

# Posicionamiento del ISCIII sobre los meta-análisis realizados sobre consumo de carnes rojas y procesadas

| 02/10/2019 |



El Centro Nacional de Epidemiología (CNE) y el Centro de Investigación Biomédica en Red de Epidemiología y Salud Pública (CIBERESP) del ISCIII quieren expresar, al igual que lo han hecho otros organismos nacionales e internacionales y sociedades científicas como la Sociedad Española de Epidemiología, su preocupación por las conclusiones extraídas y difundidas a la población general en el día de ayer a partir de los meta-análisis realizados por un grupo de expertos sobre la asociación entre consumo de carne roja, carne procesada y riesgo de enfermedad cardiovascular, diabetes y cáncer, publicados en la revista [Annals of Internal Medicine](#).

Ambos centros del ISCIII, que dirige **Marina Pollán**, recuerdan las consideraciones que grupos de expertos internacionales y nacionales han puesto sobre la mesa a la hora de considerar los resultados de dichos estudios, y muy especialmente las publicadas ayer por la Sociedad Española de Epidemiología (SEE), de la que

forman parte la inmensa mayoría de investigadores CIBERESP y de otras áreas CIBER relacionadas con la salud pública.

"Desde un punto de vista técnico, no planteamos ninguna objeción a los meta-análisis publicados ahora, los cuales muestran resultados similares a meta-análisis previos (ver por ejemplo los llevados a cabo por el [World Cancer Research Fund \(WCRF\)](#) y el [American Institute for Cancer Research \(AICR\)](#), que constituyen la base de sus recomendaciones)", señala el posicionamiento del CNE y el CIBERESP, que continúa: "Los investigadores desestiman sus propios resultados, al considerar que se trata de reducciones de riesgo de escasa magnitud pero, aunque la magnitud del efecto que se encuentra es pequeña, eso no quiere decir que no sea consistente y significativa".

## **"Infraestimación del efecto real"**

Los investigadores del ISCIII añaden que, siendo expertos en metodología, los propios investigadores conocen que el sesgo no diferencial derivado de estimar el consumo de carne utilizando encuestas dietéticas del tipo que sean (al ser estudios de cohortes se trata de un sesgo no diferencial ya que ni los investigadores ni los participantes sabían si desarrollarían la enfermedad de interés en un futuro) "supone de por sí una infraestimación del efecto real".

Además, "también parecen ignorar la relación existente entre consumo de carne roja y carne procesada y la obesidad, que constituye un factor de riesgo plenamente establecido para estas patologías", añade el comunicado, que concluye: "Finalmente, desde el punto de vista de salud pública, efectos modestos tienen importancia poblacionalmente hablando y el número de casos incidentes y de muertes evitadas no resulta desdeñable".

Los criterios GRADE fueron elaborados en el contexto clínico, donde la investigación de nuevos tratamientos/intervenciones permite realizar ensayos clínicos, el tipo de estudio que consideramos proporciona mayor evidencia científica. "La investigación de estilos de vida y en concreto de la dieta es compleja y los ensayos clínicos solo son posibles utilizando exposiciones que se consideran beneficiosas", continúan el posicionamiento.

# Dieta mediterránea: reducir el consumo de carne

En este sentido, el [estudio PREDIMED](#) basado en la adopción de una dieta mediterránea, que supone también una reducción del consumo de carne, ha proporcionado evidencia del efecto beneficioso de este tipo de dieta frente a enfermedades cardiovasculares, diabetes y cáncer de mama: "Si la evidencia epidemiológica proviene principalmente de estudios observacionales, con sus limitaciones, llama también la atención que los autores de dichos artículos se atrevan a contradecir las recomendaciones sin haber considerado la evidencia procedente de estudios experimentales, tal y como hace el panel de expertos de la Agencia Internacional de Investigación del Cáncer (IARC) a la hora de valorar la evidencia existente sobre el posible papel carcinogénico de cualquier exposición", sigue el comunicado.

Finalmente, el CNE y el CIBERESP recuerdan que las recomendaciones de las diferentes agencias internacionales (IARC, WCRF, AICR y otras) "no invitan a eliminar el consumo de carnes rojas y carnes procesadas, sino a moderar su consumo a 2-3 porciones de carne roja a la semana, limitando especialmente carnes procesadas".