

# La dieta mediterránea y reducción del sedentarismo mejoran el perfil inmunometabólico en pacientes con pre-diabetes

## Autores

Antonio de Miguel-Albarreal, Elena Grao-Cruces, Rocio Vasquez-Artiles, Elvira Marquez-Paradas, Maria C. Millan-Linares, Sergio Monserrat-de la Paz

Departamento de Bioquímica Médica y Biología Molecular, Facultad de Medicina, Universidad de Sevilla. Sevilla, España

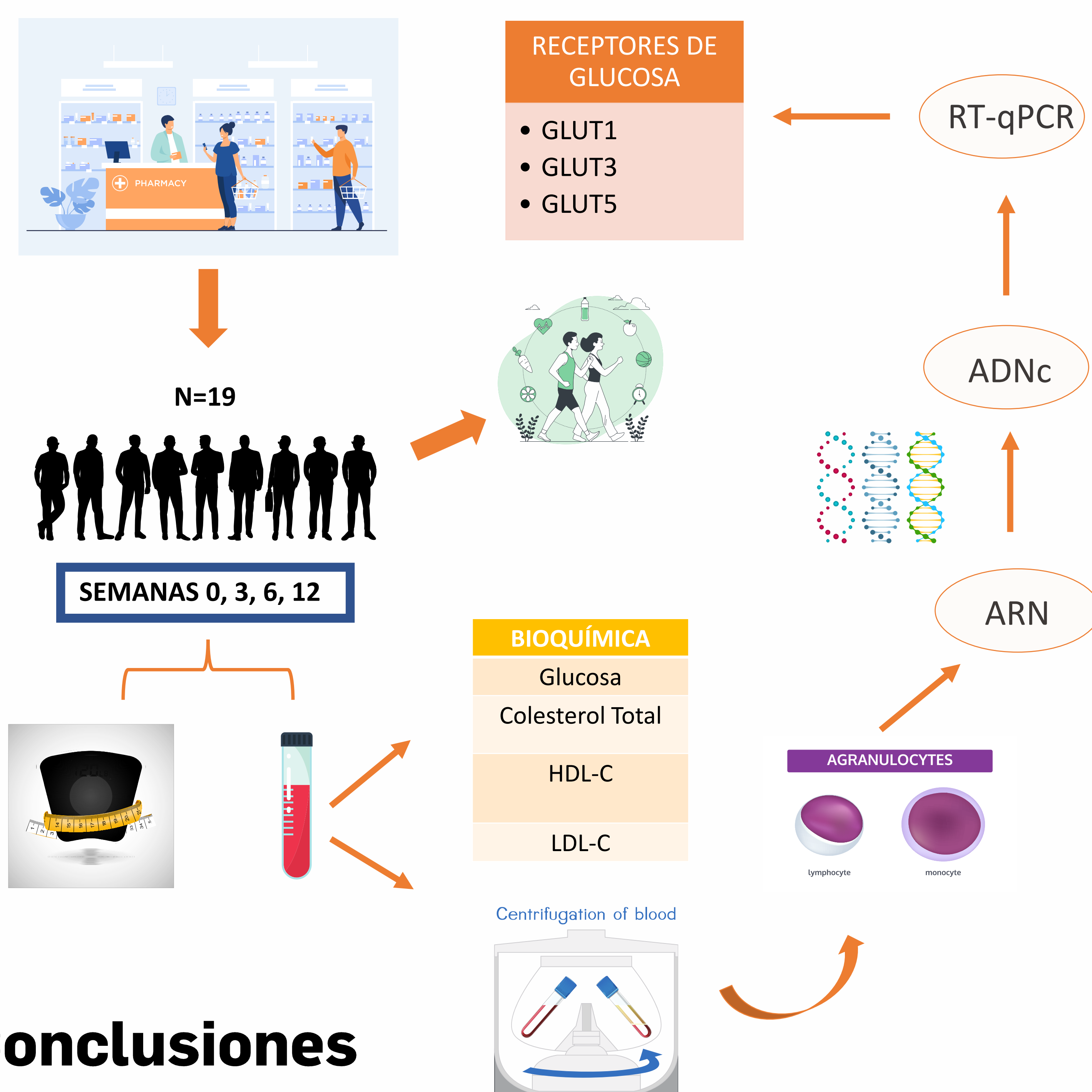
## Introducción

Según la OMS, en 2030, la diabetes será una de las principales causas de muerte. Las primeras fases de la enfermedad está caracterizada por una alteración de la glucosa en ayunas asociada a una inflamación crónica de bajo grado. Una modificación del estilo de vida en pacientes prediabéticos podría prevenir o retrasar la aparición de la diabetes

