Gac Sanit. 2026;40(S4):201

Gaceta Sanitaria

https://www.gacetasanitaria.org

654 - INGESTA Y CONCENTRACIONES EN ORINA DE (POLI)FENOLES EN DIETAS BASADAS EN VEGETALES FRENTE A LA DIETA OMNÍVORA

E. Casas-Albertos, N.M. Rodríguez-Martín, Á. Alcalá-Santiago, C. López-Rodríguez, E. Ruiz-Moreno, A. Castelló-Pastor, R. Zamora-Ros, E. Molina-Montes

Departamento de Nutrición y Bromatología, Universidad de Granada; Instituto de Investigación Biosanitaria ibs.GRANADA; Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos "José Mataix Verdú" (INYTA); Grupo de Proteínas vegetales, Departamento de Nutrición y Salud, Instituto de la Grasa-CSIC; Centro Nacional de Epidemiología, Instituto de Salud Carlos III; CIBER Epidemiología y Salud Pública (CIBERESP); Unidad de Nutrición y Cáncer, Instituto Catalán de Oncología (ICO).

Resumen

Antecedentes/Objetivos: Los (poli)fenoles son compuestos bioactivos principalmente presentes en los alimentos de origen vegetal. El objetivo fue explorar las diferencias de (poli)fenoles entre omnívoros y diferentes tipos de dietas basadas en vegetales (DBV) a través del análisis de la ingesta dietética, la cuantificación de metabolitos y la medición del contenido compuestos fenólicos totales en orina.

Métodos: Un total de 792 participantes del estudio OMIVECA completaron un cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos de 175 ítems; 200 (51% DBV) proporcionaron muestras de orina. Se utilizó la base de datos Phenol-Explorer para estimar la ingesta dietética de (poli)fenoles. Se evaluaron las contribuciones de los alimentos a la ingesta total de (poli)fenoles y la puntuación de una dieta rica en (poli)fenoles (PPS). Los (poli)fenoles totales en orina y los niveles de 28 (poli)fenoles se cuantificaron mediante cromatografía líquida y espectrometría de masas en tándem. Los grupos de dieta se compararon mediante la prueba de Kruskal-Wallis.

Resultados: La ingesta total y de clases/subclases de (poli)fenoles fue mayor en las personas que seguían una dieta basada en vegetales en comparación con las personas omnívoras. Entre los veganos, las verduras (20,8%) y las frutas (10,4%) fueron los grupos que más contribuyeron a la ingesta total de (poli)fenoles; este patrón se invirtió en los demás grupos de dieta. También se observaron diferencias ($p < 0,001$) en la contribución de otros alimentos de origen vegetal, lo que dio lugar a perfiles de ingesta distintivos entre los grupos de dieta. Las personas con DBV obtuvieron puntuaciones más altas en el PPS y mostraron los valores más altos de ingesta y de excreción urinaria de isoflavonoides (e.g. veganos: 94 mg/2.000 kcal/día y 1.424 ng/ml, respectivamente). Los niveles de genisteína y daidzeína se correlacionaron fuertemente con los valores de ingesta (rho ? 0,6), así como con el consumo de legumbres y alimentos ricos en soja.

Conclusiones/Recomendaciones: Los (poli)fenoles de la dieta y urinarios predominaron en las DBV. La genisteína y la daidzeína representan biomarcadores estables del consumo de legumbres y soja, y son indicadores clave de los patrones alimentarios PB en estudios nutricionales.

Financiación: CIBERESP (ESP23PI03/2024); AEI-I3 (CNS2022-135794).

0213-9111 © 2026 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados