

FIBRA DIETARIA, CALIDAD Y CANTIDAD DE LOS CARBOHIDRATOS, Y RIESGO DE MORTALIDAD EN PACIENTES CON DIABETES MELLITUS.

DIETARY FIBER, CARBOHYDRATE QUALITY AND QUANTITY, AND MORTALITY RISK OF INDIVIDUALS WITH DIABETES MELLITUS.

BURGER KN, BEULENS JW, VAN DER SCHOUW YT, SLUIJS I, SPIJKERMAN AM, SLUIK D, BOEING H, KAAKS R, TEUCHER B, DETHLEFSEN C, OVERVAD K, TJØNNELAND A, KYRØ C, BARRICARTE A, BENDINELLI B, KROGH V, TUMINO R, SACERDOTE C, MATTIELLO A, NILSSON PM, ORHO-MELANDER M, ROLANDSSON O, HUERTA JM, CROWE F, ALLEN N, NÖTHLINGS U.

Julius Center for Health Sciences and Primary Care, University Medical Center, Utrecht, The Netherlands

Resumen

ANTECEDENTES: Tanto la fibra como la calidad y cantidad de los carbohidratos incorporados a través de la dieta se asocian al riesgo de mortalidad en la población general. Se desconoce si lo mismo aplica para los pacientes con diabetes.

OBJETIVOS: Evaluar las asociaciones entre la fibra dietaria, la carga glucémica, el índice glucémico y la ingesta de carbohidratos, azúcares y almidón con el riesgo de mortalidad en pacientes con diabetes mellitus.

MÉTODOS: Se llevó a cabo un estudio prospectivo de cohortes que incluyó 6192 individuos con diabetes mellitus confirmada (edad promedio basal: 57.4 años; duración promedio de la diabetes al inicio del estudio: 4.4 años) participantes en la European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition (EPIC). Se determinaron las ingestas basales (1992-2000) mediante cuestionarios validados. Se realizó un análisis proporcional de Cox para estimar los cocientes de riesgo (HR) por cualquier causa y la mortalidad cardiovascular, realizando los ajustes según factores nutricionales o relacionados con enfermedad cardiovascular o diabetes.

RESULTADOS: Durante un seguimiento promedio de 9.2 años se registraron 791 fallecimientos, 306 por enfermedad cardiovascular. La ingesta de fibra se asoció de manera inversa con el riesgo de mortalidad por cualquier causa (HR ajustado por aumento de SD, 0.83 [95% IC: 0.75-0.91]) y por enfermedad cardiovascular (0.76 [0.64-0.89]). No se observaron asociaciones significativas para carga glucémica, índice glucémico e ingesta de carbohidratos, azúcares y almidón. La carga glucémica (1.42 [1.07-1.88]), la ingesta de carbohidratos (1.67 [1.18-2.37]) y el consumo de azúcares (1.53 [1.12-2.09]) se asociaron con un aumento del riesgo total de mortalidad entre los individuos con peso normal (IMC \leq 25 kg/m²; 22% de la muestra) pero no entre aquellos con sobrepeso (interacciones de $P \leq 0.04$). Estas asociaciones fueron aún más importantes luego de excluir los cuestionarios deficientes.

CONCLUSIONES: La ingesta elevada de fibra se asoció con una disminución del riesgo de mortalidad. La elevada carga glucémica y un alto consumo de carbohidratos y azúcares, se asociaron a un aumento del riesgo de mortalidad en pacientes con diabetes y sin sobrepeso.

PLoS One. 2012;7(8):e43127. Epub 2012 Aug 23.

PMID: 22927948 [PubMed - in process] - PMCID: PMC3426551

Texto completo disponible en: www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22927948