

Resumen N°1

Avances del estudio de evaluación del efecto del consumo de mate para reducir el riesgo cardiometabólico en Argentina

Advances of the study of the evaluation of the effect of mate consumption to reduce cardiometabolic risk in Argentina

Elorriaga, N.^{1,2}; Gutierrez, L.¹; Poggio, R.^{1,2}; Calandrelli, M.³; Mores, N.⁴; Irazola, V.^{1,2}

¹Centro de Excelencia en Salud Cardiovascular para América del Sur (CESCAS). Departamento de Investigación en Enfermedades Crónicas. Instituto de Efectividad Clínica y Sanitaria

²Centro de Investigaciones en Epidemiología y Salud Pública (CIESP). Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET)

³Sanatorio San Carlos, Bariloche

⁴Secretaría de Salud, Municipalidad de Marcos Paz

Contacto: nelorriaga@iecs.org.ar

Palabras claves: *Ilex paraguariensis*; riesgo cardiometabólico; diabetes

Keywords: *Ilex paraguariensis*; cardiometabolic risk; diabetes

Introducción

La enfermedad cardiometabólica (ECM) es la principal causa global de muerte y el 80% de estas muertes ocurre en países en desarrollo. Recientemente se han descrito beneficios de la yerba mate relacionados con la prevención de factores de riesgo cardiometabólico y la evidencia en humanos es limitada a estudios realizados en periodos cortos. Desde el 2011, en cuatro ciudades latinoamericanas se está llevando a cabo un estudio de cohorte prospectivo de base poblacional para la detección y el seguimiento de ECM y sus factores de riesgo en adultos de ambos sexos de 35 a 74 años, denominado CESCAS I.

Objetivos

El objetivo de este proyecto es explorar la relación entre el consumo de mate y el riesgo cardiometabólico en la población general de adultos de las dos ciudades argentinas participantes del Estudio CESCAS I (Bariloche y Marcos Paz). Se presentan aquí los resultados preliminares de la evaluación de las asociaciones a largo plazo entre el consumo de mate al inicio del estudio y: a) los cambios en el perfil lipídico, el peso corporal y la presión arterial (PA); b)

la incidencia de obesidad, diabetes e hipertensión arterial.

Metodología

Estudio observacional longitudinal (seguimiento: 2.11 años) de base poblacional. Se incluyeron los participantes argentinos con datos alimentarios (en etapa basal), y datos clínicos y bioquímicos (en etapa basal y seguimiento). La exposición de interés (el consumo de mate cebado y mate cocido) y el agregado de azúcar fueron estimados en la etapa basal a través de un cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos validado. Se calcularon quintiles de consumo basal de mate teniendo en cuenta los datos crudos y ajustados por energía. Los datos clínicos (peso, talla y PA) y bioquímicos (perfil lipídico y glucemia) fueron medidos en la etapa basal y en la visita de seguimiento según procedimientos internacionales estandarizados. Para la variables continuas (peso, perfil lipídico, PA) se calculó la diferencia entre la etapa basal y el seguimiento y se la comparó entre los distintos niveles de exposición basal utilizando modelos de regresión robusta multivariados ajustando por las siguientes covariables: agregado de azúcar, ingesta energética, edad, sexo, nivel educativo, consumo ex-

cesivo de alcohol, bajo nivel de actividad física, hábito tabáquico y nivel basal de la variable de interés. Para comparar la incidencia de obesidad ($IMC > 30 \text{ kg/m}^2$), diabetes (glucemia en ayunas $\geq 126 \text{ mg/dl}$) e hipertensión a los dos años según nivel de exposición basal se calculó el riesgo relativo (RR) utilizando modelos de Cox incluyendo las mismas covariables.

Resultados

La muestra incluyó 2615 participantes en las ciudades argentinas que contaban con datos alimentarios y clínicos, mientras que 2457 contaban además con datos bioquímicos. El 73% de los encuestados informó consumir mate cebado diariamente en la etapa basal mientras que menos del 15% informó consumir mate cocido a diario. En la etapa basal 1545 participantes se encontraban libres de obesidad, 2199 libres de diabetes y 1363 libres de hipertensión.

Durante el seguimiento se detectaron 191, 125 y 280 casos nuevos de obesidad, diabetes e hipertensión respectivamente. Ajustando por variables potencialmente confundidoras, la ingesta de mate basal se asoció con menor incidencia de diabetes a los 24 meses. Tomando como referencia el primer quintilo, el RR de diabetes en el quintilo de mayor consumo de mate resultó de 0.38 (IC95% 0.19 a 0.74). No se detectaron diferencias significativas en la incidencia de obesidad o hipertensión según el consumo basal de mate, ni tampoco en la diferencia de las variables continuas.

Discusión y conclusiones

En esta población de adultos en dos ciudades argentinas referir un mayor consumo de mate basal se asoció con una menor incidencia de diabetes a los 24 meses sin diferencias en el cambio en el perfil lipídico, las variables antropométricas o la PA.