



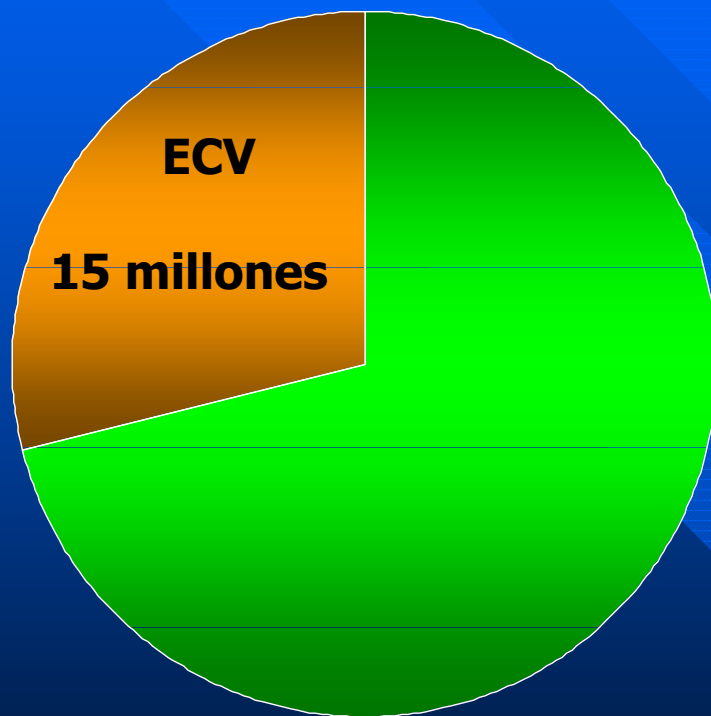
ESTUDIO ACTICOL-BARBANZA INTERVENCIÓN DIETÉTICA EN EL MANEJO DE LA DISLIPEMIA

Dr. F. Otero-Raviña

SANTO ESTEVO DE RIBAS DE SIL – 18 DE MARZO DE 2006

ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR

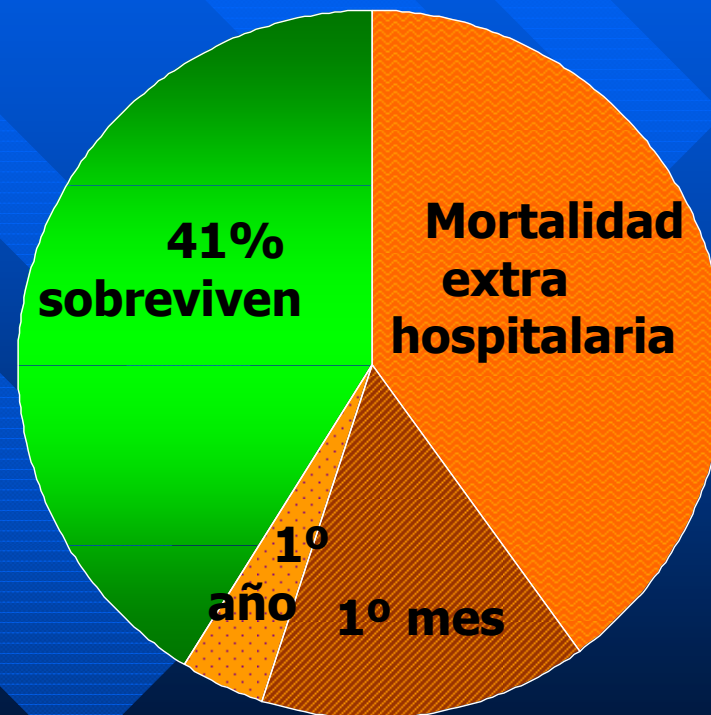
MORTALIDAD EN EL MUNDO



OMS 1997

CI EN ESPAÑA-2002

68.500 IAM



Marrugat J et al. Rev Esp Cardiol 2002

FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR

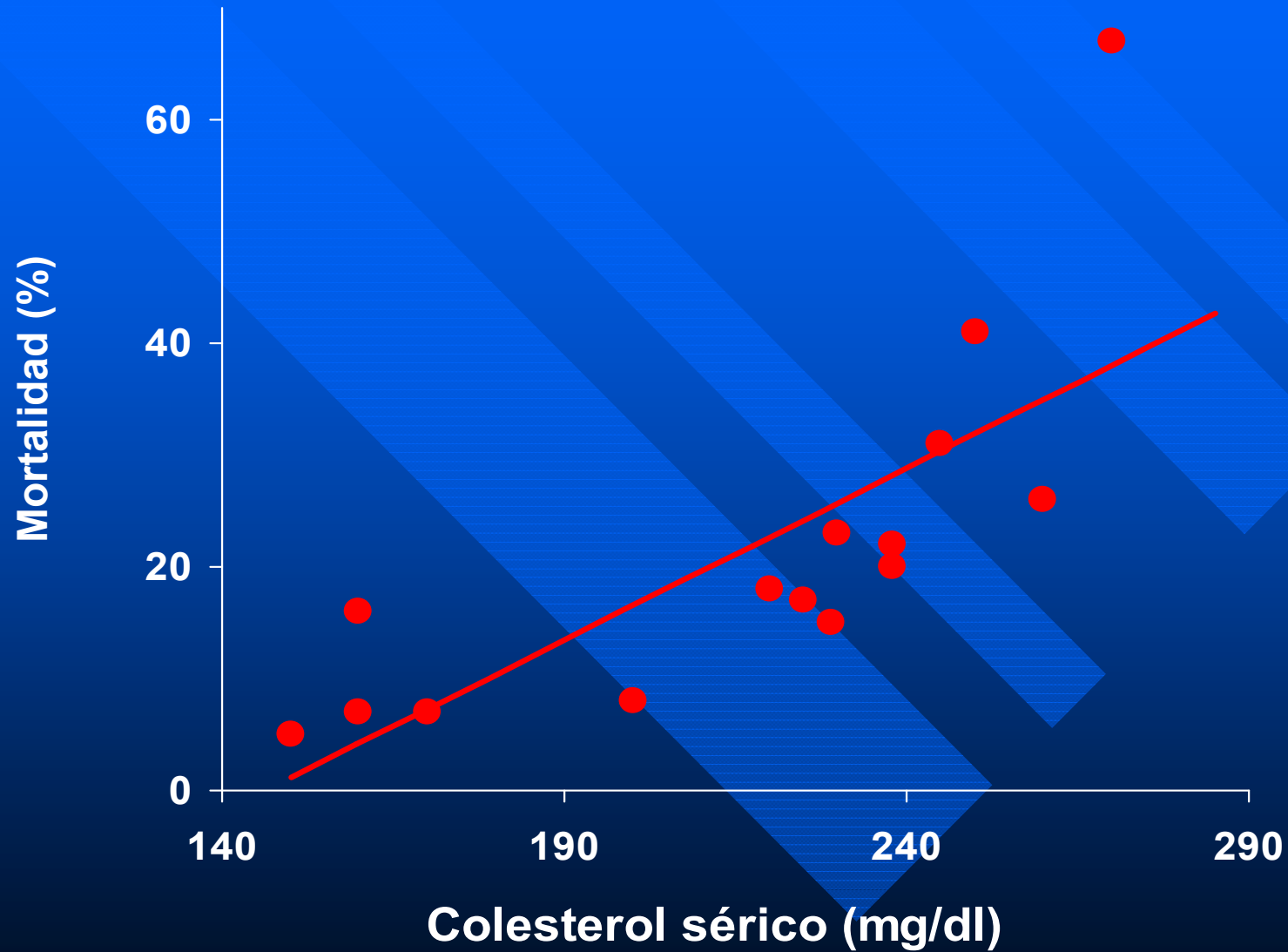
No modificables

- Sexo
 - **Varones > 45 años**
 - **Mujeres > 55 años**
- Edad
- Antecedentes de enfermedad coronaria prematura en familiares de primer grado
 - **Varones < 55 años**
 - **Mujeres > 65 años**