## Objetivos

Evaluar los efectos de los patrones asociados a la dieta mediterránea y al ejercicio físico sobre los genes relacionados con el inmunometabolismo en individuos con sobrepeso y prediabetes

## Material y métodos



## Resultados

1

	Peso	IMC	CIRCUNFERENCIA ABDOMINAL	GRASA ABDOMINAL (%)	MASA GRASA (%)
T0	• 90.0 ± 21.0	• 31.1 ± 4.8	• 106.0 ± 14.2	• 10.4 ± 4.1	• 40.0 ± 6.1
T3	• 78.5 ± 21.0	• 28.3 ± 4.1	• 90.7 ± 12.4	• 8.3 ± 2.9	• 35.3 ± 7.1

Figura 1. Características antropométricas pre (T0) y post-intervención

2

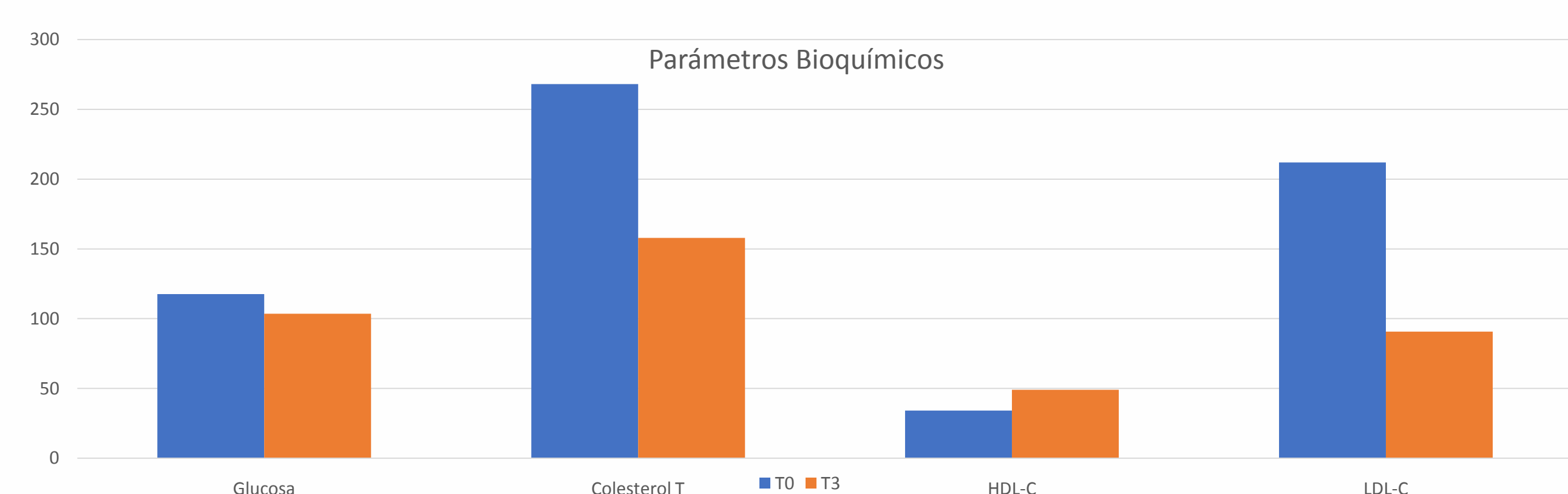


Figura 2. Parámetros bioquímicos pre (T0) y post-intervención (IC95%, P<0.05)

