

NOTA DE PRENSA

EN LA INVESTIGACIÓN, DENOMINADA ‘CORDIOPREV’, 1.002 PACIENTES CON ENFERMEDAD CORONARIA ESTABLECIDA DE ENTRE 20 Y 76 AÑOS RECIBIERON INTERVENCIÓN DIETÉTICA Y FUERON SEGUIDOS SIETE AÑOS

Internistas españoles publican en ‘The Lancet’ una investigación que demuestra por vez primera que la dieta mediterránea previene la recurrencia de eventos cardiovasculares

- El estudio, con participación de médicos internistas miembro de SEMI, ha sido desarrollado conjuntamente entre el Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba (IMIBIC), el Hospital Universitario Reina Sofía (HURS), la Universidad de Córdoba (UCO) y el CIBEROBN
- Hasta la publicación de este estudio no se había probado que la dieta mediterránea tiene efectos beneficiosos sobre la salud en pacientes con enfermedad cardiovascular establecida, comparada con otra dieta cardiosaludable como es la dieta baja en grasa
- El estudio CORDIOPREV, según recoge The Lancet, puede considerarse el único ensayo en los últimos 23 años que evalúa el efecto de la dieta mediterránea de forma fehaciente en prevención secundaria de enfermedad cardiovascular
- CORDIOPREV demuestra que la dieta mediterránea tuvo un efecto superior al de la dieta baja en grasas en la prevención de la aparición de eventos cardiovasculares recurrentes, como infarto de miocardio, revascularización, accidente cerebrovascular isquémico, enfermedad arterial periférica y muerte de origen cardiovascular

Madrid, 11 de mayo de 2022. – Médicos internistas de la **Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI)** han publicado en la prestigiosa revista científica británica **The Lancet** un artículo científico que bajo el título **[“Long-term secondary prevention of cardiovascular disease with a Mediterranean diet and a low-fat diet \(CORDIOPREV\): a randomised controlled trial”](#)** demuestra por primera vez que ***“la dieta mediterránea previene la recurrencia de eventos cardiovasculares frente a una dieta baja en grasa”***.

La **dieta baja en grasa** (rica en hidratos de carbono complejos) y la **dieta mediterránea** (rica en grasa monoinsaturada cuya fuente principal es el aceite de oliva virgen), han probado ser eficaces en **prevención primaria**

de pacientes de alto riesgo sin enfermedad cardiovascular desarrollada. No obstante, la **dieta mediterránea no había demostrado**, hasta la publicación de este [estudio en The Lancet](#), **efectos beneficiosos sobre la salud en pacientes con enfermedad cardiovascular establecida**, comparada con otra dieta cardiosaludable como es la dieta baja en grasa. Según se recoge The Lancet, el estudio **CORDIOPREV** puede considerarse el único ensayo en los últimos 23 años que evalúa de forma fehaciente el efecto de la dieta mediterránea en **prevención secundaria de la enfermedad cardiovascular**.

Colaboración científica de múltiples organismos

Dicho estudio ha sido desarrollado e impulsado conjuntamente a nivel científico entre el Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba (**IMIBIC**), el Hospital Universitario Reina Sofía (**HURS**), la Universidad de Córdoba (**UCO**) y el **CIBEROBN** y, en palabras del **Dr. Pablo Pérez Martínez**, Director Científico del IMIBIC y médico internista miembro de la **Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI)**: *“supone un hito al crear nueva evidencia científica y demostrar que la dieta mediterránea rica en aceite de oliva es útil para prevenir nuevos eventos cardiovasculares en personas con enfermedad coronaria ya establecida”*.

Para demostrarlo, se ha desarrollado ‘**CORDIOPREV**’, un ensayo clínico aleatorizado realizado en el HURS. En el mismo, participaron 1.002 pacientes con enfermedad coronaria establecida de **entre 20 y 76 años**, que recibieron **intervención dietética** con dieta mediterránea o dieta baja en grasa y fueron **seguidos durante siete años**. Un total de **500** (49,9%) de los 1.002 pacientes fueron asignados al grupo de dieta baja en grasas y **502** (50,1%) al de dieta mediterránea.

Como objetivos principales de investigación, se establecieron: “valorar la aparición de nuevos eventos cardiovasculares mayores (o evento principal), incluyendo infarto de miocardio, revascularización (*bypass*, cateterismos, *stents*), accidente cerebrovascular isquémico (ictus), enfermedad arterial periférica y muerte de origen cardiovascular (muerte súbita)”. Se **evaluó la aparición de estos eventos con los dos tipos de dieta seguida por los pacientes**, reclutados entre octubre de 2009 y febrero de 2012.

Población analizada y hallazgos

Las participantes en la investigación tenían una edad media de **59,5 años**, y, como es habitual respecto a la incidencia de la enfermedad coronaria, eran mayoritariamente **varones** (un 82,5%). El evento principal del estudio se produjo en 198 participantes, 87 en el brazo de la dieta mediterránea

(un 17,3%) y 111 en el de la dieta baja en grasas (un 22,2%), lo que supone una disminución de la frecuencia de entre un 25 y un 30%, aproximadamente, en los participantes que siguieron la dieta mediterránea. Estos efectos fueron más evidentes en los varones, donde la diferencia entre dietas fue **casi de un 35% en favor de la dieta mediterránea**. Cabe resaltar que la incidencia que se encontró en las dos ramas del estudio es inferior a la habitual en este tipo de pacientes (un 25% a los 5 años), lo que podría indicar que, a pesar de las diferencias encontradas, **ambas dietas ejercieron efectos cardiosaludables**.

Conclusiones principales del estudio

El Dr. López Miranda, Jefe de Servicio de Medicina Interna del Hospital Universitario Reina Sofía e investigador principal del Proyecto señala que “el estudio CORDIOPREV demuestra en pacientes con enfermedad coronaria establecida que la dieta mediterránea tuvo un efecto superior al de la dieta baja en grasas en la prevención de la aparición de eventos cardiovasculares recurrentes como infarto de miocardio, revascularización, accidente cerebrovascular isquémico, enfermedad arterial periférica y muerte de origen cardiovascular evitando la aparición de uno de cada cuatro eventos cardiovasculares mayores”.

Estos hallazgos, señala el **Dr. Delgado Lista**, primer firmante del artículo y profesor titular de la Universidad de Córdoba “son **de enorme relevancia para la práctica clínica diaria**, apoyando el **uso de la dieta mediterránea para prevenir la recurrencia de la enfermedad** cardiovascular y demuestran la utilidad de **recomendar este tipo de dieta** a personas que previamente han tenido un **evento cardiovascular**.” De este modo, en el propio artículo científico se indica que estos resultados son de utilidad para poder **“cambiar las guías clínicas sobre recomendaciones dietéticas y seguimiento de pacientes con enfermedad coronaria”**.

La enfermedad cardiovascular sigue siendo **una de las primeras causas de mortalidad y gasto sanitario tanto en España como en Europa**. El estilo de vida es un **factor clave a modificar** para prevenir la incidencia y recurrencia de eventos cardiovasculares, junto a fármacos y otros procedimientos, como las técnicas de revascularización.

Puede acceder Al artículo científico mediante [este enlace: https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(22\)00122-2/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(22)00122-2/fulltext)

Sobre la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI)

La [Sociedad Española de Medicina Interna \(SEMI\)](#) integra a más de **8.000 médicos internistas** de toda España. Entre sus objetivos prioritarios, se encuentran el de potenciar la investigación en este campo, así como aunar los esfuerzos de los distintos grupos de trabajo que conforman parte de la Sociedad. En la actualidad, son un total de **21 los grupos o**

subgrupos monográficos de patologías prevalentes o áreas de interés dentro de la Medicina Interna, especialidad médica que se define por la visión global del paciente y desempeña un papel central en la atención a los pacientes crónicos complejos. Fundada el **8 de febrero de 1952**, este año 2022 la sociedad médico-científica cumple su **70º aniversario**. Para más información, visita www.fesemi.org y sigue su actualidad en [Twitter](#), [Facebook](#), [LinkedIn](#) e [Instagram](#).

Para más información SEMI:

Óscar Veloso

Responsable de comunicación

Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI)

oscar.veloso@fesemi.org / 915197080 / 648 16 36 67