



Revista Clínica Española



<https://www.revclinesp.es>

RV/D-007 - EFECTOS CRÓNICO DE DOS MODELOS DE DIETA SALUDABLE SOBRE LA FUNCIÓN REGULADORA DEL ENDOTELIO EN PACIENTES CON ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR ESTABLECIDA, SOBREPESO Y OBESIDAD

J. Torres Peña, J. Alcalá Díaz, A. Arenas de Larriva, A. León Acuña, F. Gómez Delgado, A. González Requero, P. Pérez Martínez, J. López Miranda

Unidad de Lípidos y Arteriosclerosis. Hospital Universitario Reina Sofía. Córdoba.

Resumen

Objetivos: Determinar si el consumo de un patrón de alimentación saludable (dieta mediterránea rica en aceite de oliva (MedDiet) o dieta baja en grasa) se asocia con una mejoría de la función endotelial en sujetos con enfermedad cardiovascular establecida y que además presentan sobrepeso y obesidad.

Material y métodos: 1.002 sujetos fueron aleatorizados a consumir una MedDiet (34% grasa, 22% monoinsaturada) o una dieta tipo AHA, baja en grasa y rica en carbohidratos complejos (28% grasa, 12% monoinsaturada). Al inicio y tras un año de intervención dietética se analizó la función endotelial mediante la vasodilatación dependiente flujo (VMF) empleando ultrasonografía arterial braquial en sujetos que presentaban sobrepeso y obesidad. Se seleccionaron aquellos sujetos con una VMF $\geq 4,5\%$.

Resultados: El consumo de ambas dietas indujo una mejoría en la función vasodilatadora del endotelio respecto al basal. Así el consumo de la MedDiet mejoró la función endotelial medida por vasodilatación dependiente de flujo en sujetos con sobrepeso ($3,98 \pm 0,86$ vs $1,25 \pm 0,65$; $p = 0,001$), obesidad de tipo I ($4,41 \pm 0,23$ vs $0,25 \pm 0,1$; $p = 0,001$), obesidad de tipo II ($3,21 \pm 0,25$ vs $0,7 \pm 0,1$ $p = 0,001$) y obesidad tipo III ($5,5 \pm 0,76$ vs $0,79 \pm 0,21$). Así mismo, la dieta baja en grasa también mejoró vasodilatación dependiente de flujo en sujetos con sobrepeso ($3,71 \pm 0,84$ vs $0,19 \pm 0,13$; $p = 0,001$), obesidad de tipo I ($3,57 \pm 0,78$ vs $0,4 \pm 0,1$; $p = 0,001$), obesidad de tipo II ($3,11 \pm 0,31$ vs $0,72 \pm 0,05$ $p = 0,001$) y obesidad tipo III ($2,36 \pm 0,4$ vs $1,3 \pm 0,33$).

Conclusiones: Nuestros datos sugieren que el consumo a largo plazo de un patrón de alimentación saludable se asocia con una mejoría de la función endotelial en sujetos de alto riesgo cardiovascular con sobrepeso y obesidad. Futuras investigaciones en este campo nos permitirán avanzar hacia una nutrición personalizada, aplicándose diferentes modelos nutricionales atendiendo a diferentes subgrupos de riesgo.