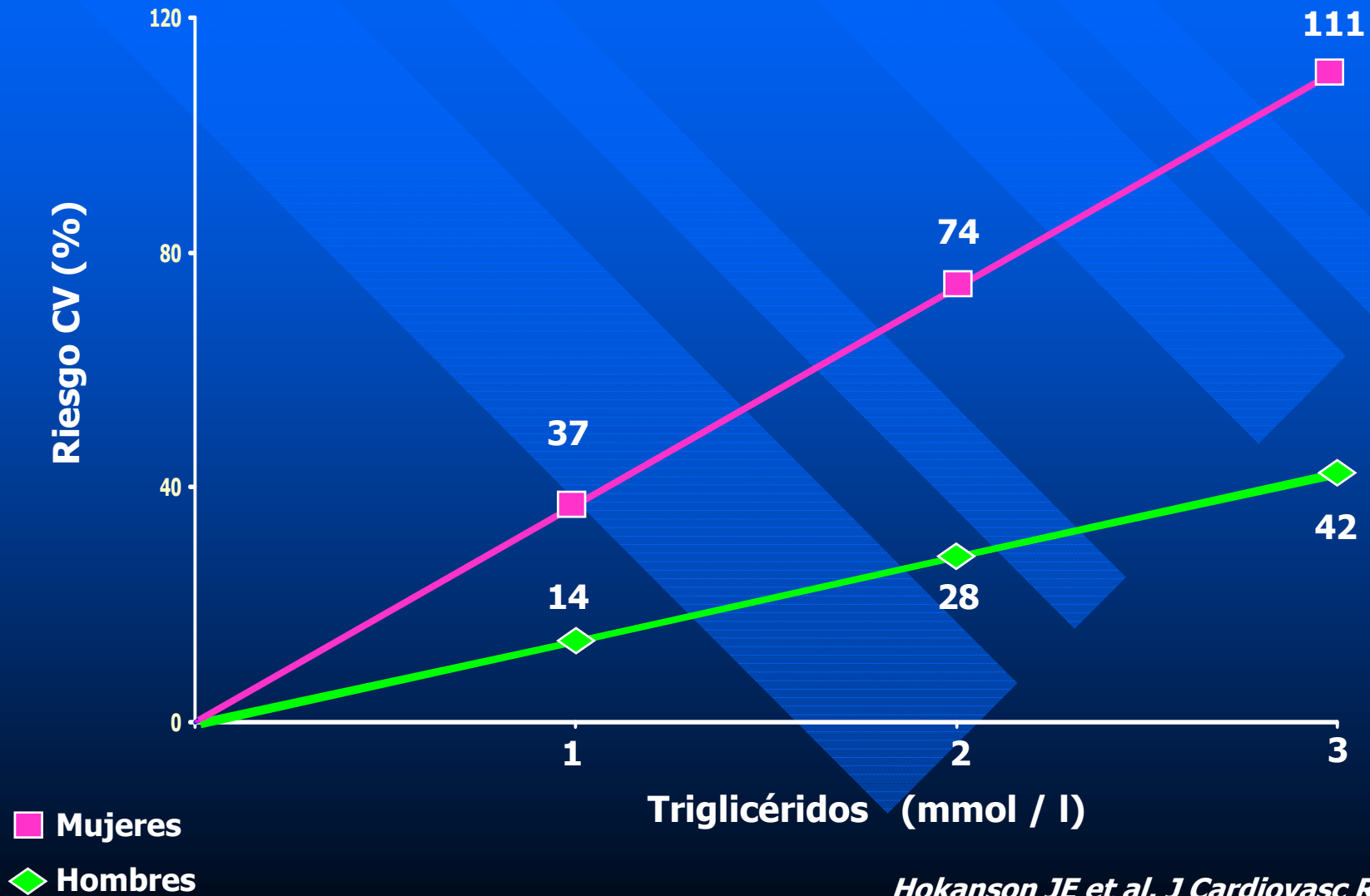
Modificables

- Dislipemia
- Obesidad
- Inactividad física
- Hipertensión arterial
- Tabaquismo
- Diabetes mellitus

