

Revista Electrónica

REDCien

EDICIÓN ESPECIAL

**MEMORIAS DEL PRIMER ENCUENTRO NACIONAL DE
NUTRIÓLOGOS**

Colegio Mexicano de Nutriólogos, A.C.

Puebla, Puebla, México

01 y 02 de agosto del 2024



**ENCUENTRO NACIONAL
DE NUTRIÓLOGOS**
DEL COLEGIO MEXICANO DE NUTRIÓLOGOS, A.C.



INTERVENCIÓN DIETÉTICA PARA PACIENTES CON SÍNDROME DE OVARIO POLIQUÍSTICO

Dietary intervention for patients with polycystic ovary syndrome

Azpe Franco Alejandra¹, Azpilcueta Morales Gabriel Sinhue¹, Estrada Camarena Erika Monserrat¹, Silvestri Tommasoni José Roberto², Hernández Ruíz Héctor Fernando¹, Guerrero López José Benjamín³, Vega Rivera Nelly Maritza¹, Flores Ramos Mónica⁴.

1 Laboratorio de Neuropsicofarmacología Dirección de Neurociencias, Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz, Secretaría de Salud (SSA), Ciudad de México.

2 Instituto Nacional de Perinatología, Secretaría de Salud (SSA), Ciudad de México.

3Facultad de Medicina UNAM, Ciudad de México.

4 Subdirección de Investigaciones clínicas, Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz, Secretaría de Salud (SSA), Ciudad de México.

Contacto autor: monica.flores@imp.edu.mx

RESUMEN.

Introducción: El síndrome de ovario poliquístico (SOP) es una entidad prevalente en mujeres durante la edad reproductiva, se considera la principal enfermedad endocrinológica en esta población. Se caracteriza por la presencia de alteraciones menstruales, hirsutismo, acné, alopecia androgénica, hiperandrogenismo e infertilidad (1). Otras alteraciones hormonales (2) y alteraciones metabólicas tales como resistencia a la insulina, incremento de glucemia sérica. Se ha propuesto para el manejo del SOP cambios en el estilo de vida como ejercicio físico y dieta. Los polifenoles de la dieta podrían favorecer la mejoría de las pacientes, ya que tienen efectos cardio y neuro protectores, también disminución de los niveles de glucosa y perfil de lípidos, disminución de la resistencia a insulina y tener propiedades antioxidantes.

Objetivo: Evaluar la eficacia de una dieta rica en polifenoles en pacientes con SOP para observar cambios en composición corporal, valores bioquímicos y estilo de vida versus una dieta baja en polifenoles. **Metodología:** Es un estudio experimental, comparativo, longitudinal y homodémico, las participantes participaron a conveniencia en los servicios de consulta externa del INPer, Departamento de Psiquiatría y Salud mental de la Facultad de Medicina de la UNAM, atención psiquiátrica continua o servicio de hospital del INPRFM que cumplan los criterios de Rotterdam para SOP.

Los criterios de inclusión: mujeres con un rango de edad de 18 a 40 años, con historia clínica completa, evaluaciones ginecológicas, antropométricas (peso, panículos adiposos, circunferencia de cintura y cadera); recolección de muestras sanguíneas para cuantificación de glucosa, insulina, perfil de lípidos, perfil hormonal (FSH, LH, estradiol, progesterona, testosterona total, testosterona libre, y DHEA), historia dietética y perfil inmunológico.

Posteriormente se clasificó a las participantes aleatoriamente en 2 grupos: dieta rica en polifenoles versus dieta baja en polifenoles, ambas con distintos rangos de calorías a consumir. Posteriormente se realizó seguimiento mensual para evaluar el apego al plan y a los 3 y 6 meses se les realizaron nuevamente todas las evaluaciones ya mencionadas.

ANÁLISIS ESTADÍSTICO

Se realizará comparación entre los grupos por nuevamente todas las evaluaciones ya mencionadas.

Se utilizó chi cuadrada o prueba T, según corresponda, además se realizarán comparaciones con pruebas T pareadas para evaluar la diferencia entre mediciones iniciales y finales. (Cuadro 1.)

RESULTADOS PRELIMINARES

Se observó que las participantes con dieta rica en polifenoles tuvieron una ligera disminución en las variables peso (1.2), grasa corporal, circunferencia cintura y cadera versus una dieta baja en polifenoles (8.4). (Cuadro 1.)

CONCLUSIÓN

Se sugiere que una dieta rica en polifenoles en mujeres con SOP podría tener múltiples beneficios como mejora en la composición corporal, mejora de síntomas gastrointestinales y calidad del sueño versus en aquellas mujeres que su dieta es baja o nula en polifenoles, algunas participantes reportaron mejoría en los parámetros antes mencionados.

Cuadro 1. Resultados.

VARIABLES	CTL (n=2)		EXP (n=3)	
	Inicial	Intermedia	Inicial	Intermedia
Edad	29 ± 2.8		20 ± 0	
Peso (kg)	60.7 ± 6.2	61.4 ± 8.4	70.05 ± 1.62	68.4 ± 1.2
Talla (m)	1.58 ± 0.04		1.61 ± 0.021	
IMC (kg/m ²)	24.4 ± 3.81	24.6 ± 4.77	26.85 ± 1.34	26.22 ± 0.19
Cambio de peso (%)	100.96 ± 3.6		97.69 ± 4.08	
Masa grasa (%)	35.75 ± 3.88	34.55 ± 3.181	35.85 ± 3.74	32.9 ± 2.6
Cintura (cm)	79 ± 5.65	77.5 ± 5.65	76.33 ± 6.52	77.63 ± 3.0
Cadera (cm)	93.5 ± 2.12	91.75 ± 1.06	97 ± 12.48	95.46 ± 8.46

DECLARACIÓN DE CONFLICTOS DE INTERÉS

Los autores declaran no tener ningún conflicto de interés.

FINANCIAMIENTO

No se recibió ningún tipo de financiamiento.

REFERENCIAS

1. Teede HJ, Misso ML, Costello MF, Dokras A, Laven J, Moran L, et al. Recommendations from the international evidence-based guideline for the assessment and management of polycystic ovary syndrome. Fertil Steril [Internet]. 2018 [citado el 18 de julio de 2024];110(3):364–79. Disponible en: <mailto:https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30033227/>.
2. Bednarska S, Siejka A. The pathogenesis and treatment of polycystic ovary syndrome: What's new? Adv Clin Exp Med [Internet]. 2017 [citado el 18 de julio de 2024];26(2):359–67. Disponible en: <mailto:https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28791858/>.

Revista electrónica

REDCiEN

***DERECHOS DE AUTOR Y DERECHOS CONEXOS**, año 5, No. 13, Enero-junio 2025, Edición Especial, es una publicación especial editada por el Colegio Mexicano de Nutriólogos, calle Carolina #106 Colonia Nochebuena, C.P. 03720, Delegación Benito Juárez, México D.F., México. Tel. (55) 63795074. Ext. 106, www.redcien.com, redcien@cmn.org.mx. Editora responsable: Dra. Edna Judith Nava González. Reserva de Derechos al Uso Exclusivo No. 04-2024-070213464600-102, ISSN: "en trámite", ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor. Responsable de la última actualización de este Número, REDCiEN, Colegio Mexicano de Nutrólogos, A.C., LN Nancy Guadalupe Valenzuela Rubio, calle Carolina #106 Colonia Nochebuena, C.P. 03720, Delegación Benito Juárez, Ciudad de México, fecha de la última modificación, 27 de diciembre, 2025.*