

---

## RESÚMENES DE TRABAJOS PUBLICADOS

---

### RELACIÓN ENTRE EL CONSUMO DE HUEVOS Y EL RIESGO DE PADECER ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES O DIABETES: REVISIÓN SISTEMÁTICA Y METAANÁLISIS.

### EGG CONSUMPTION IN RELATION TO RISK OF CARDIOVASCULAR DISEASE AND DIABETES: A SYSTEMATIC REVIEW AND META-ANALYSIS.

SHIN JY, XUN P, NAKAMURA Y, HE K.

Departments of Nutrition and Epidemiology, Gillings Schools of Global Public Health, University of North Carolina at Chapel Hill, Chapel Hill, NC.

---

**Antecedentes:** Aún no se sabe muy bien cuál es la relación entre el consumo de huevos y las enfermedades cardiovasculares y la diabetes.

**Objetivo:** El objetivo de este estudio fue resumir cuantitativamente la bibliografía sobre el consumo de huevos y el riesgo de enfermedades cardiovasculares, mortalidad cardíaca y diabetes tipo 2 mediante un metaanálisis de estudios prospectivos de cohortes.

**Diseño:** Se realizó una revisión sistemática de la bibliografía de estudios publicados en PubMed y EMBASE hasta marzo de 2012. Se recabó más información a través de una búsqueda en Google o una revisión manual de las referencias de los artículos pertinentes. Se incluyeron los estudios que tenían un diseño prospectivo, estaban publicados en revistas científicas en inglés y proporcionaban los cocientes de riesgos (HR) y los IC del 95% correspondientes a las asociaciones de interés. Dos investigadores extrajeron los datos de forma independiente, y los IC del 95% y los HR ponderados de las asociaciones de interés se calcularon usando un modelo de efectos aleatorios.

**Resultados:** Se identificaron un total de 22 cohortes independientes a partir de 16 estudios, cuyo número de participantes oscilaba entre 1600 y 90.735 personas con un período de seguimiento de 5.8 a 20.0 años. La comparación de la categoría más alta ( $\geq 1$  huevo/día) de consumo de huevos con la más baja ( $< 1$  huevo/semana o nunca) arrojó un HR combinado (IC del 95%) de 0,96 (0,88; 1,05) para las enfermedades cardiovasculares en general; 0,97 (0,86; 1,09) para la cardiopatía isquémica; 0,93 (0,81; 1,07) para los accidentes cerebrovasculares; 0,98 (0,77; 1,24) para la mortalidad por cardiopatía isquémica; 0,92 (0,56; 1,50) para la mortalidad por accidentes cerebrovasculares y 1,42 (1,09; 1,86) para la diabetes tipo 2. En los estudios realizados con pacientes diabéticos, el HR combinado (IC del 95%) fue 1,69 (1,09; 2,62) para las enfermedades cardiovasculares en general.

**Conclusión:** Este metaanálisis sugiere que el consumo de huevos no guarda relación con el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares y mortalidad cardíaca en la población general. Sin embargo, es posible que el consumo de huevos se asocie a una mayor incidencia de la diabetes tipo 2 en la población general y la comorbilidad de las enfermedades cardiovasculares en pacientes con diabetes.