ciertos estudios afirman que el consejo nutricional tiene un gran **impacto en la reducción de la recurrencia del ACV**, algunos estudios intentan debatir esto al no haber encontrado resultados significativos en sus revisiones. Es por ello que, se considera necesario llevar a cabo **estudios de mayor calidad** que ayuden a esclarecer el tema de la recurrencia del ictus y el papel del consejo nutricional en el mismo.

### IMPLICACIONES

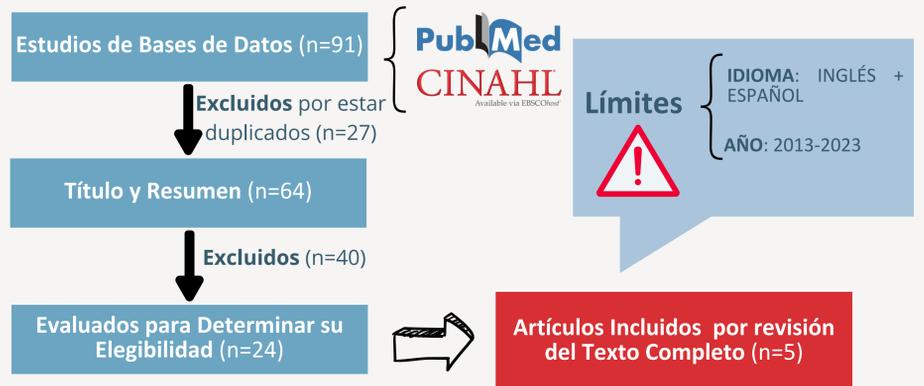
- PRÁCTICA CLÍNICA:** integrar intervenciones dietéticas → beneficio paciente
- DOCENCIA:** educar profesionales sobre la importancia del asesoramiento dietético → abordaje efectivo de la nutrición → beneficio paciente
- INVESTIGACIÓN:**
  - Identificar estrategias óptimas de intervención dietética
  - Mostrar la eficacia del efecto intervención dietética Vs atención habitual

## METODOLOGÍA

**Pregunta de investigación:** ¿El consejo nutricional a las personas tras el diagnóstico de un ictus reduce la posibilidad de un nuevo episodio de ictus?



Proceso de selección de artículos. Flujograma:



## BIBLIOGRAFÍA



Universidad de Navarra | FACULTAD DE ENFERMERÍA

Correo: azabalzaort@alumni.unav.es  
Tutora: Monica Arias Molina