Mortalidad por CI



Triglicéridos y riesgo CV



CONSECUCCIÓN DE OBJETIVOS



 *Pearson TA et al. Arch Intern Med 2000*

 *Jacobson TA et al. Arch Intern Med 2000*

Estrategias de prevención CV

Dislipemia

**Dieta (AGS, Col)
Disminución peso
Ejercicio físico
No fumar
Alcohol**

NO FARMACOLOGICAS
Dieta Ejercicio
Peso Tabaco

Hipertensión

**Dieta hiposódica
Disminuir peso
Ejercicio físico**

Aterosclerosis



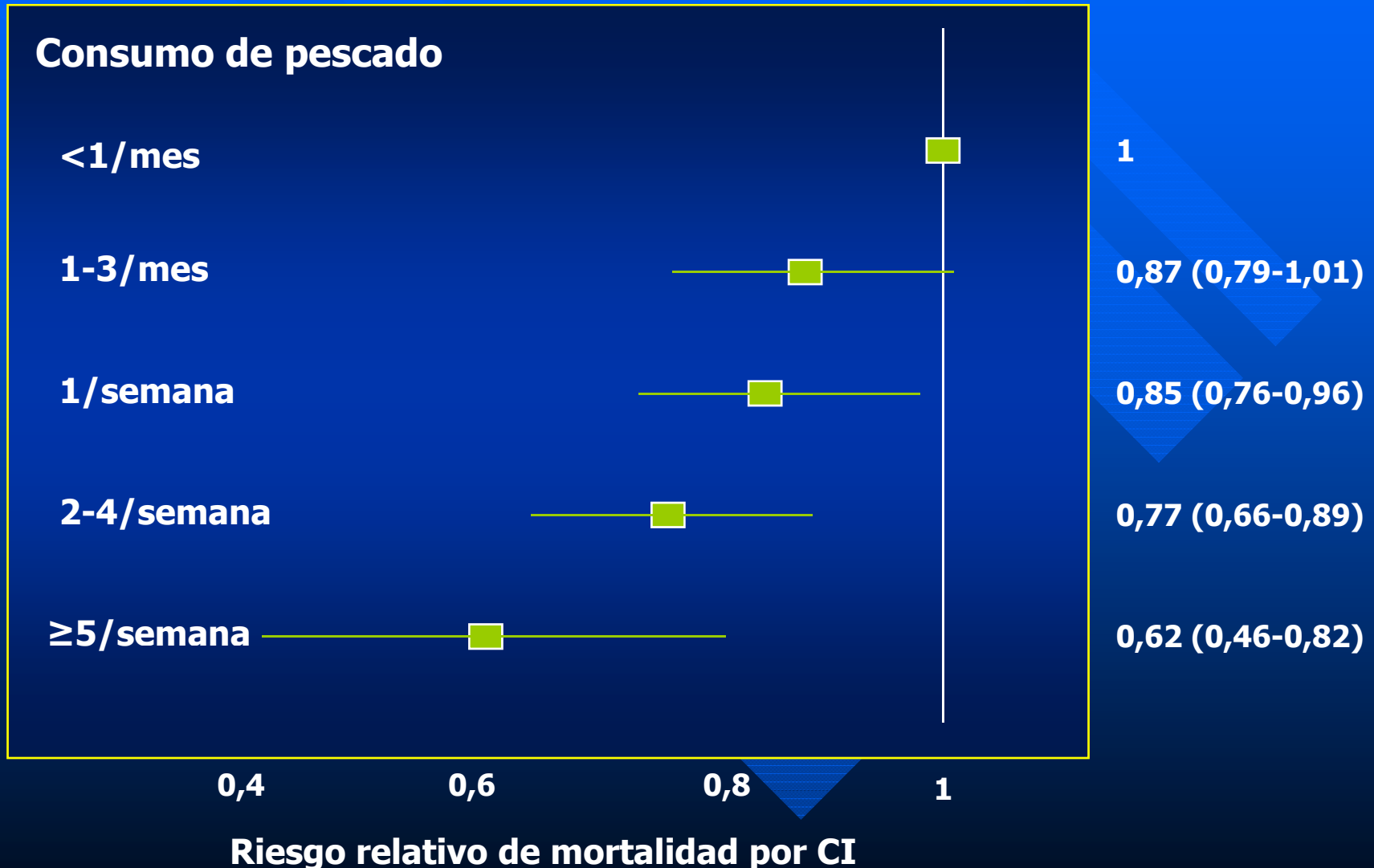
**Hiperglicemia
Insulinorresistencia**

**Dieta
(Monosacáridos)
Disminución de peso
Ejercicio físico**

**Agregación y
Activación Plaquetaria**

**Dieta (AGS, si AGP)
No Fumar
Ejercicio físico
Disminución peso**

Consumo de pescado y mortalidad coronaria





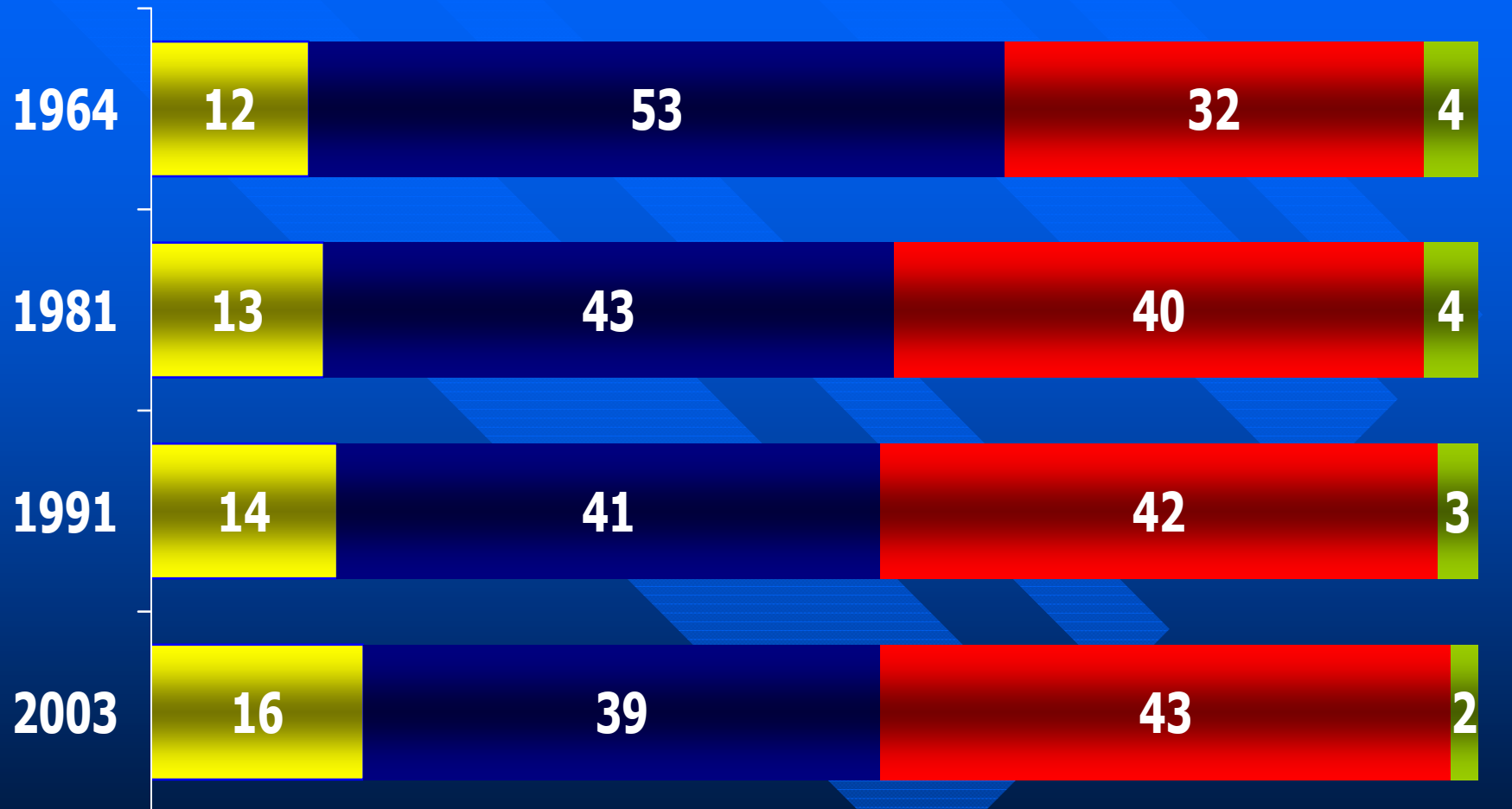
How to eat well and stay well, the Mediterranean way

Ancel y Margaret Keys

antes de publicar los resultados del *Seven Countries Study*



Evolución del perfil calórico en España



