

ESTUDIO PUBLICADO EN 'JAMA INTERNAL MEDICINE'

Dieta saludable y consumo moderado de alcohol, vinculado con un menor riesgo de enfermedad renal en diabéticos

MADRID, 13 Ago. (EUROPA PRESS) –

Comer una dieta saludable y beber una cantidad moderada de alcohol pueden estar asociados con un menor riesgo o la progresión de la enfermedad renal crónica (ERC) en pacientes con diabetes mellitus tipo 2, de acuerdo con un informe publicado por 'JAMA Internal Medicine'.

La diabetes tipo 2 y la enfermedad renal crónica asociada se han convertido en los principales problemas de salud pública. Sin embargo, se sabe poco sobre los efectos a largo plazo de la dieta sobre la incidencia y la progresión de la ERC diabética en estadio temprano, de acuerdo con el fondo del estudio.

Daniela Dunkler, de la Universidad McMaster, en Ontario, Canadá, y sus colegas examinaron la asociación entre la dieta, el alcohol, las proteínas y la ingesta de sodio con incidencia o progresión de la ERC en pacientes con diabetes tipo 2. Los 6.213 pacientes con diabetes tipo 2 en el ensayo ONTARGET se incluyeron en el estudio observacional.

Los resultados de la investigación indican que el 31,7 por ciento de los pacientes desarrollaron ERC y el 8,3 por ciento de los enfermos murieron después de 5,5 años de seguimiento. En comparación con los pacientes en el grupo de puntuación menos saludable en un índice que evaluó la calidad de la dieta, los del grupo más saludable tenían un menor riesgo de enfermedad renal crónica (ratio ajustado [OR], 0,74) y un menor riesgo de mortalidad (OR, 0,61).

Los pacientes que consumían más de tres porciones de frutas a la semana tenían un riesgo menor de enfermedad renal crónica en comparación con los pacientes que comían frutas con menos frecuencia. Los del grupo más bajo de la ingesta total de proteína animal tenían un mayor riesgo de enfermedad renal crónica en comparación con los pacientes en el grupo más alto. El consumo de sodio no se asoció con ERC, mientras que el consumo moderado de alcohol reduce el riesgo de enfermedad renal crónica (OR, 0,75) y la mortalidad (OR, 0,69).

"Una dieta saludable y el consumo moderado de alcohol pueden disminuir la incidencia o la progresión de la enfermedad renal crónica en personas con diabetes tipo 2. El consumo de sodio, en un amplio intervalo, y la ingesta normal de proteínas no están asociados con enfermedad renal crónica", concluye el estudio.