Rev Clin Esp. 2020;220(Espec Congr):91

Revista Clínica Española

https://www.revclinesp.es

RV-019 - EFECTOS DE UNA DIETA MEDITERRÁNEA ASOCIADA A UN PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y UN APOYO CONDUCTUAL SOBRE LOS BIOMARCADORES INFLAMATORIOS ASOCIADOS CON LA ESTABILIDAD DE LA PLACA DE ATEROMA EN LA PARED VASCULAR EN PERSONAS CON ALTO RIESGO CARDIOVASCULAR

R. Losno, A. Ruiz-León, S. Castro-Barquero, C. Sierra, M. Camafort, R. Estruch, A. López-Soto y R. Casas

Medicina Interna. Hospital Clínic i Provincial de Barcelona. Barcelona.

Resumen

Objetivos: Evaluar el efecto de un programa de intervención basado en el patrón de dieta mediterránea (DM) asociado a un programa de actividad física y apoyo conductual sobre biomarcadores inflamatorios de aterosclerosis y vulnerabilidad de placa tras 1 año de intervención. Una subcohorte del estudio PREDIMED PLUS.

Material y métodos: Seleccionamos 150 adultos con sobrepeso/obesidad y más de 3 criterios para el síndrome metabólico desde los centros de atención primaria afiliados al Hospital Clínic de Barcelona. Fueron asignados aleatoriamente a 2 grupos: una DM tradicional y una DM con energía restringida asociada a un programa de actividad física y un apoyo conductual. Se evaluaron cambios en biomarcadores pro y antiinflamatorios tras un año de intervención.

Resultados: Los voluntarios que recibieron una DM restrictiva en calorías asociada a una intervención intensiva en el estilo de vida mostraron una mayor disminución en la presión arterial (6,2/1,8 mmHg); así como una reducción del 5% en los triglicéridos ($p = 0,047$). Las citoquinas proinflamatorias (IL-6, IL-18, TNF-α) se redujeron con una significación estadística ($p < 0,05$). Además, la IL-10 se incrementó con una significación estadística ($p < 0,05$).

Discusión: La sostenibilidad del sistema sanitario está gravemente amenazada por el costo derivado de las enfermedades crónicas como la enfermedad cardiovascular. Con este trabajo se demuestra que, con solo un año de intervención, el patrón de DM asociado a cambios en el estilo de vida y salud, disminuyen los biomarcadores inflamatorios sanguíneos asociados a inestabilidad y vulnerabilidad de placa.

Conclusiones: La adherencia al patrón de DM asociado a una intervención intensiva en el estilo de vida se asoció con una disminución de los marcadores séricos de disfunción endotelial y a un aumento de las citoquinas antiinflamatorias.

Bibliografía

1. Koenig W, et al. Atherioscler Thromb Biol. 2007;27(1):15-26.

2. Estruch R, et al. Ann Intern Med. 2006;145(1):1-11.
3. Estruch R, et al. N Engl J Med. 2013;368(14):1279-90.
4. Casas R, et al. J Nutr. 2016;146(9):1684-93.

0014-2565 / © 2020, Elsevier España S.L.U. y Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI). Todos los derechos reservados.