

UNIDAD DE LÍPIDOS DEL HOSPITAL REINA SOFÍA

Investigan los beneficios del aceite de oliva en prediabéticos

Los pacientes objeto del estudio presentan un alto riesgo cardiovascular y de desarrollar diabetes tipo 2, probabilidad que crece un 8% cada año

20 personas
 Dos grupos de 10 pacientes de entre 30 y 65 años se someterán al estudio, que se prolongará a lo largo de dos años.

EL DÍA

■ Profesionales vinculados a la Unidad de Lípidos del Reina Sofía preparan un proyecto de investigación con el que pretenden constatar los efectos beneficiosos de las grasas monoinsaturadas —presentes en el aceite de oliva— en las dietas de personas prediabéticas, es decir, aquellas que están en riesgo de padecer diabetes. Estos pacientes suelen presentar obesidad, altos niveles de triglicéridos, hipertensión e intolerancia progresiva a los hidratos de carbono. Además, presentan un alto riesgo cardiovascular y de desarrollar diabetes tipo 2, probabilidad que aumenta en torno a un ocho por ciento anualmente.

Tal y como señalan los responsables del hospital, "se trata de una muestra más de la intención de la Consejería de Salud y de sus profesionales de impulsar la investigación básica y aplicada sobre esta enfermedad, aumentando la coordinación entre los distintos proyectos en marcha y propiciando nuevas líneas de investigación".

El estudio se prolongará durante dos años al objeto de confirmar los beneficios del aumento del consumo de aceite de oliva entre este colectivo para conseguir, con una nutrición mediterránea y con ejercicio físico, el retraso de la diabetes en este colectivo. El autor del estudio, Juan Antonio Paniagua, que trabaja en el centro de salud

de Ciudad Jardín, destacó que "el tratamiento nutricional es un componente básico dentro de la atención integral del estado prediabético". Frente a la apuesta por el aceite de oliva que hace este trabajo, la Asociación de Diabetes Americana (ADA) recomienda la ingesta de hidratos de carbono en personas prediabéticas. Así, el estudio permitirá comparar la propuesta americana con la mediterránea y detectar con cuál se obtienen mejores resultados.

Hasta el momento, los estudios desarrollados por la Unidad de Lípidos han mostrado evidencias de que la dieta mediterránea rica en aceite de oliva mejora el metabolismo de la glucosa al incrementar

EVIDENCIAS

Los estudios desarrollados hasta ahora demuestran que el aceite de oliva mejora el metabolismo de la glucosa

la sensibilidad a la insulina. Una veintena de pacientes prediabéticos de entre 30 y 65 años participarán en este trabajo repartidos en dos grupos de diez personas que se someterán a dos dietas distintas. Uno de los grupos tomará la dieta alta en hidratos de carbono tres primeros meses y el otro tomará otra, alta en grasas monoinsaturadas, las mismas que se intercambiarán los tres últimos meses.

Junto a Paniagua participan en la investigación otros cuatro médicos de Primaria, investigadores de la Unidad de Lípidos así como su coordinador y decano de Medicina, Francisco Pérez Jiménez.