SEA →

- Proteínas 12-15%
- Hidratos de Carbono 55-65 %
- Lípidos 20-30 %
- Alcohol

%

DIETA - GRASAS

30% aporte calórico

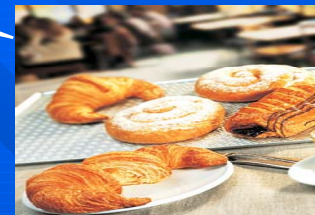


Acs. grasos trans



Grasas saturadas

<7%



20%

Acs. grasos monoinsaturados



Acs. grasos poliinsaturados

ω 3, ω 6

10%



Influencia de la dieta



**Mecanismos biológicos
intermediarios**

Niveles lipídicos

Colesterol LDL

Colesterol HDL

Triglicéridos

Lipoproteína A

Trombogénesis

Ritmo cardíaco

Función endotelial

Inflamación sistémica

Presión sanguínea

Sensibilidad a la insulina

Estrés oxidativo

Niveles de homocisteína



**Riesgo de
enfermedad
coronaria**

Factores dietéticos que modifican el perfil lipídico

COLESTEROL LDL	RECOMENDACIÓN	MODIFICACIÓN
Grasas saturadas	<7%	10-15%
Colesterol en dieta	<200 mgs/día	
Fibra	10-25 grs/día	3-5%
Fitoesteroles	2 grs / día	6-15%
AG poliinsaturados	1-3 grs / día	
Isoflavonas	25 grs / día	

