

# CONGRESO IBEROAMERICANO DE NUTRICIÓN

## ¿Nutrición basada en la videncia o en la evidencia?



ACADEMIA  
ESPAÑOLA DE  
NUTRICIÓN  
Y DIETÉTICA



[www.renhyd.org](http://www.renhyd.org)



4 de JULIO de 2019

## Mesa de Evidencias: Tratamiento dietético en enfermedad cardiovascular

PONENCIA 4

### Tratamiento no farmacológico en las dislipidemias: ¿qué hay de nuevo?

Marcia Fidelix<sup>1,\*</sup>

<sup>1</sup>Centro Universitario CESMAC, Maceió, Brasil.

\*[mfidelix@hotmail.com](mailto:mfidelix@hotmail.com)



En los últimos años, el patrón alimentario y el estilo de vida saludables ganaron evidencia en estudios epidemiológicos y de intervención, los cuales reforzaron las directrices nutricionales a nivel mundial (1). El objetivo es abordar alternativas para la prescripción nutricional que puedan auxiliar en el control de las dislipidemias. La Dieta Mediterránea disminuye el riesgo de mortalidad por causas cardiovasculares y mortalidad por enfermedad cerebrovascular (2). Además del uso de estatinas, se están utilizando alternativas para el control de las dislipidemias tales como el uso de probióticos, fitosteroles, fibras solubles (3), proteína de la soja, ácidos grasos mono- y poliinsaturados, flavonoides (1), y más recientemente la vitamina D (4) y la práctica del ayuno intermitente. Los investigadores sugieren que el consumo de alimentos y no de suplementos puede tener resultados terapéuticos mejores, tal

como se demuestra con el consumo de omega-3 encontrado en los peces grasos que podrían beneficiar a la salud cardiovascular, sin embargo estudios recientes no han confirmado este efecto con el uso de suplementos (5). Los nutricionistas necesitan profundizar las alternativas para orientación y prescripción de alternativas no farmacológicas que pueden resultar en la mejora de la eficacia en la prevención y tratamiento de los disturbios de lípidos y sus consecuencias.

### conflicto de intereses

La autora es Presidenta de la Alianza Iberoamericana de Nutricionistas (AIBAN), organizadora del VIII Congreso Iberoamericano de Nutrición.

## referencias

- (1) Faludi AA, Izar MCO, Saraiva JFK, Chacra APM, Bianco HT, Afiune Neto A et al. Atualização da Diretriz Brasileira de Dislipidemias e Prevenção da Aterosclerose – 2017. Arq Bras Cardiol 2017; 109(2Supl.1): 1-76.
- (2) Bonaccio M, Di Castelnuovo A, Costanzo S, Persichillo M, De Curtis A, Cerletti C, Donati MB, de Gaetano G, Iacoviello L; Moli-sani Study Investigators. Interaction between Mediterranean diet and statins on mortality risk in patients with cardiovascular disease: Findings from the Moli-sani Study. Int J Cardiol. 2019 Feb 1; 276: 248-54. doi: 10.1016/j.ijcard.2018.11.117
- (3) Hartley L, May MD, Loveman E, Colquitt JL, Rees K. Dietary fibre for the primary prevention of cardiovascular disease. Cochrane Database of Systematic Reviews 2016, Issue 1. Art. No.: CD011472. doi: 10.1002/14651858.CD011472.pub2
- (4) Bjelakovic G, Gluud LL, Nikolova D, Whitfield K, Wetterslev J, Simonetti RG, Bjelakovic M, Gluud C. Vitamin D supplementation for prevention of mortality in adults. Cochrane Database of Systematic Reviews 2014, Issue 1. Art. No.: CD007470. doi: 10.1002/14651858.CD007470.pub3
- (5) Abdelhamid AS, Brown TJ, Brainard JS, Biswas P, Thorpe GC, Moore HJ, Deane KHO, AlAbdulghafoor FK, Summerbell CD, Worthington HV, Song F, Hooper L. Omega-3 fatty acids for the primary and secondary prevention of cardiovascular disease. Cochrane Database of Systematic Reviews 2018, Issue 11. Art. No.: CD003177. doi: 10.1002/14651858.CD003177.pub4

