



Revista Clínica Española



<https://www.revclinesp.es>

EV-10. - EFECTO DEL CONSUMO DE OMEGA 3 SOBRE EL METABOLISMO DE LA GLUCOSA EN PACIENTES CON CARDIOPATÍA ISQUÉMICA: ESTUDIO CORDIOPREV

M. Sánchez Moruno, F. Gómez Delgado, J. Alcalá Díaz, G. Quintana Navarro, J. Delgado Lista, P. Pérez Martínez, J. López Miranda

Servicio de Medicina Interna. Hospital Universitario Reina Sofía. Córdoba.

Resumen

Objetivos: Evaluar la influencia del consumo de Omega 3 proveniente del pescado sobre el metabolismo de la glucosa en pacientes con enfermedad cardiovascular establecida, así como con diferentes fenotipos cardiometabólicos. Relación entre adherencia a la dieta Mediterránea y el consumo de Omega 3.

Métodos: Se seleccionaron aleatoriamente 704 pacientes incluidos en el estudio CORDIOPREV (NCT00924937). Se analizó el consumo de Omega 3 proveniente del pescado utilizando los cuestionarios de frecuencia de consumo de alimentos (FFQ)1 y las tablas de composición de alimentos de la USDA (United States Department of Agriculture). Además, se realizó una sobrecarga oral de glucosa y se determinaron los niveles plasmáticos de triglicéridos, glucosa e insulina. Finalmente determinamos diferentes parámetros relacionados con la sensibilidad y la resistencia a la insulina [HOMA-IR (Homeostasis Model of Assessment - Insulin Resistance), HOMA-B (Homeostasis Model Assessment Beta cell function) y Disposition index]. Para valorar la adherencia a la Dieta Mediterránea se utilizó un cuestionario de 14 ítems previamente validado.

Resultados: Los pacientes con un mayor consumo de Omega 3 presentaron una menor respuesta glucémica tras la SOG que los pacientes con un menor consumo ($p < 0,05$). Dichos hallazgos se acentuaron en los pacientes con síndrome metabólico (SM) ($p < 0,05$) y con un grosor de íntima-media arterial (GIM) patológico ($p < 0,05$). Finalmente, los pacientes con una mayor adherencia a la dieta Mediterránea se correlacionaron con un mayor consumo de omega 3 ($p 0,01$). No se objetivaron diferencias en el resto de parámetros analizados.

Discusión: En la actualidad no existen evidencias consistentes sobre el consumo de omega 3 y su papel en el metabolismo de la glucosa. La hiperglucemia postprandial aumenta la resistencia a la insulina favoreciendo el desarrollo de diabetes mellitus tipo 2 y de enfermedad cardiovascular. Asimismo, el síndrome metabólico (SM) al igual que un grosor de la íntima-media arterial (GIM) patológico suponen factores de riesgo cardiovascular independientes. El hecho de que en nuestro estudio disminuya la glucemia tras la SOG con un mayor consumo de omega 3 en estos subgrupos de pacientes (SM y GIM patológico) tiene una gran relevancia clínica porque nos permiten identificar subgrupos de mayor riesgo sobre los que intensificar el tratamiento con omega 3. Al igual que otros estudios, tampoco hemos encontrado una relación significativa entre el consumo de omega 3 y los parámetros que determinan la sensibilidad o la resistencia a la insulina, ni cambios en los niveles postprandiales de triglicéridos. Finalmente, hemos confirmado que el mayor consumo de omega 3 se relaciona con una mayor adherencia a la dieta mediterránea.

Conclusiones: El consumo de una dieta rica en omega 3 proveniente de pescado reduce la hiperglucemia postprandial en pacientes con un elevado riesgo cardiovascular. Intensificar el consumo de pescado en estos pacientes es una estrategia útil para mejorar el metabolismo de la glucosa y así reducir las complicaciones relacionadas con las alteraciones de dicho metabolismo.