

---

## RESÚMENES DE TRABAJOS PUBLICADOS

---

### UNA DIETA DE ALTA CALIDAD SE ASOCIA CON UNA MENOR INCIDENCIA DE EVENTOS CARDIOVASCULARES EN LA COHORTE DEL ESTUDIO MALMÖ DIET AND CANCER

### A HIGH DIET QUALITY IS ASSOCIATED WITH LOWER INCIDENCE OF CARDIOVASCULAR EVENTS IN THE MALMÖ DIET AND CANCER COHORT.

HLEBOWICZ J, DRAKE I, GULLBERG B, SONESTEDT E, WALLSTRÖM P, PERSSON M, NILSSON J, HEDBLAD B, WIRFÄLT E.

Center for Emergency, Skåne University Hospital, Malmö, Sweden; Lund University, Department of Clinical Sciences in Malmö, Sweden; Department of Cardiology, Skåne University Hospital, Malmö, Sweden.

---

**OBJETIVO:** Investigar si la calidad de la dieta se relaciona con la incidencia de eventos cardiovasculares.

**SUJETOS Y MÉTODOS:** Se utilizaron las Recomendaciones Suecas sobre Nutrición de 2005 y las Guías Alimentarias Suecas para crear un índice de calidad de la dieta, que incluyó seis componentes alimentarios: ácidos grasos saturados, ácidos grasos poliinsaturados, pescados y mariscos, fibra alimenticia, frutas y verduras, y sacarosa. El índice permitió clasificar a 17.126 participantes (el 59% eran mujeres) de la cohorte poblacional del estudio Malmö Diet and Cancer (Suecia) en función de las ingestas. El puntaje total del índice se clasificó en bajo, medio o alto. Se utilizó el modelo de riesgos proporcionales de Cox para representar las asociaciones entre las categorías de la puntuación del índice y los componentes del índice con el riesgo de nuevos casos de eventos cardiovasculares (con ajuste por posibles factores de confusión). Se monitoreó la incidencia de los primeros eventos cardiovasculares (infarto de miocardio o accidente cerebrovascular isquémico mortal o no mortal, o muerte por cardiopatía isquémica) desde que se obtuvieron los datos iniciales (1991-1996) hasta el 31 de diciembre de 2008. Se produjeron 703 eventos cardiovasculares en las mujeres y 1093 en los hombres.

**RESULTADOS:** La dieta de alta calidad se asoció con un menor riesgo de eventos cardiovasculares cuando se la comparó con una dieta de baja calidad. En el análisis multifactorial, la reducción del riesgo fue del 32% (cociente de riesgos = 0,68; intervalo de confianza del 95%: 0,49 a 0,73) en los hombres y del 27% (cociente de riesgos = 0,73; intervalo de confianza del 95%: 0,59 a 0,91) en las mujeres. En el análisis por separado y ajuste mutuo para cada componente, no se halló una relación entre los componentes individuales y el riesgo cardiovascular, o bien se observó una leve disminución de los riesgos.

**CONCLUSIÓN:** Las dietas de alta calidad en conformidad con las recomendaciones actuales pueden reducir el riesgo de eventos cardiovasculares. Este estudio ilustra la importancia de considerar la combinación de factores alimentarios cuando se evalúa la relación entre la dieta y las enfermedades.

*PLoS One.* 2013 Aug 5;8(8):e71095. doi: 10.1371/journal.pone.0071095. Print 2013.  
PMID: 23940694 - [PubMed - in process] PMCID: PMC3733649 Free PMC Article

[www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23940694](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23940694)

---