



**Biblioteca  
Cochrane**

Base de Datos **Cochrane** de Revisiones Sistemáticas

## Ácidos grasos marinos (aceite de pescado) dietéticos para el asma en pacientes adultos y niños (Revisión)

Thien FCK, De Luca S, Woods RK, Abramson MJ

Thien FCK, De Luca S, Woods RK, Abramson MJ.  
Dietary marine fatty acids (fish oil) for asthma in adults and children  
(Ácidos grasos marinos (aceite de pescado) dietéticos para el asma en pacientes adultos y niños).  
*Cochrane Database of Systematic Reviews* 2000, Issue 4. Art. No.: CD001283.  
DOI: [10.1002/14651858.CD001283](https://doi.org/10.1002/14651858.CD001283).

[www.cochranelibrary.com/es](http://www.cochranelibrary.com/es)

[Revisión de intervención]

# Ácidos grasos marinos (aceite de pescado) dietéticos para el asma en pacientes adultos y niños

Francis CK Thien<sup>1</sup>, Stefano De Luca<sup>2</sup>, Rosalie K Woods<sup>3</sup>, Michael J Abramson<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Respiratory Medicine, Eastern Health, Box Hill, Australia. <sup>2</sup>Dipartimento delle Specialità Mediche, U.O.C. Pneumologia, Ospedale di Osimo, Osimo, Italy. <sup>3</sup>Epidemiology & Preventive Medicine, Monash University School of Public Health & Preventive Medicine, Prahran, Australia. <sup>4</sup>Epidemiology & Preventive Medicine, School of Public Health & Preventive Medicine, Monash University, Melbourne, Australia

**Contacto:** Stefano De Luca, Medicina Interna, U.O Pneumologia,, Azienda Sanitaria Unica Regionale, Zona Territoriale n°7, Ospedale di Osimo, via Leopardi 15, Osimo, 60027, Italy. [sdeluca@me.com](mailto:sdeluca@me.com), [stefano@stefanodeluca.net](mailto:stefano@stefanodeluca.net).

**Grupo Editorial:** Grupo Cochrane de Vías Respiratorias.

**Estado y fecha de publicación:** Editada (sin cambios en las conclusiones), publicada en el número 3, 2019.

**Referencia:** Thien FCK, De Luca S, Woods RK, Abramson MJ. Dietary marine fatty acids (fish oil) for asthma in adults and children (Ácidos grasos marinos (aceite de pescado) dietéticos para el asma en pacientes adultos y niños). *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2000, Issue 4. Art. No.: CD001283. DOI: [10.1002/14651858.CD001283](https://doi.org/10.1002/14651858.CD001283).

Copyright © 2019 The Cochrane Collaboration. Publicada por John Wiley & Sons, Ltd.

## RESUMEN

### Antecedentes

Los estudios epidemiológicos indican que una dieta rica en ácidos grasos marinos (aceite de pescado) puede tener efectos beneficiosos en las enfermedades inflamatorias como la artritis reumatoide y posiblemente el asma.

### Objetivos

- (1) Determinar el efecto de la administración de suplementos de ácidos grasos marinos n-3 (aceite de pescado) en el asma.
- (2) Determinar el efecto de una dieta con un contenido alto de aceite de pescado sobre el asma.

### Métodos de búsqueda

Se realizaron búsquedas en el registro especializado de ensayos del Grupo Cochrane de Vías Respiratorias (Cochrane Airways Group). También se realizaron búsquedas en las bibliografías de los ensayos recuperados y se estableció contacto con fabricantes de aceite de pescado. Las búsquedas se actualizaron hasta mayo de 2010.

### Criterios de selección

Se incluyeron ensayos controlados aleatorizados en pacientes mayores de dos años de edad con asma. La duración del estudio debía ser superior a cuatro semanas. Se eligieron ensayos doble ciego, pero también se revisaron estudios simple ciego y abiertos para su posible inclusión.

Los cuatro autores de la revisión leyeron cada documento, sin conocer su identidad. Las decisiones relacionadas con la inclusión se tomaron por mayoría simple. La evaluación de la calidad se realizó de forma independiente.

### Obtención y análisis de los datos

La única comparación posible fue entre la administración de suplementos de ácido graso n-3 marino y placebo. No hubo suficientes ensayos para examinar la manipulación de la dieta solamente.

### Resultados principales

Nueve ensayos controlados aleatorizados realizados entre 1986 y 2001 cumplieron los criterios de inclusión. Siete fueron de diseño paralelo y dos fueron estudios cruzados (crossover). Ocho compararon aceite de pescado con placebo, mientras que uno comparó una dosis alta

versus una dosis baja de suplementos de ácidos grasos marinos n-3. Dos estudios se realizaron en niños, mientras que los siete restantes se realizaron en adultos. Ninguno de los estudios incluidos informó sobre exacerbaciones de asma, estado de salud o ingresos hospitalarios.

No hubo un efecto consistente en los resultados analizables: VEF1, tasa de flujo máximo, síntomas de asma, uso de medicamentos para el asma o hiperreactividad bronquial. Uno de los estudios realizados en niños que combinó la manipulación de la dieta con la suplementación con aceite de pescado mostró una mejoría en el flujo máximo y una reducción en el uso de medicamentos para el asma. No hubo eventos adversos asociados con los suplementos de aceite de pescado.

### **Conclusiones de los autores**

Hay escasa evidencia para recomendar que las personas con asma suplementen o modifiquen su ingesta de ácidos grasos marinos n-3 (aceite de pescado) para mejorar el control de la enfermedad. Igualmente, no existe evidencia de la existencia de algún riesgo si así lo hicieran.

## **RESUMEN EN TÉRMINOS SENCILLOS**

### **Ácidos grasos marinos (aceite de pescado) dietéticos para el asma en pacientes adultos y niños**

Se ha recomendado comer más pescado como una forma de reducir el asma. Las poblaciones (como las comunidades esquimales) con dietas altas en pescado también tienen bajas tasas de asma. A medida que las dietas en otras comunidades tienen un mayor contenido de grasas saturadas, el asma también ha aumentado. La teoría ha sido que un ingrediente del aceite de pescado puede reducir la inflamación. La inflamación causa el edema de las vías respiratorias de los pulmones, lo que provoca los ataques de asma. Sin embargo, esta revisión de ensayos encontró que los pacientes con asma que cambiaron sus dietas para incluir más aceite de pescado no mejoraron su asma.