



## 4048-5. CAMBIO DE CONSUMO DE BEBIDAS AZUCARADAS E INCIDENCIA DE SÍNDROME METABÓLICO EN UNA COHORTE DE UNIVERSITARIOS ESPAÑOLES

María Teresa Barrio López, Miguel Ángel Martínez-González, Aitor Hernández, Martín García-L, Alejandro Fernández-Montero, Juan José Beunza, Itziar Zazpe y Maira Bes-Rastrollo del Departamento de Cardiología y Cirugía Cardíaca de la Clínica Universidad de Navarra, Pamplona (Navarra).

### Resumen

**Introducción:** El síndrome metabólico (SM) es un factor de riesgo independiente para desarrollar diabetes mellitus tipo 2, enfermedad cardiovascular y mortalidad por todas las causas. Su incidencia ha aumentado en los últimos años entre jóvenes y adolescentes y el estilo de vida puede tener una influencia clave en su desarrollo. El objetivo de nuestro estudio es analizar la asociación entre el cambio en el consumo de bebidas azucaradas y la incidencia de SM y sus componentes en una cohorte de graduados universitarios españoles.

**Métodos:** Se incluyeron un total de 8.157 participantes libres de SM que fueron seguidos durante al menos 6 años. El consumo de bebidas azucaradas se obtuvo mediante un cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos previamente validado en España. El cambio en el consumo de bebidas azucaradas se calculó como la diferencia del consumo a los 6 años de seguimiento y el consumo al inicio del seguimiento. El SM se definió según los nuevos criterios de la International Diabetes Federation y la American Heart Association/National Heart, Lung, and Blood Institute que han armonizado las definiciones previas. Para ajustar por posibles factores de confusión se utilizaron modelos de regresión logística.

**Resultados:** Se objetivaron 361 casos incidentes de SM. Los participantes del quintil con mayor incremento de consumo de bebidas azucaradas presentaron un riesgo significativamente mayor de presentar SM (odds ratio ajustada (ORa): 2,2; intervalo de confianza 95% (IC): 1,4-3,4; p de tendencia 0.006) comparado con los participantes del quintil con mayor descenso de consumo tras ajustar por posibles factores de confusión. Del mismo modo, este grupo de participantes presentaron un riesgo significativamente mayor de desarrollar presión arterial elevada (ORa: 1,7; IC95%: 1,4-2,0), obesidad central (ORa: 1,9; IC95%: 1,6-2,2); hipertrigliceridemia (ORa: 1,6; IC95%: 1,1-2,2) o glucemia alterada en ayunas (ORa: 1,4; IC95%: 1,1-1,9) que los del quintil de mayor descenso de consumo tras ajustar por posibles factores de confusión.

**Conclusiones:** Un incremento en el consumo de bebidas azucaradas se asocia con un mayor riesgo de desarrollar SM y otros desórdenes metabólicos tras 6 años de seguimiento.

