

18 de junio de 2007

## Medicina

REVISTAS INTERNACIONALES

### La dieta mediterránea reduce el riesgo cardiaco

Un equipo de investigadores del IMIM-Hospital del Mar (Barcelona) formado por Montse Fitó, Rafael de la Torre, Jaume Marrugat y María Isabel Covas ha realizado un trabajo que se publica en el último número de Archives of Internal Medicine y demuestra el efecto antioxidante de la dieta mediterránea.

CF. correofarmaceutico@recoletos.es 18/06/2007

Los resultados, que corresponden sólo a la primera parte de un estudio más amplio, aportan la suficiente evidencia como para recomendar a las personas con alto riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares que adopten este tipo de alimentación.

El grupo estudiado estaba formado por 372 personas (210 mujeres y 162 hombres) de entre 55 y 80 años, con un riesgo elevado de sufrir enfermedades cardiovasculares (tenían al menos uno de estos factores: diabetes, hipertensión, dislipemia, obesidad o historia familiar de enfermedad cardiaca).

Los resultados pusieron de manifiesto que el grado de oxidación de los lípidos quedaba inalterado en las personas que habían ingerido una dieta baja en grasas y, en cambio, había disminuido en aquéllas que habían seguido una dieta mediterránea (pescado, legumbres, fruta y verduras), y, además, lo había hecho de una manera significativa en el grupo que había ingerido aceite de oliva como complemento.

Con el nombre de Predimed, el estudio completo en el que participan 9.000 personas procedentes de diez centros de atención primaria españoles, tiene como principal objetivo poner de manifiesto el efecto beneficioso de la dieta mediterránea a través del seguimiento, durante cuatro años, de 930 personas en situación de riesgo de sufrir

© Recoletos medios digitales | Aviso Legal | Contacto | Publicidad | Contacto

Portal editado por Recoletos Medios Digitales S.L., sociedad con domicilio en Madrid, Paseo de la Castellana 66 y CIF B-81.868.697, dirección de correo electrónico dminternet@recoletos.es, teléfono 91.337.32.20. Inscrita en el Registro Mercantil de Madrid, tomo 12.636, folio 180, hoja M-202141, inscripción 1ª. RECOLETOS MEDIOS DIGITALES, Madrid 2007. Todos los derechos reservados. Los contenidos totales o parciales de este WEBSITE no podrán ser reproducidos, distribuidos, comunicados públicamente en forma alguna ni almacenados sin la previa autorización por escrito de la sociedad editora Recoletos Medios Digitales. Recoletos expresamente prohíbe el acceso a los contenidos de CORREOFARMACEUTICO.COM a través de sistemas robot o cualquier otro sistema mecanizado que no se corresponda con el acceso personal de usuarios a sus páginas. El acceso a los contenidos de CORREOFARMACEUTICO.COM por medio de sistemas robot o mecanizados ocasiona a Recoletos y a CORREOFARMACEUTICO.COM importantes daños en la medición de sus audiencias, por lo que la sociedad editora perseguirá las conductas realizadas en vulneración de lo dispuesto en el presente apartado. Queda expresamente prohibida la reproducción de los contenidos de CORREOFARMACEUTICO.COM a través de recopilaciones de artículos periodísticos, conforme al Artículo 32.1 de la LEY 23/2006, texto refundido de la Ley de Propiedad Intelectual. En caso de que esté interesado en una autorización para reproducir, distribuir, comunicar, almacenar o utilizar en cualquier forma los contenidos de CORREOFARMACEUTICO.COM, dirija su petición a [propiedadintelectual@recoletos.es](mailto:propiedadintelectual@recoletos.es)

La información que figura en esta página web, está dirigida exclusivamente al profesional destinado a prescribir o dispensar medicamentos por lo que requiere una formación especializada para su correcta interpretación. S.V.P. nº 102-W-CM concedida por la Comunidad de Madrid, autoridad competente en la materia, el 16 de julio de 2002.

Grupo Recoletos: [dmedicina.com](http://dmedicina.com) | [diariomedico.com](http://diariomedico.com) | [marca.com](http://marca.com) | [expansion.com](http://expansion.com) | [tugueb.com](http://tugueb.com) | [estarguapa.com](http://estarguapa.com)