

ESTUDIO CORDIOPREV

CORDIOPREV STUDY

Cortés Rodríguez, Begoña¹

1. Facultativo especialista en Medicina Interna. Vocal de la provincia de Córdoba en SADEMI

Lancet, The, 2022-05-14, Volumen 399, Número 10338, Páginas 1876-1885

Recibido: 21/12/2021 | Revisado: 22/01/2022 | Aceptado: 02/03/2022

DOI:10.15568/am.2022.815.ami01

Actual Med.2022;107(815):57-58

Aula de Medicina Interna

El estudio CordioPrev (“coronary diet intervention with olive oil and cardiovascular prevention”), publicado en la prestigiosa revista The Lancet en mayo de 2022, ha demostrado por primera vez a nivel mundial que la dieta mediterránea previene la repetición de eventos cardiovasculares, superando en beneficios de prevención secundaria cardiovascular a la dieta baja en grasas.

El trabajo, en el que han participado investigadores del Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba (IMIBIC), el Hospital Universitario Reina Sofía, la Universidad de Córdoba y el CIBEROBN (Centro de Investigación Biomédica en Red de la Fisiopatología de la Obesidad y Nutrición), ha sido liderado por los Dres. José López Miranda, Javier Delgado Lista y Pablo Pérez Martínez, miembros de la Sociedad Andaluza de Medicina Interna y en él ha colaborado un importante número de médicos internistas.

En este estudio unicéntrico randomizado de intervención dietética, iniciado en 2009 y con una media de seguimiento de 7 años, ha contado con una población de 1002 personas adultas, con edades entre 20 y 76 años (media de 59.5 años) y enfermedad coronaria establecida (82.5% hombres, reflejo de la proporción habitual en su incidencia). Los participantes siguieron, de forma aleatoria, dos modelos de alimentación consideradas cardiosaludables: la mitad de ellos mantuvo una dieta relativamente baja en grasa y rica en hidratos de carbono complejos, mientras la otra mitad siguió un modelo de alimentación basado en la dieta de tipo mediterráneo. Este modelo está basado en un amplio consumo de cereales integrales, frutas, verduras, legumbres, pescado con preferencia del azul, y con el aceite de oliva virgen extra (AOVE) como eje graso fundamental, siendo rico en grasas monoinsaturadas (un 35-40% de las calorías totales proviene de grasas, de las que aproximadamente un 20% corresponden a la monoinsaturada del AOVE) (1).

Con esta intervención, los investigadores del estudio querían dar respuesta a la pregunta de si la adherencia a la dieta mediterránea podía aportar beneficio en cuanto a la prevención de eventos cardiovasculares mayores en los pacientes que presentan el mayor nivel de riesgo, al haber padecido previamente un evento, incluso en comparación con otro modelo dietético ampliamente avalado como cardiosaludable.

La enfermedad cardiovascular sigue siendo una de las primeras causas de mortalidad y gasto sanitario en los países desarrollados. Además de los fármacos y los procedimientos de revascularización, el estilo de vida es un claro determinante tanto de la incidencia como de la recurrencia de los eventos cardiovasculares, que pueden ser clínicamente muy graves. Dentro de los componentes del estilo de vida, la dieta es el factor más estudiado y respaldado por la evidencia científica y el consenso de los expertos.

Que la dieta mediterránea es superior a otro tipo de dietas saludables en la prevención cardiovascular primaria se demostró en el estudio PREDIMED (2013), también con amplia participación de médicos internistas de distintos centros de nuestro país. En este estudio, que involucró a personas con alto riesgo cardiovascular, la incidencia de eventos cardiovasculares mayores fue un 30% menor entre las asignadas a una dieta mediterránea suplementada con AOVE o nueces que entre las asignadas a una reducida en grasas. Pero no contábamos con evidencias sólidas de su beneficio sobre eventos cardiovasculares mayores en pacientes que ya lo habían presentado.

Ahora, el estudio CordioPrev pone de manifiesto que la dieta mediterránea reduce de forma drástica la probabilidad de volver a tener un evento cardiovascular mayor (infarto agudo de miocardio, accidente cerebrovascular isquémico, revascularización- bypass, cateterismos, stents-, isquemia de extremidades inferiores o muerte de

origen cardiovascular) entre personas que ya han sufrido uno y que presentan manifestaciones clínicas de enfermedad cardiovascular o coronaria. Un modelo de alimentación mediterránea evitó uno de cada cuatro eventos cardiovasculares en pacientes ya tratados, los que soportan mayor riesgo. Supone una reducción de hasta el 26,6%, comparado con el modelo de dieta baja en grasas. Esta cifra aumenta hasta el 33% entre los pacientes varones. Además, se demuestra la gran efectividad en el control de la arteriosclerosis, ya que se observó un proceso de regresión o de estancamiento de la misma, lo que no ocurre, o ocurre en menor medida, con la dieta baja en grasas rica en hidratos de carbono complejos.

El estudio CordioPrev supone un hito en la investigación clínica andaluza y española. Por una parte, en el propio artículo científico se indica que sus resultados son de utilidad para “cambiar las guías clínicas sobre recomendaciones dietéticas y seguimiento de pacientes con enfermedad coronaria”. Por otra, constituye una fuente de trabajo y conocimiento científicos más allá del resultado comentado. Así, actualmente, existen varias líneas de investigación abiertas para determinar los procesos biológicos que los justifican, obtener información comparativa de la evolución que ha tenido la población del estudio frente a la de personas en similares circunstancias, o conocer la evolución clínica de los pacientes que participaron, entre otras muchas.

Por último, apoya el papel relevante que los médicos internistas pueden tener en el liderazgo y desarrollo de estudios de investigación a gran escala que involucren a distintas organizaciones y que, como éste, repercutan de manera positiva en el entorno donde ejercen su actividad asistencial, no solo mejorando la salud individual de las personas mediante la práctica clínica diaria, sino aportando evidencia científica sobre los beneficios de una actividad tan crucial para la economía y la sociedad andaluza y española como es la actividad agroalimentaria y, más concretamente, la relacionada con el AOVE. Como recordó el Ministro de Agricultura, Pesca y Alimentación, Luis Plana, en la presentación de los resultados del estudio, España juega un papel muy destacado en la producción de alimentos a escala europea y global. Por ello, se debe seguir trabajando para que los alimentos y bebidas no sólo se produzcan de forma rentable y sostenible, sino que también contribuyan a mejorar la salud de las personas que los consumen.

CONFLICTO DE INTERESES

El autor/a de este artículo declara no tener ningún tipo de conflicto de intereses respecto a lo expuesto en el presente trabajo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Javier Delgado-Lista J, Alcalá-Díaz JF, Torres-Peña JD, Quintana-Navarro GM, Fuentes F, García-Ríos A, et al. Lancet 2022; 399: 1876-1885. DOI:10.1016/S0140-6736(22)00122-2

Si desea citar nuestro artículo:

Cortés Rodríguez B. Estudio CordioPrev. Actual Med.2022;107(815):57-58. DOI: 10.15568/am.2022.815.ami01