



DASIO

RESULTADOS

Evaluación de la adherencia por parte de mujeres mayores de 50 años con baja densidad ósea que pueden estar en riesgo de sufrir una fractura por osteoporosis hacia un producto lácteo enriquecido con 500 mg de calcio y 200 UI de vitamina D.



ANTECEDENTES

A pesar de la importancia que las Guías de recomendación otorgan a la ingesta adecuada de calcio y vitamina D, son conocidas las bajas tasas de adherencia en las personas que necesitaban consumir calcio. Un estudio realizado en 2010 en nuestro país cifró en un **29,3% - 42%, la población con baja densidad ósea que pueden estar en riesgo de sufrir una fractura por osteoporosis.**¹

Por ello, se puso en marcha el estudio DASIO, con el objetivo de evaluar si una intervención dietética fácil, como es incorporar un **lácteo fermentado enriquecido con 500 mg de calcio y 200 UI de vitamina D al día, podía ayudar a mejorar el grado de adherencia** de estas personas a una recomendación de calcio y vitamina D.

OBJETIVOS

Objetivo principal

Evaluar la prevalencia de mujeres en las que la recomendación de enriquecer su dieta diaria con un lácteo fermentado enriquecido con 500 mg de calcio y 200 UI de vitamina D haya sido eficiente.

Objetivo secundario

Evaluar la prevalencia de una alta adherencia (adherencia $\geq 80\%$) al consumo diario de un lácteo fermentado enriquecido con 500 mg de calcio y 200 UI de vitamina D.

Objetivos terciarios

- Identificar el **perfil sociodemográfico** de las personas que se hayan beneficiado de la recomendación de enriquecer la dieta con calcio/vitamina D mediante la ingesta de un lácteo fermentado enriquecido con 500 mg de calcio y 200 UI de vitamina D.
- Determinar las **razones que motivan una buena/mala adherencia** al consumo de un lácteo fermentado enriquecido con 500 mg de calcio y 200 UI de vitamina D.
- Evaluar los cambios en relación con las **quejas por molestias gastrointestinales**.
- Por último también se describirá la **aceptabilidad de este lácteo fermentado enriquecido con 500 mg de calcio y 200 UI de vitamina D**.

DISEÑO DEL ESTUDIO

El estudio tiene un **diseño prospectivo, multicéntrico y observacional**.

- Realizado en **254 centros** de atención primaria españoles.
- En **mujeres mayores de 50 años con baja densidad ósea que pueden estar en riesgo de sufrir una fractura por osteoporosis** y que necesitaban consumir calcio y/o vitamina D.
- Consumieron **un lácteo fermentado enriquecido con 500 mg de calcio y 200 UI de vitamina D al día** dentro de su dieta habitual.
- Se realizaron **2 visitas** (al inicio y a los 3 meses).
- La población final del estudio fue de **909 mujeres de más de 50 años que pueden estar en riesgo de sufrir una fractura por osteoporosis**.

Las características basales de las 909 mujeres incluidas en el estudio eran:

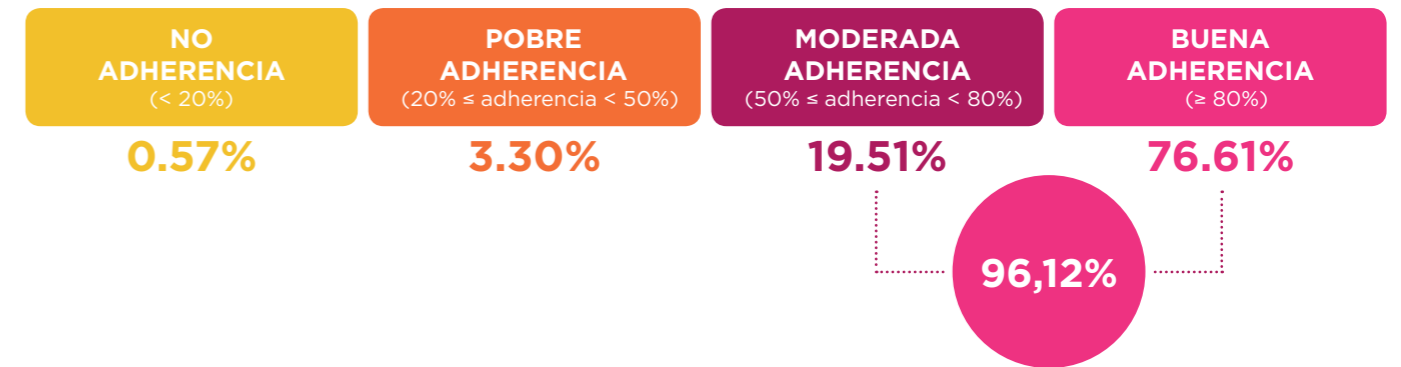


- **62,3 años \pm (SD) 7,4** de media de edad y un **índice de masa corporal de 26 kg/m² \pm 4,1 kg/m²** y la mayoría con **estudios primarios**.
- El **60%** retiradas o sin actividad profesional.
- Un **50%** realizan actividad física regularmente y casi un **90%** no consumen alcohol ni tabaco.
- El **96,7%** presentaban **menopausia desde los 48,6 años** de media.
- **Con baja densidad ósea que pueden estar en riesgo de sufrir una fractura por osteoporosis y están en terapia**.
- El **21,3%** con historial de fracturas asociado a la osteoporosis.
- Una media de **ingesta de calcio de 801,79 mg** vs. los 1500 mg recomendados.

