



**Biblioteca
Cochrane**

Base de Datos **Cochrane** de Revisiones Sistemáticas

Intervenciones dietéticas para la esclerosis múltiple (Revisión)

Farinotti M, Vacchi L, Simi S, Di Pietrantonj C, Brait L, Filippini G

Farinotti M, Vacchi L, Simi S, Di Pietrantonj C, Brait L, Filippini G.
Dietary interventions for multiple sclerosis
(Intervenciones dietéticas para la esclerosis múltiple).
Cochrane Database of Systematic Reviews 2012, Issue 12. Art. No.: CD004192.
DOI: [10.1002/14651858.CD004192.pub3](https://doi.org/10.1002/14651858.CD004192.pub3).

www.cochranelibrary.com/es

[Revisión de intervención]

Intervenciones dietéticas para la esclerosis múltiple

Mariangela Farinotti¹, Laura Vacchi¹, Silvana Simi², Carlo Di Pietrantonj³, Lorenzo Brait⁴, Graziella Filippini¹

¹Neuroepidemiology Unit, Fondazione I.R.C.C.S. Istituto Neurologico Carlo Besta, Milano, Italy. ²MS Consumer (Past Senior Researcher of Institute of Clinical Physiology), Pisa, Italy. ³Servizio Regionale di Riferimento per l'Epidemiologia, SSEpi-SeREMI - Cochrane Vaccines Field, Azienda Sanitaria Locale ASL AL, Alessandria, Italy. ⁴Centre de Radiotherapie SERA, Contamine sur Arve, France

Dirección de contacto: Mariangela Farinotti, Neuroepidemiology Unit, Fondazione I.R.C.C.S. Istituto Neurologico Carlo Besta, via Celoria 11, Milano, 20133, Italy. farinotti@istituto-besta.it.

Grupo Editorial: Grupo Cochrane de Esclerosis Múltiple y Enfermedades Raras del Sistema Nervioso Central.

Estado y fecha de publicación: Nueva búsqueda de estudios y actualización de contenidos (sin cambios en las conclusiones), publicada en el número 12, 2012.

Referencia: Farinotti M, Vacchi L, Simi S, Di Pietrantonj C, Brait L, Filippini G. Dietary interventions for multiple sclerosis (Intervenciones dietéticas para la esclerosis múltiple). *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2012, Issue 12. Art. No.: CD004192. DOI: [10.1002/14651858.CD004192.pub3](https://doi.org/10.1002/14651858.CD004192.pub3).

Copyright © 2012 The Cochrane Collaboration. Publicada por John Wiley & Sons, Ltd.

RESUMEN

Antecedentes

Los datos clínicos y experimentales indican que ciertos regímenes dietéticos, particularmente los que incluyen ácidos grasos poliinsaturados (AGPI) y vitaminas, podrían mejorar los resultados en los pacientes con esclerosis múltiple (EM). Los pacientes con EM utilizan ampliamente las dietas y los suplementos dietéticos en la creencia de que pueden mejorar los resultados de la enfermedad y superar los límites de efectividad de los tratamientos convencionales.

Esta es una actualización de la revisión Cochrane "Intervención dietética para la esclerosis múltiple" (publicada por primera vez en *The Cochrane Library* 2007, número 1).

Objetivos

Responder las preguntas de los pacientes con EM con respecto a la eficacia y seguridad de los regímenes dietéticos para la EM. ¿Los cambios en los hábitos dietéticos pueden ser una intervención efectiva para los pacientes con EM? ¿Se conocen los posibles efectos secundarios de estas intervenciones, y se han medido? ¿Se conocen las posibles interacciones entre las intervenciones dietéticas y otros tratamientos curativos o sintomáticos, y se han estudiado?

Métodos de búsqueda

Se realizaron búsquedas en el Registro Especializado de Ensayos Controlados del Grupo Cochrane de Esclerosis Múltiple y Enfermedades Raras del Sistema Nervioso Central (Cochrane Multiple Sclerosis and Rare Diseases of the Central Nervous System Group) (noviembre de 2011), CENTRAL (*The Cochrane Library* 2011, Número 4), MEDLINE (PubMed) (1966 hasta noviembre de 2011), EMBASE (embase.com) (1974 hasta noviembre de 2011) y en las listas de referencias de los artículos encontrados.

Criterios de selección

Fueron elegibles todos los ensayos controlados (ensayos controlados aleatorizados [ECA] y ensayos clínicos controlados [ECC]) sobre una intervención dietética específica, un plan de dieta o la administración de un suplemento dietético, excepto la administración de suplementos de vitamina D, en comparación con ninguna modificación dietética o placebo.

Obtención y análisis de los datos

Dos autores de la revisión de forma independiente seleccionaron los estudios, evaluaron la calidad y extrajeron los datos. Los datos se introdujeron y se analizaron en RevMan.

