

- **Objetivo del estudio/metaanálisis:**

Comparar el efecto de una dieta “multifactorial” (mayor contenido en fibra, a,g poliinsaturados -PUFA; sobre todo  $\omega$  3-, monoinsaturados -MUFA-, polifenoles y vit. D, E y C) y el de una dieta enriquecida con MUFA -ambas isocalóricas, con una composición de macronutrientes similar-, sobre la grasa pancreática (mediante RM) y la rta insulínica tras una comida estandarizada por grupos al final de la intervención en pacientes con DM2.

- **Contexto del estudio/metaanálisis:**

- o Autor de correspondencia: Giovanni Annuzzi
- o Nápoles; Italia. Universidad Federico II. Instituto de bioimagen y de bioestructura del Consejo Nacional de Investigación. Pacientes del ámbito geográfico mediterráneo.

- **Población de estudio/metanálisis:**

- o Ensayo clínico aleatorizado, con grupos paralelos, simple ciego, de 8 semanas de duración. Pacientes con DM2 y sobrepeso/obesidad, cintura  $\geq$  102 cm en hombres y  $\geq$  88 cm en mujeres, entre 35-75 años, HbA1c estable  $\leq$ 7,5% (con dieta o con ADO), y cifras de LDL-col  $\leq$  130 mg/dl y de TG  $\leq$  350 mg/dl (con o sin tratamiento hipolipemiante) - n=39-. Criterios de exclusión: Cambios en el peso de más de 3 kg en los últimos meses, consumo de vitaminas/nutraceuticos/antioxidantes, tabaquismo activo, hábitos alimentarios irregulares o realización de ejercicio físico moderado o extenuante. No estuvo permitido el consumo de alcohol durante el estudio.
- o Se trata de una muestra pequeña, que puede ser representativa de pacientes con DM2 de corta evolución.
- o Se refiere a una población mediterránea que podría ser afín a la población española.

- **Novedades que plantea el artículo**

-Fue posible reducir la grasa ectópica en el páncreas, con el correlato clínico de la mejoría de la respuesta insulínica precoz, modificando la calidad de la dieta, dentro de un contexto de dieta mediterránea clásica, gastronómicamente atractiva.

-Este efecto fue independiente de la pérdida ponderal conseguida (similar en ambos grupos).

-Se observó una correlación inversa clara entre el cambio porcentual de la grasa pancreática y el área bajo la curva de insulina tras una comida test hasta 120 min (respuesta insulínica precoz).

- **Limitaciones del estudio:**

- o Limitaciones metodológicas

-La muestra fue escasa, aunque según los autores se consiguió una potencia estadística adecuada.

-La dieta test empleada para medir la respuesta insulínica fue diferente entre grupos para preservar las condiciones de aleatorización, pero en el grupo de intervención dicha dieta tenía menor índice glucémico, una carga glucémica más baja y mayor contenido en fibra, lo que podría haber contribuido a las diferencias observadas.

o *Áreas de mejora*

-Aumento del tiempo de intervención/seguimiento.

-Empleo de una comida test similar entre grupos al final de la intervención.

-Aplicación del protocolo a una muestra más amplia de pacientes con diabetes y prediabetes.

-Comparar la pérdida de grasa pancreática debida al cambio cualitativo de la dieta con otras intervenciones con efecto demostrado (cirugía bariátrica/dieta muy baja en calorías).

- **Aplicabilidad clínica del estudio**

-Aunque se necesitan más estudios que corroboren estos hallazgos, las modificaciones dietéticas mostradas en el material suplementario del artículo podrían ser razonables para una amplia muestra de pacientes con diabetes.

- **Perspectivas de investigación derivadas del estudio**

- Además de la replicación de estudios similares en muestras más amplias, de otros lugares geográficos, parece interesante investigar, además de los datos clínicos derivados, datos básicos que ayuden a entender la fisiopatología de las intervenciones utilizando técnicas de composición, no solo corporal, sino también de órganos y tejidos.

- **Opinión personal del estudio**

La escasa muestra se justifica por la complejidad del estudio y por lo novedoso del diseño, que puede dar lugar a hipótesis para ser testadas en muestras más amplias y representativas, durante un mayor periodo de tiempo. Añade novedad a las hipótesis que evalúan el origen de la grasa ectópica.

- **Conclusiones principales del estudio**

- Una intervención durante 8 semanas con una dieta con mayor contenido en fibra, PUFA, MUFA, polifenoles y vitaminas D, E y C fue más eficaz que una dieta isocalórica, con similar porcentaje de macronutrientes y un alto contenido en MUFA, en la reducción de la grasa ectópica pancreática y en la mejoría de la respuesta insulínica temprana, independientemente de la pérdida ponderal, en pacientes con DM2.