



## D-065 - EL CONSUMO CRÓNICO DE UN PATRÓN DE DIETA SALUDABLE MEJORA LA FLEXIBILIDAD METABÓLICA EN SUJETOS PREDIABÉTICOS: ESTUDIO CORDIOPREV

B. Gómez Marín, J. Torres Peña, F. Gómez Delgado, A. León Acuña, A. García Ríos, C. Marín, P. Pérez Martínez, J. López Miranda

Unidad de Lípidos y Arteriosclerosis. UGC Medicina Interna. Hospital Universitario Reina Sofía. Córdoba.

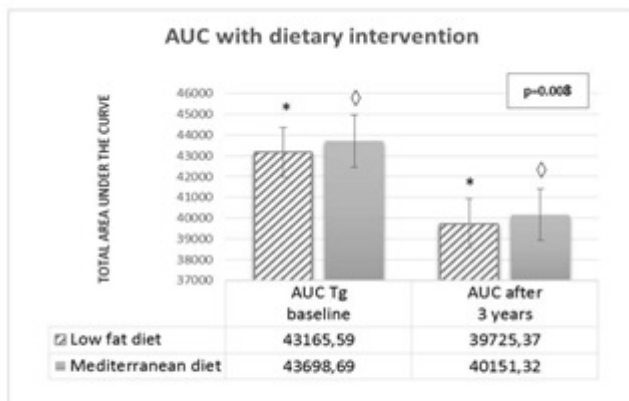
### Resumen

**Objetivos:** Explorar si el consumo crónico de un patrón de dieta saludable (dieta Mediterránea 34% de grasa (22% monoinsaturada) frente a una dieta baja en grasa (28% de grasa, siendo el 8% grasa saturada)) se asocia a una mejora en los niveles postprandiales de triglicéridos en pacientes prediabéticos.

**Métodos:** Se seleccionaron 417 pacientes prediabéticos y 114 no diabéticos del ensayo clínico CORDIOPREV (NCT00924937) que se aleatorizaron a una intervención dietética con las dos dietas previamente señaladas. Al inicio del estudio y a los tres años de seguimiento se realizó un test de sobrecarga oral grasa (FLT) con 0.7 gr grasa/kg de peso (12% ácidos grasos saturados (SFA), 10% ácidos grasos poliinsaturados (PUFA), 43% ácidos grasos monoinsaturados (MUFA), 10% proteínas and 25% hidratos de carbono). Dicho test dinámico permite estudiar el estado postprandial, así como la capacidad de adaptación ante un estrés habitual, que sufre el ser humano a lo largo del día. Se realizaron mediciones seriadas de fracciones lipídicas sanguíneas a las 0, 1, 2, 3 y 4 horas del FLT.

**Resultados:** Al inicio del estudio, los pacientes prediabéticos presentaban una mayor respuesta de TG postprandiales ( $p < 0,001$ ) y un mayor área bajo la curva (AUC) de TG ( $p < 0,001$ ) plasmáticos en comparación con los pacientes no diabéticos. A los 3 años de intervención se objetivó una mejoría de la respuesta postprandial de TG y del AUC de TG en prediabéticos en comparación con la medición basal ( $p < 0,05$ ). Sin embargo, no se observaron diferencias significativas entre ambas dietas ( $p > 0,05$ ).

**Discusión:** En nuestro estudio, los sujetos prediabéticos presentaron una menor flexibilidad metabólica, con una menor capacidad de adaptación tras la ingesta de una sobrecarga grasa. Sin embargo, dicha alteración se modificó favorablemente tras el consumo crónico de dos modelos de alimentación saludable. En la actualidad existen múltiples evidencias que han demostrado que el tener una respuesta postprandial exagerada es un factor independiente de riesgo cardiovascular. Por tanto, identificar este subgrupo de pacientes es importante para intentar mejorar la adaptación del paciente prediabético ante dicho estrés, y así evitar complicaciones cardiometabólicas futuras.



**Figura 1.** Área bajo la curva de TG en pacientes prediabéticos al inicio del estudio en comparación con el tercer año de seguimiento. Dos tipos de dietas disminuyen la respuesta postprandial, pero no hay diferencias significativas entre ambas dietas. Los resultados se muestran como media  $\pm$  SE.

**Conclusiones:** Nuestros hallazgos sugieren que el consumo crónico de un patrón de dieta saludable (dieta mediterránea o dieta baja en grasa) mejora la respuesta lipémica posprandial en sujetos prediabéticos.