



Revista Clínica Española



<https://www.revclinesp.es>

RV-013 - ESTIMACIÓN Y DESCRIPCIÓN DE LA INGESTA DE POLIFENOLES EN PACIENTES CON SÍNDROME METABÓLICO: SUB-ESTUDIO PREDIMED-PLUS

S. Castro-Barquero¹, A. Tresserra-Rimbau², F. Vitelli-Storelli³, M. Doménech⁴, E. Sacanella⁵, R. Casas⁴, R. Lamuela-Raventós⁶ y R. Estruch⁵

¹Departamento de Medicina, ⁶Departamento de Nutrición, Ciencias de la Alimentación y Gas. Universidad de Barcelona. Barcelona. ²Departamento de Bioquímica y biotecnología. Universidad Rovira i Virgili. Tarragona. ³Instituto de Biomedicina, IBIOMED. Universidad de León. León. ⁴CIBEROBN Fisiopatología de la Obesidad y Nutrición. Instituto de Salud Carlos III. Madrid. ⁵Departamento de Medicina Interna. Hospital Clínic i Provincial de Barcelona. Barcelona.

Resumen

Objetivos: Estimar la ingesta de polifenoles en pacientes con síndrome metabólico, describir las principales fuentes alimentarias y los potenciales factores socio-demográficos que influyen en su ingesta.

Material y métodos: Estudio transversal de 6.688 participantes del estudio Predimed-Plus, a cuyos voluntarios se estimó la ingesta de polifenoles y subclases de los mismos a partir del cuestionario de frecuencia de consumo usado en el estudio. Los datos de polifenoles se han obtenido de la base 3,6 de Phenol-Explorer. La ingesta de polifenoles y subclases se ajustó por la ingesta calórica por el método de residuos¹.

Resultados: La ingesta de polifenoles fue de 860 (DE= 338 mg/día), siendo los flavonoides el 58,4% de la ingesta total, ácidos fenólicos 32,9%, otros polifenoles 8,36%, estilbenos 0,25% y lignanos 0,18%. La ingesta de polifenoles es superior en mujeres (p 0,001) excepto en los estilbenos, cuyo consumo es triplicado en los hombres. Asimismo, la ingesta es superior en personas > 70 años (p = 0,004). En relación al IMC, la categoría más elevada (IMC > 35 kg/m²) muestra menor ingesta de polifenoles totales, flavonoides y estilbenos (p = 0,045, 0,005 y 0,001 respectivamente). El nivel de actividad física (elevado, moderado, bajo) muestra una mayor ingesta de polifenoles y todas las subclases en el grupo más activo (p 0,001 en todas las subclases excepto en otros polifenoles, p = 0,030). Además, los voluntarios con estudios Universitarios consumían más polifenoles, especialmente flavonoides y estilbenos (p 0,001 para todas las clases).

Discusión: La ingesta de polifenoles ajustada por energía consumida (kcal/día) muestra diferencias significativas entre características socio-demográficas y de estilo de vida. Se conoce que el nivel de estudios (primarios, secundarios o Universitarios) es un factor condicionante sobre los hábitos saludables. Asimismo, se asocia un mayor nivel de actividad física con la ingesta de alimentos de mayor calidad nutricional ricos en compuestos bioactivos y el IMC con el consumo de determinadas subclases de polifenoles.

Conclusiones: La ingesta de polifenoles totales y subtipos es variable en función de las características sociodemográficas y las potenciales diferencias entre hombres y mujeres, nivel educativo, actividad física o IMC sobre los beneficios asociados a su ingesta deben ser investigadas.

Bibliografía

1. Willet W. Nutritional Epidemiology, 3ª ed. Nueva York: Oxford University Press; 2013.