

ABSTRACT ESTUDIO 6

Lucía Baila-Rueda , Rocío Mateo-Gallego, Sofía Pérez-Calahorra , Itziar Lamiquiz-Moneo, Isabel de Castro-Orós, Ana Cenarro, Fernando Civeira.

Nutr Metab Cardiovasc Dis. 2015 Sep;25(9):853-859. doi: 10.1016/j.numecd.2015.06.008.

Efecto de diferentes carnes ricas en grasa sobre esteroides y oxisteroides-no colesterol como marcadores del metabolismo del colesterol: resultados de un ensayo clínico aleatorizado y cruzado.

Antecedentes y objetivos: Diferentes tipos de ácidos grasos pueden afectar la síntesis, absorción y eliminación del colesterol. Este estudio se llevó a cabo para evaluar la asociación del metabolismo del colesterol con la ingesta de dos carnes con diferente composición de ácidos grasos, en voluntarios sanos.

Métodos y resultados: El grupo a estudio estuvo compuesto por 20 sujetos (12 hombres y 8 mujeres; edad media $34,4 \pm 11,6$ años; índice de masa corporal (IMC), $23,5 \pm 2,3$ kg/m²; colesterol LDL, $2,97 \pm 0,55$ mmol/l; colesterol HDL, $1,61 \pm 0,31$ mmol/l; triglicéridos (TG), $1,06 \pm 0,41$ mmol/l) que completaron un estudio, aleatorizado y cruzado de 30 días, para comparar el efecto del metabolismo del colesterol de 250 g de cordero bajo en grasa frente a 250 g de cordero alto en grasa por día, consumidos en el marco de su dieta habitual. La absorción, síntesis y eliminación del colesterol se estimaron a partir de las concentraciones séricas de esteroides y oxisteroides-no colesterol, analizadas por cromatografía líquida de alto rendimiento-espectrometría de masas en tándem (HPLC-MS/MS). No se observaron cambios en el peso, los lípidos plasmáticos o la actividad física en todo el estudio. La absorción intestinal de colesterol disminuyó con ambas dietas. La síntesis y eliminación del colesterol disminuyeron durante la intervención dietética de cordero bajo en grasa ($p = 0,048$ y $p = 0,005$, respectivamente).

Conclusión: Los cambios agudos en el contenido de grasa de la dieta modifican la síntesis, absorción y eliminación biliar del colesterol. Estos cambios se observaron incluso en ausencia de cambios en el colesterol total y LDL en el plasma.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26232911/>