



258 - EFECTO METABÓLICO Y NUTRICIONAL DE UNA DIETA HIPOCALÓRICA DE FORMA AGUDA EN UN PERIODO CORTO DE TIEMPO

M. Elena López, M. Martínez García, I. Azcona Monteal, P. Trincado Aznar, F.J. Acha Pérez y L. Pérez Fernández

Servicio de Endocrinología y Nutrición. Hospital Universitario Miguel Servet. Zaragoza. España.

Resumen

Introducción y objetivos: Modificar el estilo de vida mejora a medio plazo el perfil lipídico, junto a una pérdida de peso, poco relevante en práctica clínica frecuentemente. Analizamos los cambios del perfil metabólico y nutricional con una ingesta baja en calorías de forma aguda.

Métodos: Ensayo clínico, 19 varones voluntarios sanos, sin obesidad, dislipemia ni hipertensión. Durante 9 días se sustituye su dieta habitual por 2 litros de Nutrison® bajo en sodio, que aporta 2.000 kcal al día (78 g de grasa). El día previo y último de la intervención se determina en sangre colesterol total (Col-T), triglicéridos (TGL), LDL-col y HDL-col. Junto, transferrina, albúmina, prealbúmina, proteína transportadora del retinol (RBP) y glucemia. Los sujetos se pesan diariamente.

Resultados: Edad media entre 18 y 30 años, talla $178,47 \pm 5,75$ cm; peso $81,4 \pm 8,8$ kg. Los resultados analíticos fueron, previo y último día de intervención, respectivamente: Col-T (mg/dl): $177,8 \pm 29,4$ y $137,3 \pm 20,6$, descenso de 40,5 mg/dl (22,7%, $p < 0,00001$); LDL-col (mg/dl): $107,4 \pm 29,2$ y $78,8 \pm 17,8$ descenso de 28,6 mg/dl (26,6%, $p < 0,000001$); HDL-col (mg/dl): $52,6 \pm 11,8$ y $44,7 \pm 10,2$ descenso de 7,9 mg/dl (15%, $p < 0,00003$); TGL (mg/dl): $88,7 \pm 55,3$ y $67,4 \pm 37,1$ (descenso de 21,3 mg/dl, 24%, $p < 0,0008$); LDL-col/HDL-col: $2,19 \pm 0,88$ y $1,89 \pm 0,72$ descenso de 0,3 (13,7%, $p < 0,01$). En el perfil nutricional disminuyó significativamente, la prealbúmina ($30,3 \pm 7,4$ y $24,8 \pm 5,8$ mg/dl), albúmina ($4,5 \pm 0,3$ y $4,36 \pm 0,3$ mg/dl), RBP ($3,9 \pm 0,9$ y $3 \pm 0,7$ mg/dl) no así, la transferrina ($241,9 \pm 29,6$ y $228,1 \pm 30,8$ mg/dl), y glucemia ($85,9 \pm 6$ y $83,5 \pm 5,5$ mg/dl). Pérdida de 1,7 kg de peso de forma significativa, al inicio y manteniéndose estable a lo largo del estudio.

Conclusiones: Con una dieta hipocalórica se observa una reducción en los valores lipídicos, en un periodo de tiempo muy corto y junto a ello, una pérdida de peso inicial mantenida. No se producen alteraciones nutricionales grandes, sin alcanzar valores analíticos patológicos próximos.