



NOTA DE PRENSA

Presentado en el 50º Congreso de la Sociedad Española de Nefrología

UN ESTUDIO REALIZADO POR INVESTIGADORES ESPAÑOLES ASOCIA LA DIETA MEDITERRÁNEA A UNA MAYOR PROTECCIÓN DE LA FUNCIÓN RENAL EN LAS PERSONAS MAYORES DE 60 AÑOS

El estudio confirma lo que otras investigaciones anteriores habían sugerido sobre el efecto nefroprotector que la dieta mediterránea podría tener en personas mayores de 60 años, y pone en valor la idoneidad de una dieta alimentaria, rica en frutas, verduras, frutos secos y aceite de oliva para prevenir el deterioro de la función renal.

La investigación se enmarca dentro del Proyecto ENRICA desarrollado en el Departamento de Medicina Preventiva y Salud Pública de la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma de Madrid (UAM) - IdiPaz (CIBERESP), en el que han colaborado investigadores del Hospital Universitario 12 de Octubre de Madrid, el Hospital Universitario Central de Asturias en Oviedo, la Harvard T.H. Chan School of Public Health en Boston (EE.UU.), y el IMDEA-Food Institute de la UAM-CSIC.

La investigación incluyó el análisis de una cohorte de 975 personas de edad igual o mayor de 60 años reclutados en España en el periodo 2008-2010, con seguimiento hasta el año 2015.

Este estudio se ha presentado en el 50º Congreso Nacional de la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.), en el que han participado más de 1.500 nefrólogos, expertos e investigadores de España y otros países.

26 de noviembre de 2020.- Un estudio desarrollado por el Departamento de Medicina Preventiva y Salud Pública de la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma de Madrid, en el que han colaborado expertos e investigadores españoles de diversos hospitales, universidades y centros de investigación, ha concluido que la adherencia a la dieta mediterránea se asocia a un menor riesgo de deterioro de la función renal en las personas mayores de 60 años, lo que pone en valor la idoneidad de llevar este tipo una dieta alimentaria basada en la cocina tradicional de los países del Mediterráneo, y que destaca por ser rica en vegetales, frutas, frutos secos y aceite de oliva, entre otros.



En el proyecto han participado investigadores y profesionales del Departamento de Medicina Preventiva y Salud Pública de la Facultad de Medicina de la Universidad Autónoma de Madrid-IdiPaz (CIBERESP); el Departamento de Medicina Preventiva y Salud Pública del Hospital Universitario 12 de Octubre de Madrid; el Servicio de Nefrología del Hospital Universitario Central de Asturias, en Oviedo; el Departamento de Nutrición de la Harvard T.H. Chan School of Public Health en Boston (EEUU); y el IMDEA-Food Institute de la Universidad Autónoma de Madrid y el Centro Superior de Investigaciones Científicas.

Hasta la fecha, los resultados de algunos estudios habían sugerido que la dieta mediterránea podría tener un efecto nefroprotector en los pacientes mayores de 60 años, por lo que el objetivo de este estudio fue evaluar de forma prospectiva la asociación entre la adherencia a esta dieta alimenticia y la evolución de la función renal.

La investigación, que se presentará en el 50^a Congreso de la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.) que se celebra del 6 al 9 de noviembre, incluyó el análisis de una cohorte de 975 personas de edad igual o mayor de 60 años reclutados en España en el periodo 2008-2010, con seguimiento hasta el año 2015.

La adherencia a la dieta mediterránea se evaluó mediante el score MEDAS y para evaluar el patrón dietético se categorizaron hasta 880 alimentos en 36 grupos de perfil nutricional. Por su parte la función renal se determinó al inicio y al final del seguimiento, considerando como variables de resultados el aumento de la creatinina sérica (Cr) y el descenso del filtrado glomerular estimado (FGe).

Los resultados del estudio señalaron un aumento de la protección renal en personas que presentaron una alta adherencia a la dieta mediterránea. En un 15% de los sujetos del estudio se observó un deterioro de función renal por encima del esperado para la edad y el trascurso de 5 años. La adherencia a la dieta mediterránea previa al periodo de observación y durante el seguimiento se asoció con un menor riesgo de pérdida de función renal.

Con respecto a los sujetos con baja adherencia a la dieta mediterránea al inicio del estudio, aquellas personas con alto seguimiento a dicha dieta presentaron una reducción del riesgo de deterioro renal de en torno a un 40% (OR ajustada 0,58; IC 95% 0,36-0,95; p tendencia 0,026). El cambio de hábitos dietéticos durante el periodo de estudio también conllevó un beneficio en la evolución de la función renal con una reducción del riesgo de deterioro de un 50% en los sujetos con cambios dietéticos más favorables (OR ajustada 0,46; IC 95% 0.24-0.86; p tendencia 0,007).



Los autores del estudio concluyen, en definitiva, que una adherencia alta a la dieta mediterránea se asoció con un riesgo menor de deterioro de la función renal en personas mayores de 60 años.

50ª Congreso de la S.E.N.

Esta investigación se ha presentado en el 50ª Congreso Nacional de la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.), celebrado del 6 al 9 de noviembre de forma online. Se trata del mayor encuentro de nefrología y enfermedades renales que se celebra en nuestro país, en el que han participado unos 1.500 médicos nefrólogos, expertos e investigadores de España, y otros países con el fin de poner en común y abordar los últimos avances, investigaciones y estrategias para una prevención más eficaz de la Enfermedad Renal Crónica (ERC), así como para la mejora en el tratamiento de los pacientes renales

La relación de la COVID-19 con las patologías renales y sus consecuencias sobre los pacientes que tenían algún tipo de problema en el riñón, o que tras padecer la COVID-19, se han visto afectados por complicaciones o la aparición de patologías renales, ha centrado una parte importante del debate e intercambio de conocimiento y experiencias que se ha desarrollado en el encuentro. Además, el Congreso de la S.E.N. ha pretendido ser el altavoz para sensibilizar a la sociedad española sobre la importancia de la Enfermedad Renal Crónica, una patología que a pesar de afectar a unos 7 millones de españoles y tener un gran impacto en la expectativa de supervivencia y calidad de vida de los pacientes, sigue siendo una gran desconocida para la mayoría de la opinión pública.

La reunión ha dedicado gran parte de su programa a tratar los aspectos de actualización y prevención de la ERC, su relación con la diabetes y la hipertensión arterial, el proceso diagnóstico en trasplante renal, el riesgo vascular y renal, la hemodiálisis domiciliaria, la anemia en las enfermedades renales, la diálisis peritoneal, y la glomerulonefritis, entre otras. Asimismo, se han desarrollado cursos de actualización sobre Enfermedad Renal Crónica Avanzada (ERCA) y cuidados paliativos, Inteligencia Artificial y Big Data, y enfermedades renales hereditarias; y se han realizado sesiones específicas para debatir desde el punto de vista de los pacientes renales y los nefrólogos jóvenes. En el Congreso se han presentado igualmente más de 500 comunicaciones científicas sobre los últimos proyectos y estudios relativos a la enfermedad renal.

Para más información:

Gabinete de prensa de la Sociedad Española de Nefrología (S.E.N.)

Jesús Herrera / Manuela Hernández (954 62 27 27 / 625 87 27 80)