

VALUTAZIONE DEI BENEFICI SALUTISTICI DELL'ASSUNZIONE DI PROTEINE DELLA SOIA IN PAZIENTI CON MODERATA SINDROME METABOLICA

B. Morlotti¹, M. Ruscica², C. Pavanello¹, M. Gomaraschi², C. Macchi², R. Bosisio¹, C. Vitali², C. Sirtori^{1,2}, L. Calabresi², A. Arnoldi³, P. Magni²

¹Centro Dislipidemie, A.O. Niguarda Cà Granda, Milano, Milan, Italy; ²Department of Pharmacological and Biomolecular Sciences, Università degli Studi di Milano, Milan, Italy;

³Department of Pharmaceutical Sciences, Università degli Studi di Milano, Milan, Italy

Introduzione: Il profilo lipidico rappresenta un fattore di rischio modificabile nel contesto delle malattie cardiovascolari (CVD) e il suo miglioramento rappresenta un fattore di prevenzione. La correzione della dislipidemia mediante intervento dietetico è il primo provvedimento nella riduzione del rischio cardiovascolare. In soggetti con moderato rischio di CVD e con colesterolo totale (TC) e LDL (LDL-C) borderline, l'uso di proteine vegetali, in particolare di soia, ha un forte razionale scientifico. **Scopo:** Valutare gli effetti dell'assunzione giornaliera di 30 g di proteine di soia (in sostituzione di altrettante proteine di origine animale) sui parametri lipidici, sull'accumulo di tessuto adiposo viscerale e sui livelli di adipochine. **Disegno dello studio:** randomizzato, parallelo, monocentrico; durata del trattamento: 12 settimane. **Pazienti:** 66 soggetti (32 M/34 F) con sindrome metabolica moderata (3/5 criteri NCEP-ATPIII) sono stati randomizzati a dieta con proteine di soia (dieta ipolipidica con 30g/die di proteine della soia; N=36; 17 M/19 F) o dieta controllo (dieta ipolipidica con proteine animali; N=28 15 M/13 F). **Risultati:** la dieta con proteine di soia, rispetto a quella di controllo, ha ridotto significativamente i valori di TC (-6.66%, p=0.001), LDL-C (-6.65%, p =0.013) e apo-B (-13.48%, p=0.002). Il colesterolo HDL e le relative sottoclassi sono rimasti invariati. I pazienti che hanno seguito la dieta con proteine di soia, rispetto ai soggetti controllo, hanno mostrato una riduzione significativa del peso corporeo (-2.14%, p=0.015) e del BMI (-2.17%, p=0.019), mentre la circonferenza vita si è ridotta in entrambi i gruppi. I livelli circolanti di leptina si sono ridotti nel gruppo che assumeva soia rispetto al gruppo controllo (-18.15%, p=0.03). L'adiponectina è rimasta invariata in entrambi i bracci dello studio, determinando quindi una riduzione significativa del rapporto leptina:adiponectina solo in pazienti che assumevano la soia. s-ICAM1 è risultata ridotta nei soli pazienti che assumevano le proteine vegetali (-5.32%, p=0.007). **Conclusioni:** i risultati del presente studio hanno evidenziato un'elevata compliance e sicurezza di questo intervento nutrizionale. L'integrazione dietetica con 30 g/die di proteine di soia si associa con un significativo miglioramento di una serie di biomarkers associati al rischio cardio-metabolico primario.