RESULTADOS

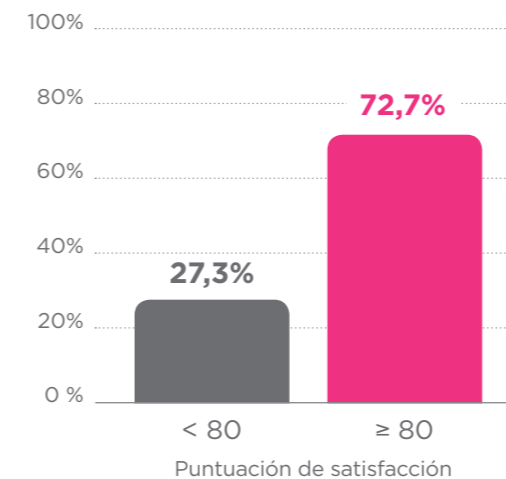
Alta adherencia

La recomendación de incorporar a diario lácteo fermentado enriquecido con 500 mg de calcio y 200 UI de vitamina D, tuvo un cumplimiento del **96,12%**.



Alto nivel de satisfacción con el consumo

El **72,7%** de las participantes manifestaron que el lácteo fermentado enriquecido con 500 mg de calcio y 200 UI de vitamina D logró cumplir sus expectativas.



Elevado nivel de eficiencia*

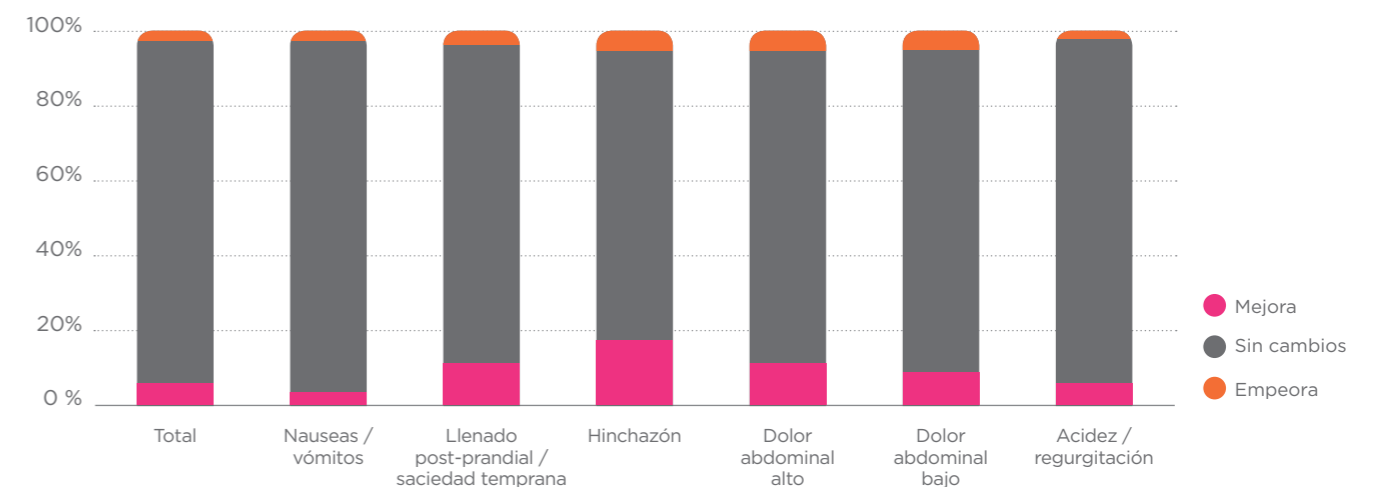
En el **71,6%** de los casos funciona bien la recomendación de incorporar un lácteo fermentado enriquecido con 500 mg de calcio y 200 UI de vitamina D en la dieta diaria.

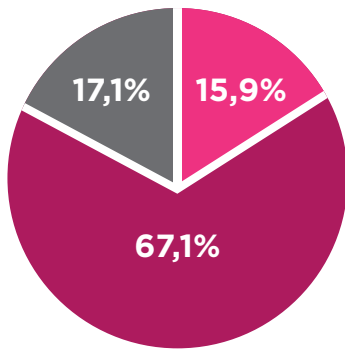
Adherencia	SATISFACCIÓN TOTAL (OPSAT-Qs)	
	< 80%	≥ 80%
≥ 50%		Eficiencia = Si
< 50%		

* Eficiencia definida con una adherencia a la recomendación $\geq 50\%$ y una puntuación de ≥ 80 en el cuestionario OPSAT-Q de satisfacción.

Buena sensación en el estómago, sin presentar molestias gastrointestinales

No se detectaron modificaciones en su dieta habitual, incluyeron un lácteo fermentado enriquecido con 500 mg de calcio y 200 UI de vitamina D además del resto de alimentos y productos lácteos. No se observaron efectos colaterales relacionados con el producto.





Pauta fácil de promover.

El **67,1%** de los profesionales consultados opina que puede recomendar fácilmente a las mujeres mayores de 50 años con baja densidad ósea que pueden estar en riesgo de sufrir una fractura por osteoporosis, para que tomen diariamente una leche fermentada enriquecida con 500 mg de calcio y 200 UI de vitamina D.

● No fácilmente ● Fácilmente ● Muy fácilmente

CONCLUSIONES

El enriquecimiento de la dieta con un lácteo enriquecido con calcio (500 mg) y 200 UI de vitamina D, **ayuda** al cumplimiento de las recomendaciones de consumo de calcio en mujeres postmenopáusicas mayores de 50 años que pueden estar en riesgo de sufrir una fractura por osteoporosis, generando una adherencia óptima y **mostrando una alta eficacia**. Además las personas que han participado en el estudio afirman que les **sienta bien al estómago**, sin mostrar molestias gastrointestinales.

 **DASIO**

Colabora: 