COLESTEROL HDL

Alcohol
AG poliinsaturados

TRICLICÉRIDOS

Carbohidratos
AG Poliinsaturados
Fibra

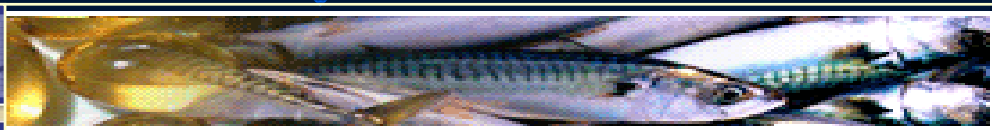
ESTUDIO ACTICOL



GRUPO BARBANZA

OBJETIVO

Comprobar si se producen modificaciones en el perfil lipídico tras suplementación dietética con conservas de atún en aceite de oliva, comparando sus efectos con los del atún enriquecido con aditivos.



METODOLOGÍA

- ↳ **35 médicos – 400 voluntarios**
- ↳ **Randomización**
- ↳ **Consentimiento informado**
- ↳ **Anamnesis y exploración física**
- ↳ **Controles electrocardiográficos y bioquímicos (0-30-90 días)**
- ↳ **No modificación de la dieta ni del tratamiento**
- ↳ **Suplementación 90 días**

SUPLEMENTOS

Atún (80 gr/día) - Aceite de oliva

Isoflavonas – 40 mgrs

Genisteín+Genistín 45-52%

Daidzeín + Daidzín 39-47%

Gliciteín + Glicitín 8-10%

Acs grasos omega 3 - 1,52 grs

EPA + DHA 1,11 grs

ALA 0,41 grs

Fitoesteroles - 960 mgrs

β -Sitosterol 49%

Stigmasterol 27%

Campesterol 24%

CARACTERÍSTICAS

GRUPO	n	Sexo H / M	Edad
Ac oliva	100	47 / 53	52,8±13,8
Isoflavonas	100	41 / 59	50,9±13,8
Omega-3	100	40 / 60	52,6±14,5
Fitoesteroles	100	51 / 49	56,5±11,9
Total	400	45% / 55%	53,2±13,7

Pérdidas 23 (5,75%)

CARACTERÍSTICAS

FACTORES DE RIESGO 84%

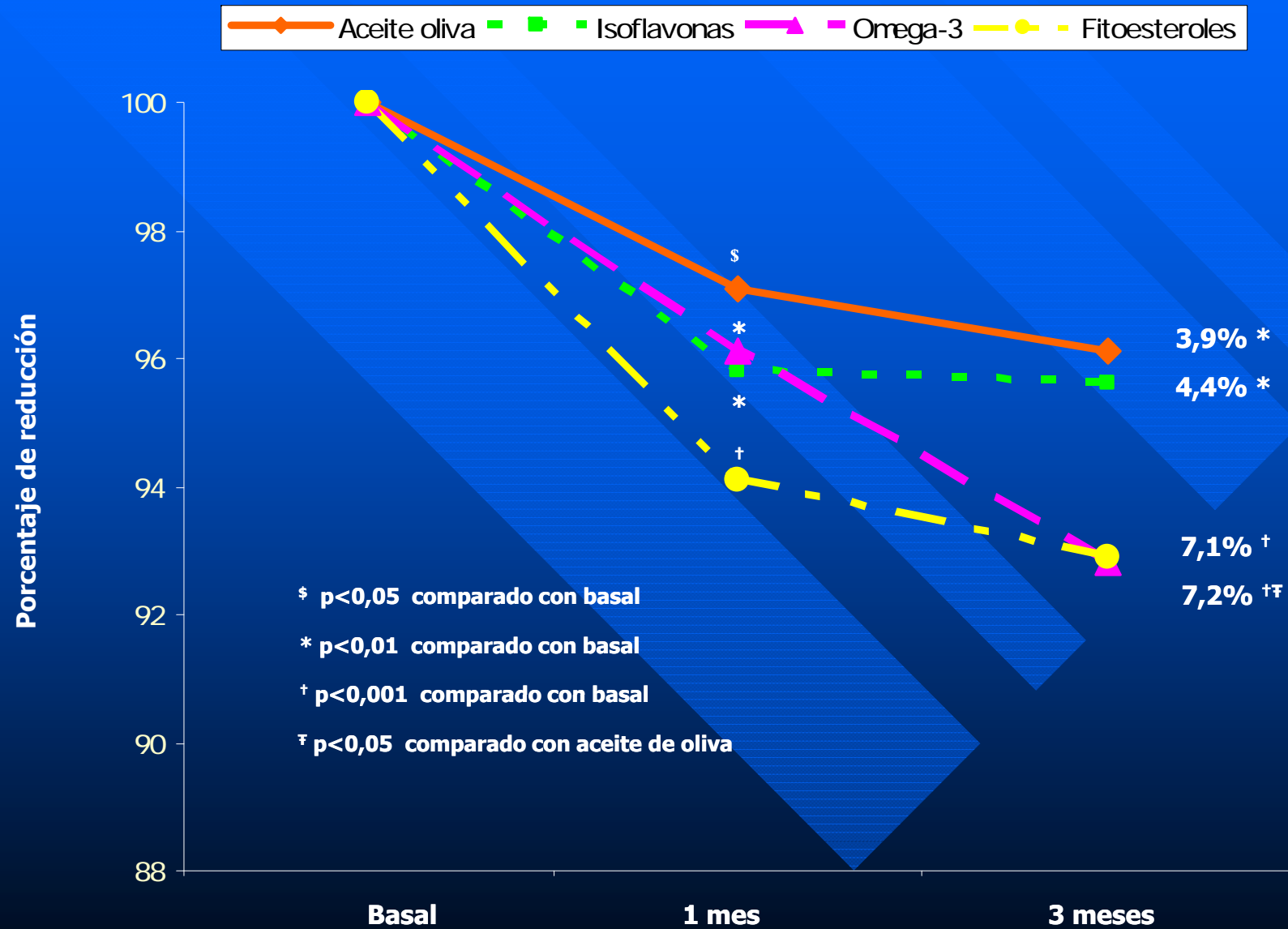
Dislipemia	72%	Hipertensión	40%
Diabetes	15%	Tabaquismo	20%

