

GOBIERNO DE NAVARRA

DESARROLLO ECONÓMICO

DERECHOS SOCIALES

HACIENDA Y POLÍTICA FINANCIERA

PRESIDENCIA, FUNCIÓN PÚBLICA,  
INTERIOR Y JUSTICIARELACIONES CIUDADANAS E  
INSTITUCIONALES

EDUCACIÓN

SALUD

CULTURA, DEPORTE Y JUVENTUD

DESARROLLO RURAL, MEDIO  
AMBIENTE Y ADMINISTRACIÓN LOCAL

SEGURIDAD Y EMERGENCIAS

## 1.000 navarros participarán en un estudio sobre dieta mediterránea y prevención de riesgos cardiovasculares

*Se trata del proyecto europeo PREDIMED, que contará con investigadores de la Universidad de Navarra y del Servicio Navarro de Salud*

Lunes, 02 de noviembre de 2015

Entre 900 y 1000 pacientes navarros de 17 centros de salud participarán hasta 2016 en un estudio europeo sobre la influencia de la dieta mediterránea en la prevención de las enfermedades cardiovasculares.

Se trata del proyecto PREDIMED-PLUS, que en España cuenta con 22 grupos de investigación. El grupo de Navarra está integrado por profesores y médicos de familia de la Universidad de Navarra y del Servicio Navarro de Salud, entidades ambas miembros del Instituto de Investigación Sanitaria de Navarra (IdisNa).

Los pacientes que participarán son hombres de entre 55 y 75 años y mujeres de entre 60 y 75 años, con sobrepeso y obesidad. La selección, reclutamiento y seguimiento de los candidatos así como la intervención nutricional se realizará en 17 centros de salud. Hasta el momento se han seleccionado ya 500 pacientes y se prevé que el proceso finalice en julio de 2016. Los resultados estarán disponibles en 2020.

En cuanto a la metodología del estudio, se realizarán aleatoriamente dos grupos: en el primero se seguirá una dieta mediterránea suplementada con aceite de oliva virgen extra y frutos secos, sin restricción calórica ni programa de actividad física ni objetivos de pérdida de peso. El segundo grupo seguirá una dieta mediterránea hipocalórica, suplementada también con aceite de oliva virgen extra y frutos secos, además de un restricción calórica del 30% y un programa de actividad física (45 minutos de caminar al día) y objetivos de pérdida de peso (8% de reducción).

### 17 centros de salud y 23 investigadores del SNS

El estudio se inició en septiembre de 2013 en los centros de salud



Un bodegón de verduras.

de Azpilagaña (Pamplona) y Tafalla, y se ha extendido ya a otros 9 centros: Chantrea, Ermitagaña, Iturrama, Rochapea, San Jorge y Il Ensanche, en Pamplona; Barañáin, Noáin y Villava. Otros 6 centros se encuentran en diferentes fases de integración: Milagrosa, Mendillorri y San Juan en Pamplona, y Berriozar, Burlada y Cizur.

Cuenta además con la participación como investigadores de 23 profesionales del Servicio Navarro de Salud: 15 médicos de familia y 8 médicos internos residentes, al frente de los cuales se encuentra Pilar Buil, médico de familia del centro de salud de Azpilagaña.

PREDIMED-PLUS constituye el mayor ensayo clínico nutricional realizado en Europa, y su objetivo fundamental es comprobar si una actuación intensiva basada en la dieta mediterránea con restricción calórica y aumento del ejercicio físico es capaz de reducir problemas cardiovasculares en mayor medida que solo el seguimiento de un patrón de dieta mediterránea.

Esta tarde, a las 17 horas, tendrá lugar en la Facultad de Medicina de la Universidad de Navarra una jornada de presentación del proyecto dirigida a los participantes en el mismo, así como al público en general que quiera informarse sobre la dieta mediterránea o esté interesado en participar en el estudio.

En la sesión intervendrán Miguel Angel Martínez, catedrático de Medicina Preventiva y Salud Pública de la Universidad de Navarra, y Pilar Buil, investigadores principales del estudio, así como Ana Sánchez Tainta, y Javier Díez Espino, director de Atención Primaria, que clausurará el acto.