

Demuestran en ratas que la dieta Dukan aumenta el riesgo de problemas de riñón

Científicos de la Universidad de Granada advierten de la necesidad de controlar las dietas hiperproteicas, como la famosa dieta de Pierre Dukan, ya que aumentan el riesgo de desarrollar enfermedades renales a largo plazo y empeoran los marcadores urinarios y morfológicos del riñón. Así lo afirma un reciente estudio realizado por estos expertos y llevado a cabo en ratas.

UGRdivulga

7/1/2014 12:12 CEST



El grupo Fisiología Digestiva y Nutrición de la Universidad de Granada, al que pertenecen los científicos que han realizado este trabajo. / UGRdivulga

Las dietas hiperproteicas, como la famosa dieta dukan, aumentan el riesgo de desarrollar enfermedades renales a largo plazo y empeoran los marcadores urinarios y morfológicos del riñón.

Entre las patologías que pueden provocar destaca la nefrolitiasis (cálculos renales o piedras en el riñón), debido a una disminución drástica del citrato urinario (un inhibidor de la cristalización de sales de calcio), un aumento del calcio urinario (para compensar la acidez metabólica que provoca el exceso

de proteína) y a un descenso del pH de la orina.

Entre las patologías que pueden provocar las dietas altas en proteínas destaca la nefrolitiasis, es decir los cálculos renales o piedras en el riñón

Así lo han demostrado científicos de la Universidad de Granada (UGR), quienes a través de un experimento llevado a cabo en ratas examinaron los efectos de una dieta hiperproteica sobre parámetros renales plasmáticos, urinarios y morfológicos.

Para llevar a cabo este experimento, los investigadores trabajaron con 20 ratas Wistar, que se dividieron en dos grupos de 10.

El primero de ellos consumió una dieta hiperproteica (en la que el nivel de proteína representaba el 45% de los nutrientes ingeridos) mediante la administración de suplementos de hidrolizados proteicos comerciales, mientras que el otro grupo actuó como control y siguió una dieta normoproteica.

Los científicos realizaron este experimento con ratas durante 12 semanas, lo que equivaldría a años en humanos.

Un 10% menos de peso

Los resultados demostraron que las ratas que siguieron una dieta hiperproteica perdieron hasta un 10% de peso corporal en este tiempo, pero sin que se produjera una mejora paralela en el perfil de lípidos en plasma. Además, el citrato urinario de estas ratas fue un 88% inferior, y el pH urinario, un 15% más ácido.

Las ratas que siguieron una dieta hiperproteica perdieron hasta un 10% de peso corporal en este tiempo

Además, el peso del riñón de los animales sometidos a una dieta hiperproteica aumentó un 22%, y también se incrementaron en un 13% el área glomerular (el glomérulo es la red de capilares de filtrado de sustancias en el riñón) y un 32% el área mesangial (matriz de colágeno que sostiene a ese glomérulo).

A la luz de los resultados de este trabajo, su autora principal, Virginia Aparicio García-Molina, afirma que es necesario “realizar un control exhaustivo” de aquellas personas que se someten a una dieta hiperproteica, como es el caso de la dieta propuesta por Pierre Dukan, “ya que los efectos adversos que pueden tener sobre su salud a largo plazo son importantes”.

La investigadora advierte asimismo que los efectos negativos que las dietas hiperproteicas tienen sobre el riñón dependen también de la presencia de otros nutrientes en la dieta. “El consumo elevado de frutas y verduras hace que el riesgo de que se formen cálculos renales sea menor, algo que probablemente se deba al alto contenido de potasio y magnesio de estas, que compensan la acidez de la dieta alta en proteínas”, concluye Aparicio.

Referencia bibliográfica:

V. A. Aparicio, E. Nebot, R. García-del Moral, M. Machado-Vílchez, J. M. Porres, C. Sánchez and P. Aranda. "High-protein diets and renal status in rats". *Nutrición Hospitalaria*. 2013;28 (1):232-237. ISSN 0212-1611 • CODEN NUH0EQ S.V.R. 318

Derechos: **Creative Commons**

TAGS

DUKAN | PIEDRAS | DIETA | RIÑÓN | CÁLCULOS RENALES |

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)