HISTORIA DE ENF CARDIOVASCULAR 12%

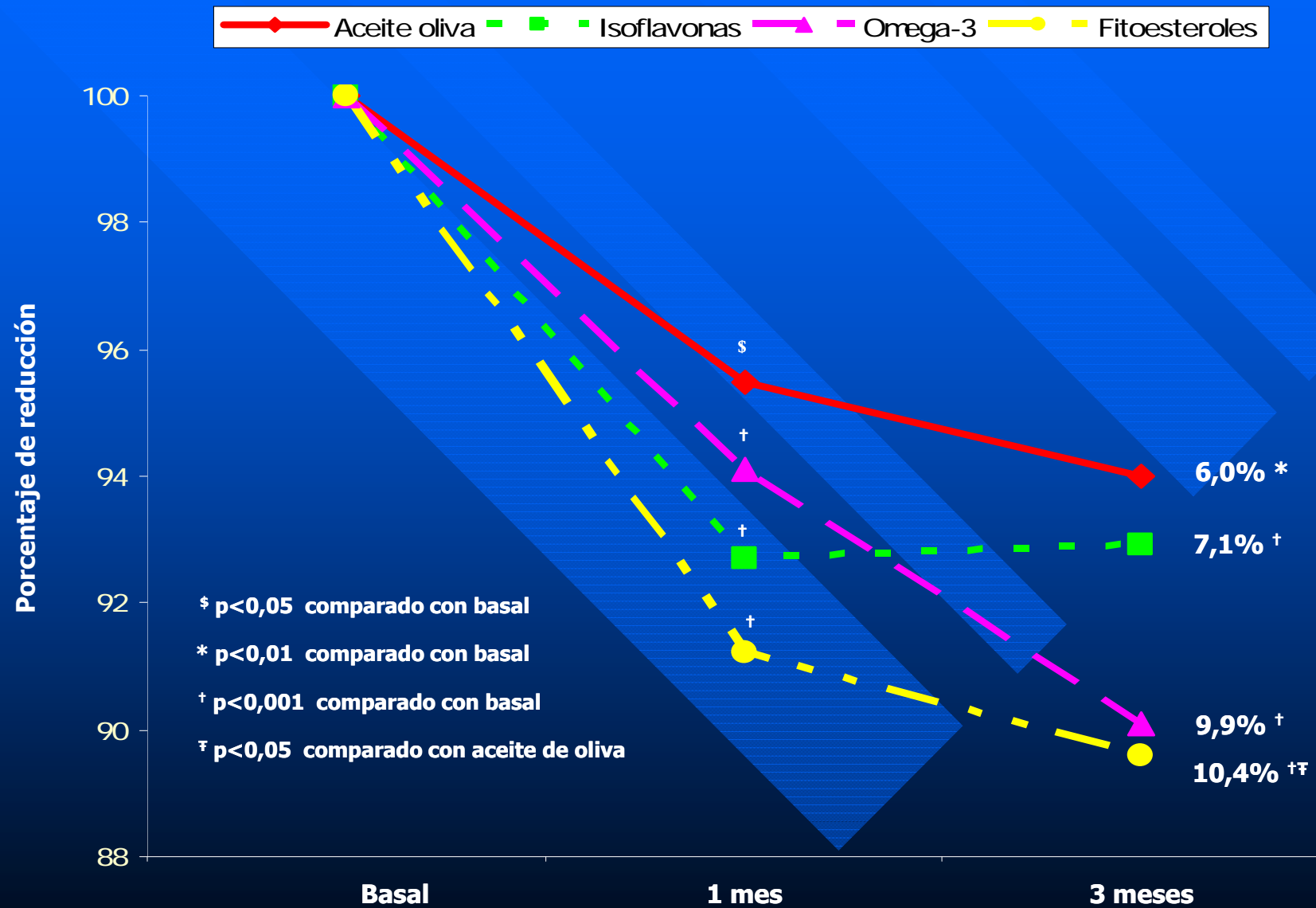
HIPOLIPEMIANTES 41%

Simvastatina	33%	Atorvastatina	28%
Pravastatina	21%	Otras estatinas	11%
Fibratos	4%	Ezetimibe	3%

