

Una investigación liga la dieta adecuada con la ralentización de la ELA

► La Universidad Católica y la Universitat de València lideran un estudio sobre alimentación y progresión de la esclerosis

MÓNICA ROS. VALÈNCIA

■ En la Comunitat Valenciana hay entre 400 y 450 personas diagnosticadas de Esclerosis Lateral Amiotrófica (ELA), una enfermedad neurodegenerativa que afecta a las neuronas encargadas de controlar los músculos voluntarios. En España se diagnostican anualmente 900 casos nuevos. La esperanza de vida es muy corta. El diagnóstico termina siendo una sentencia de muerte en cuestión de tres a cinco años máximo. Ahora bien ¿se puede ralentizar la evolución de la enfermedad?

Un estudio realizado por investigadores de la Universidad Católica de Valencia (UCV) y la Universitat de València (UV) concluye que la reducción de la ingesta de grasas saturadas, fósforo y sodio, así como el aumento del consumo de grasas cardio saludables, hidratos de carbono complejos y proteínas de alta calidad y fibra podrían ayudar a mejorar la sin-

El trabajo apunta que la buena alimentación es clave para atrasar la evolución de esta dolencia

tomatología y ralentizar la progresión de la enfermedad en pacientes con esclerosis lateral amiotrófica (ELA).

La profesora de la UCV Sandra Carrer ha liderado esta investigación y explica que se ha llegado a esta conclusión tras analizar los perfiles nutricionales, clínicos y sociodemográficos de cuarenta pacientes españoles con ELA procedentes de distintas comunidades autónomas; todo ello, gracias a la colaboración de la Fundación Española para el fomento de la investigación de la esclerosis lateral amiotrófica (FUNDELA).

Carrera afirma que el estudio apunta también a la necesidad de una «educación nutricional» de los pacientes y sus familiares: «Es una metodología interesante para enseñarles la ciencia de la nutrición; y debe ser realizada por profesionales sanitarios especializados, como dietistas y nutricionistas», cuenta.

Fenotipo predominante

Además, la investigación ha permitido comprobar que la ELA espinal es el fenotipo clínico predominante en España. En concreto el 57,5% de los pacientes presentan este fenotipo, que el 32,5% tienen el fenotipo bulbar y el (10%) el fenotipo familiar. Por otro lado, la distribución geográfica de la enfermedad muestra un patrón relativamente homogéneo.

Los resultados de la investigación realizada por Carrera, junto al resto de expertos de la UCV y la UV, han sido publicados por la revista científica *Nutrients*.