

The Lancet, published: April 03, 2019 DOI: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(19\)30041-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)30041-8)

Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990–2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017

Ashkan Afshin, Patrick John Sur, Kairsten A. Fay, Leslie Cornaby et al.

Se trata de una parte del Global Burden of Diseases, Injuries, and Risk Factors Study (GBD) 2017. El referenciado en esta reseña tuvo como objetivo evaluar el consumo de los principales alimentos y nutrientes en 195 países y cuantificar el impacto de su ingesta en la mortalidad y morbilidad por enfermedades crónicas no transmisibles (ENT) como las cardiopatías, la diabetes y el cáncer.

Se seleccionaron 15 nutrientes que cumplían criterios como factores de riesgo favorable o desfavorable para los procesos analizados: dietas bajas en frutas, vegetales, legumbres, cereales, frutos secos, semillas, leche, fibra, calcio, ácidos grasos omega-3 procedentes de pescado, grasas poliinsaturadas, y dietas altas en sodio, grasas saturadas, azúcares, carne roja y carne procesada, y se estimó la fracción de riesgo atribuible a cada enfermedad entre adultos de 25 años o más. Además, mediante el uso de fracciones atribuibles de la población específica de la enfermedad, se calculó el número de muertes y pérdida de años de vida ajustados a discapacidad (AVAD) atribuibles a la dieta para cada resultado de la enfermedad.

Este estudio confirma que una alimentación inadecuada es responsable de más muertes que cualquier otro factor de riesgo aislado incluido el tabaco y sugiere que los principales factores de riesgo dietéticos son un alto consumo de sodio y una baja ingesta de productos saludables, como los cereales enteros, la fruta, los frutos secos, las semillas y los vegetales.

A nivel mundial, en 2017, los riesgos alimentarios fueron responsables de 11 millones [95% UI 10–12] muertes (22% [95% UI 21–24] de todas las muertes entre adultos) y 255 millones (234–274) DALY (15% [14–17] de todos los DALY entre adultos). La enfermedad cardiovascular fue la causa principal de muertes relacionadas con la dieta (10 millones [9–10] muertes) y AVAD (207 millones [192–222] AVAD), seguidas de cánceres (913 090 [743 345–1 098 432] muertes y 20 millones [17–24] DALY) y diabetes tipo 2 (338 714 muertes [244 995–447 003] y 24 millones [16–33] DALY).

En 2017, entre los 20 países más poblados del mundo, Egipto tuvo la tasa más alta estandarizada por edad de todas las muertes relacionadas con la dieta y pérdida de AVAD mientras que Japón tuvo las tasas más bajas de ambos parámetros, seguida de cerca por España, Francia, Italia, Canadá y Australia.

Artículo completo