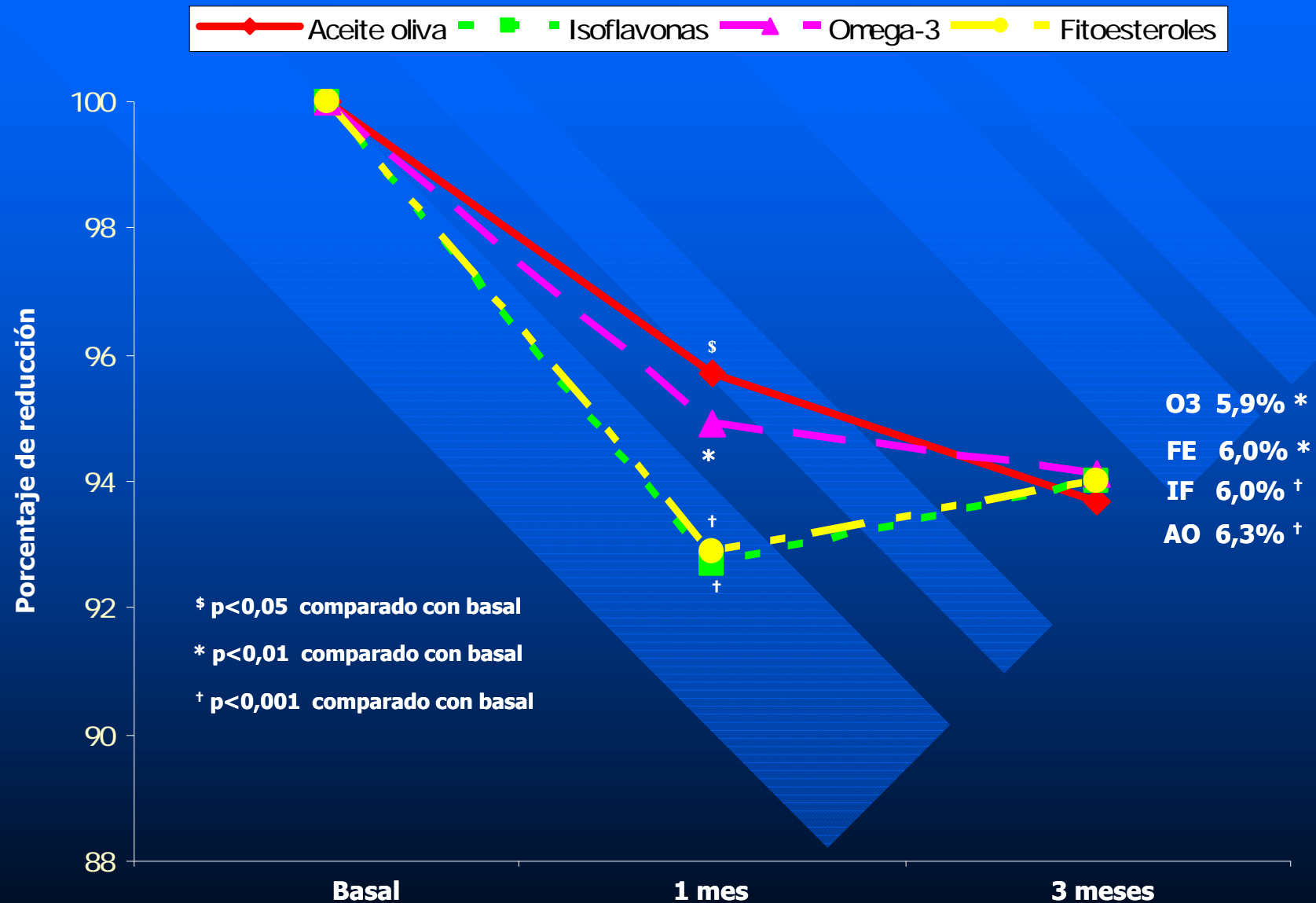
COLESTEROL TOTAL



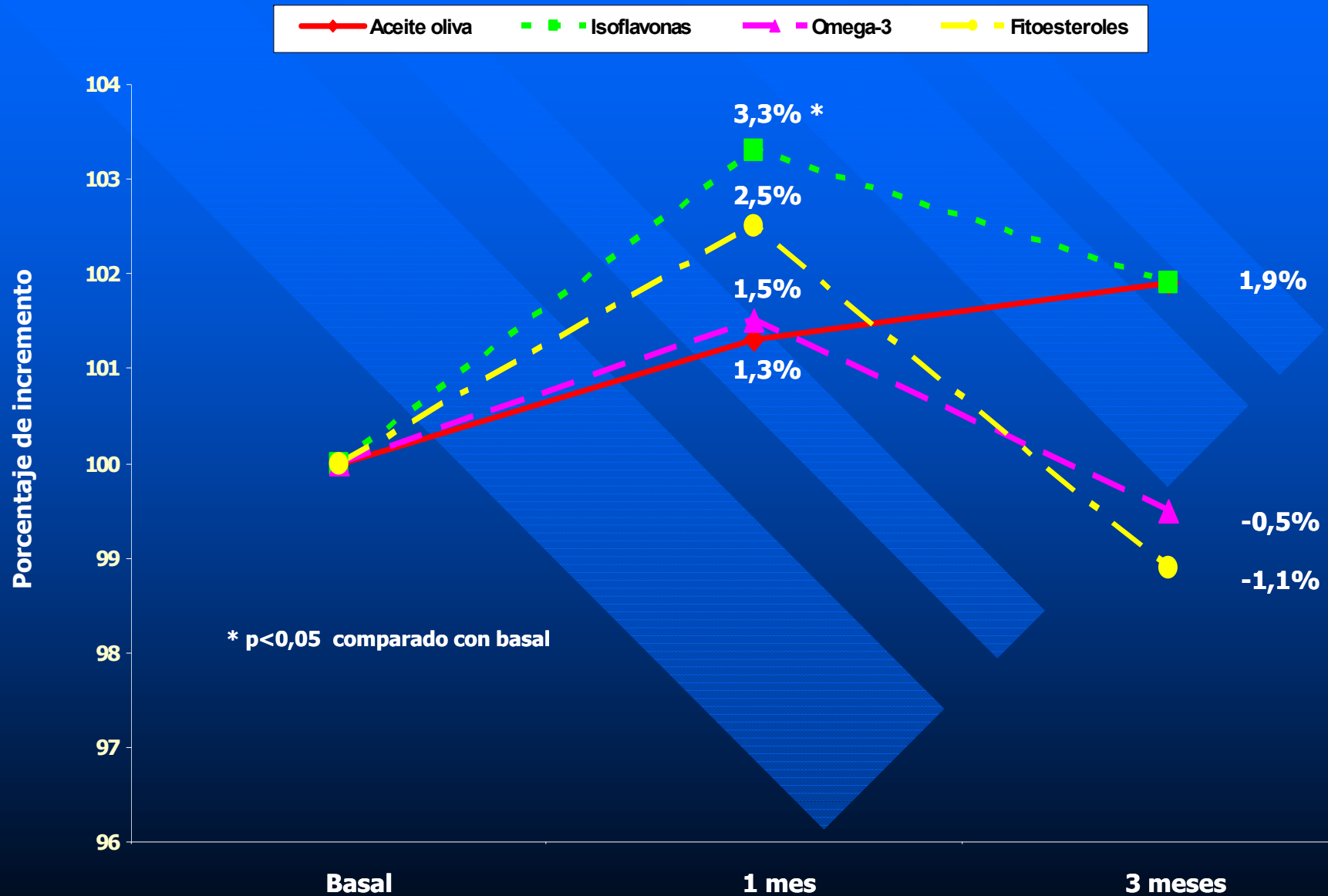
COLESTEROL LDL



COL TOTAL / COL HDL

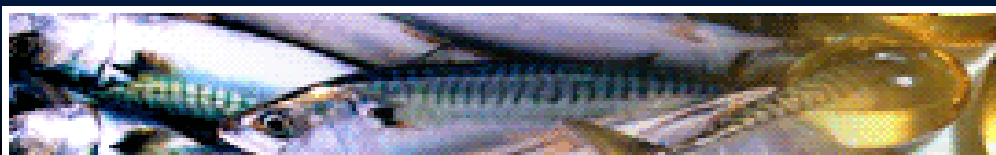
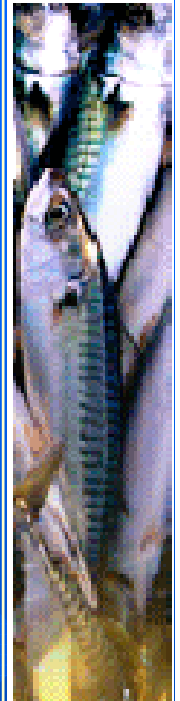


COLESTEROL HDL



CONCLUSIONES

- 1.- El consumo regular de pescado modifica el perfil lipídico
- 2.- La adición de suplementos de isoflavonas, ácidos grasos omega-3 y fitoesteroles potencia el efecto del pescado
- 3.- El efecto de los fitoesteroles es mayor que el de los otros aditivos









