

REVISIÓN SISTEMÁTICA DE LA EVIDENCIA QUE AVALA UNA UNIÓN CAUSAL ENTRE LOS FACTORES DIETARIOS Y LA ENFERMEDAD CORONARIA

A SYSTEMATIC REVIEW OF THE EVIDENCE SUPPORTING A CAUSAL LINK BETWEEN DIETARY FACTORS AND CORONARY HEART DISEASE.

MENTE A. DE KONING L, SHANNON HS, ANAND SS.

Population Health Research Institute, Hamilton General Hospital, 4-East Room 441, 237 Barton St E, Hamilton, ON L8L 2X2, Canada.

ANTECEDENTES: aunque una gran cantidad de estudios une los factores dietarios con la enfermedad coronaria (CHD), el peso de la evidencia que avala esta asociación no ha sido evaluado de modo sistemático en una única investigación.

MÉTODOS: llevamos a cabo una búsqueda sistemática en MEDLINE para hallar estudios de cohorte prospectivos o ensayos aleatorios que investigaran los niveles de exposición dietaria en relación con la enfermedad coronaria. Utilizamos las pautas de Bradford Hill para obtener un índice de causalidad basado en 4 criterios (fuerza, consistencia, temporalidad y coherencia) para cada nivel de exposición dietaria en estudios de cohorte. Asimismo, analizamos la consistencia con los hallazgos de los ensayos aleatorios.

RESULTADOS: existe una fuerte evidencia que sostiene que hay asociaciones válidas (4 criterios satisfechos) entre factores de protección –incluida la ingesta de vegetales, frutos secos y alimentos de la dieta mediterránea– y patrones dietarios de calidad y la enfermedad coronaria, y asociaciones entre factores perjudiciales –incluida la ingesta de alimentos ricos en grasas trans– y un índice glicémico elevado. En estudios de mayor calidad metodológica, también se encontró fuerte evidencia de ácidos grasos monoinsaturados y patrones dietarios “prudentes” y “occidentales”. Se halló evidencia moderada (3 criterios) de asociaciones para el consumo de pescado, ácidos grasos omega-3, folato, cereales integrales, vitaminas E y C, betacaroteno, alcohol, frutas y fibra. Se halló evidencia insuficiente (< o =2 criterios) de asociación para la ingesta de vitamina E y ácido ascórbico (vitamina C) suplementarios; ácidos grasos saturados y poliinsaturados; grasas totales; ácido alfa-linolénico; carnes; huevos; y leche. De entre los niveles de exposición dietaria con fuerte evidencia de causalidad encontrados en el estudio de cohorte, sólo un patrón dietario mediterráneo posee relación con la enfermedad coronaria en los ensayos aleatorios.

CONCLUSIONES: la evidencia apoya la existencia de una asociación válida de un limitado número de factores dietarios y patrones dietarios con la enfermedad coronaria. Se recomienda la realización de nuevas evaluaciones de patrones dietarios –incluidos sus nutrientes y componentes alimenticios– en estudios de cohorte y ensayos aleatorios.

PMID: 19364995 [PubMed – indexada para MEDLINE]

Archives of Internal Medicine. 13 de abril de 2009;169(7):659-69