3

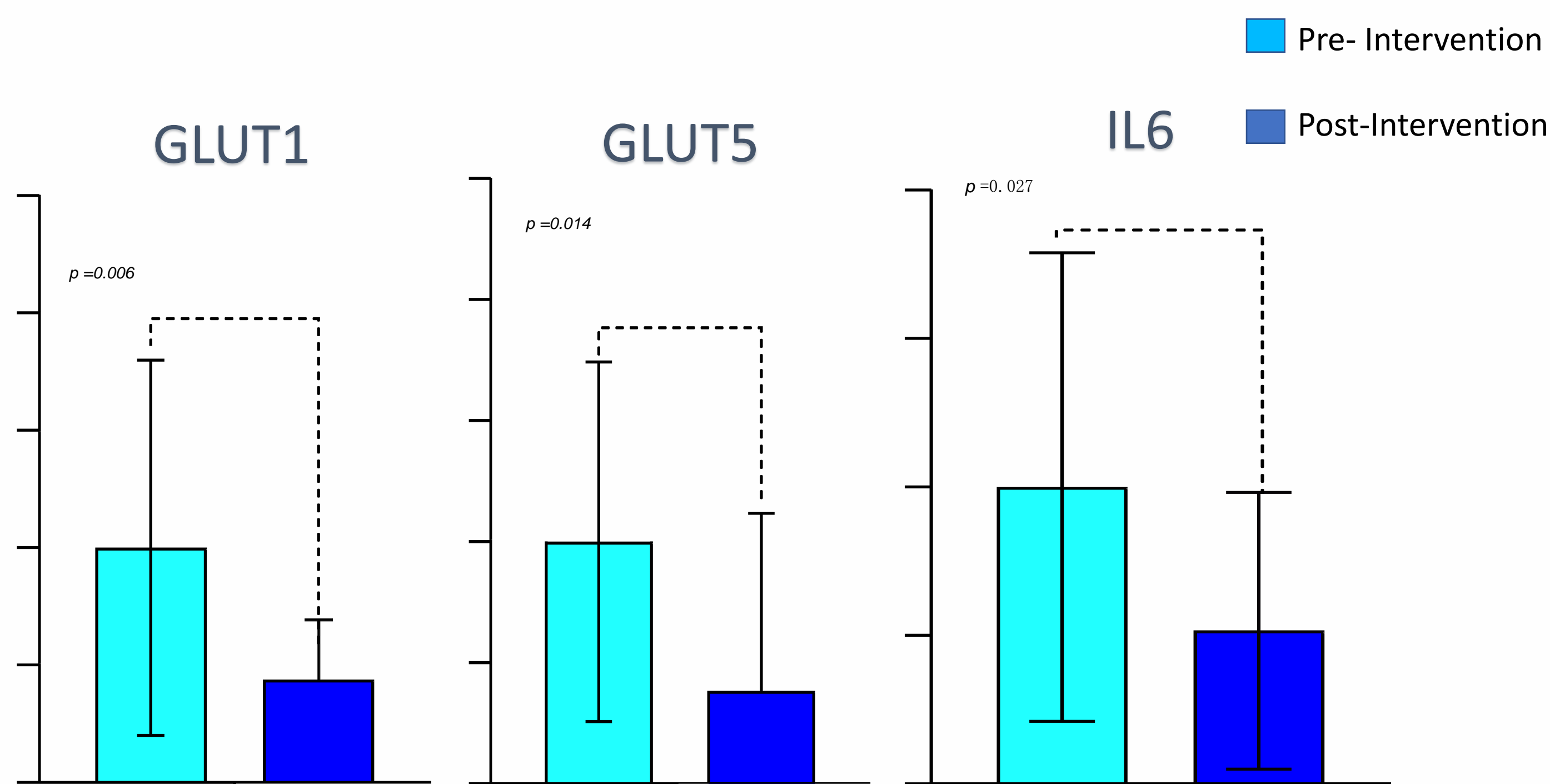


Figura 3. Niveles de expresión génica de GLUT1, GLUT5 e IL6 (P<0.05)

## Conclusiones

En pacientes con sobrepeso y prediabetes la dieta mediterránea y el ejercicio físico mejoran la sensibilidad a la insulina y disminuyen el riesgo de progresión hacia la diabetes