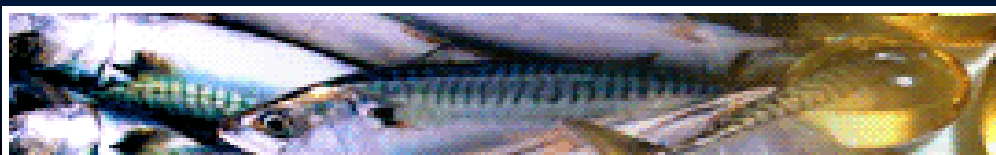
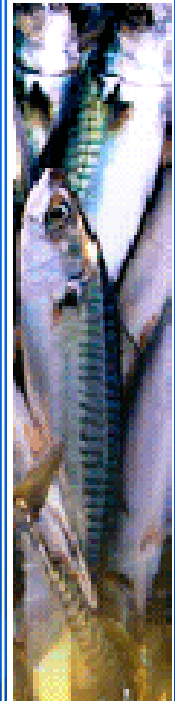


CONCLUSIONES

1.- El consumo regular de consumo de pescado modifica el perfil lipídico

2.- La adición de suplementos de isoflavonas, ácidos grasos omega-3 y fitoesteroles potencia el efecto del pescado

3.- El efecto de los fitoesteroles es mayor que el de los otros aditivos



**Nunca hubo tanto
donde elegir,
ni menos tiempo
y capacidad
para hacerlo bien**