Intervenciones dietéticas para la esclerosis múltiple (Revisión)

Copyright © 2012 The Cochrane Collaboration. Publicada por John Wiley & Sons, Ltd.

Los datos dicotómicos se resumieron como riesgos relativos (RR) con intervalos de confianza (IC) del 95% mediante un modelo de efectos aleatorios en presencia de heterogeneidad ($I^2 > 60\%$). Los datos continuos se analizaron mediante diferencias de medias ponderadas, determinadas por la diferencia entre los cambios antes y después de la intervención en los grupos de tratamiento y control.

Resultados principales

De la estrategia de búsqueda surgieron seis ECA que investigaron los AGPI e incluyeron 794 pacientes asignados al azar.

Los AGPI no tuvieron un efecto significativo sobre la progresión de la enfermedad a los 24 meses. Los ácidos grasos omega-6 (11 a 23 g/día de ácido linoleico) no mostraron efectos beneficiosos en 144 pacientes con EM (RR 1,04; IC del 95%: 0,66 a 1,63). El ácido linoleico (2,9 a 3,4 g/día) no tuvo efectos beneficiosos en 65 pacientes con EM progresiva crónica (RR 0,78; IC del 95%: 0,43 a 1,42). Los ácidos grasos omega-3 no tuvieron efectos beneficiosos en 292 pacientes con EM remitente recurrente (RR 0,82; IC del 95%: 0,65 a 1,03; $p = 0,08$).

En algunos estudios, los posibles efectos beneficiosos leves en los resultados de las recaídas se asociaron con los ácidos grasos omega-6; sin embargo, estos hallazgos estuvieron limitados por la escasa validez de las variables principales de evaluación. No fue posible realizar valoraciones sobre la seguridad ni sobre los resultados informados por los pacientes. En general la calidad de los ensayos fue deficiente.

No se analizaron estudios sobre la administración de suplementos vitamínicos y dietas sin alérgenos porque ninguno cumplió los criterios de elegibilidad, debido principalmente a la falta de resultados clínicos.

Conclusiones de los autores

Los AGPI no parecen tener un efecto importante sobre el resultado clínico principal en la EM (progresión de la enfermedad), pero pueden tener una tendencia a reducir la frecuencia de las recaídas durante dos años. Sin embargo, los datos disponibles no son suficientes para evaluar un efecto beneficioso o perjudicial real de la suplementación con AGPI, debido a su calidad incierta.

Falta evidencia sobre los posibles efectos beneficiosos y perjudiciales de la administración de la administración de suplementos vitamínicos y antioxidantes en la EM. Se necesitan más estudios de investigación para evaluar la efectividad de las intervenciones dietéticas en la EM.

RESUMEN EN TÉRMINOS SENCILLOS

Intervenciones dietéticas como tratamiento complementario para la esclerosis múltiple (EM)

Debido a que los tratamientos convencionales disponibles son solo parcialmente efectivos y pueden producir efectos secundarios, la mayoría de los pacientes con EM utilizan tratamientos propuestos por la medicina complementaria y alternativa, generalmente dietas especiales y suplementos dietéticos. De hecho, una búsqueda en Internet con los términos "dieta" y "esclerosis múltiple" produce más de 27 000 000 de enlaces, lo que indica que estos tratamientos son ampliamente utilizados y la comunidad de pacientes con EM cree en ellos. Las intervenciones dietéticas más frecuentes son la administración de suplementos con ácidos grasos poliinsaturados (AGPI), dietas libres de alérgenos (gluten y leche), vitaminas y micronutrientes y antioxidantes como el selenio, los extractos de *Gingko biloba* y la coenzima Q10. Los autores de esta revisión intentaron evaluar si los cambios en los hábitos dietéticos podían influir favorablemente en el pronóstico de los pacientes con EM. Aunque se ha publicado una gran cantidad de datos en esta área, solo seis estudios controlados sobre los AGPI, con un total de 794 pacientes, cumplieron los criterios de inclusión en esta revisión con respecto a la calidad metodológica. No se encontraron estudios sobre administración de vitaminas y suplementos antioxidantes que cumplieran con los criterios. Después de una búsqueda exhaustiva en las bases de datos científicas no se encontraron documentos sobre otras intervenciones dietéticas propuestas para la EM. Los datos disponibles son insuficientes para evaluar cualquier posible efecto beneficioso o perjudicial que pueda resultar de la administración de suplementos con AGPI. La falta de evidencia sobre los AGPI y la amplia falta de datos sobre otros suplementos es desafortunado, ya que entre el 50% y el 75% de los pacientes con EM utilizan regímenes dietéticos y suplementos dietéticos.