Consumir aceite de colza enriquecido con omega 3 disminuye el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares

02/09/2016

Científicos de la Universidad de Granada , el CIDAF y el Richardson Centre for Functional Foods and Nutraceuticals de Canadá demuestran que el consumo de aceite de canola alto oleico enriquecido con omega 3 reduce significativamente la concentración de triglicéridos en la sangre

Su trabajo, realizando con 84 pacientes que sufrían al menos un síndrome metabólico, ha demostrado también que quienes consumieron este suplemento experimentaron una reducción significativa del 10% de la concentración plasmática de la proteína PCSK9, asociada a un aumento de colesterol LDL en sangre, comparado con los otros tratamientos dietéticos

Un equipo de científicos del la Universidad de Granada (UGR), del Centro Tecnológico de Investigación y Desarrollo del Alimento Funcional (CIDAF, centro en el que la UGR colabora junto con otras empresas e instituciones) y del Richardson Centre for Functional Foods and Nutraceuticals de Canadá ha demostrado que consumir aceite de canola (una modalidad mejorada del colza, con menos del 2% de ácido erúcico) enriquecido con omega 3 disminuye el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares.

Copyright© 2025 Universidad de Granada

Los investigadores han demostrado, una vez más, que el famoso omega 3 es un potente regulador del metabolismo del colesterol. En esta ocasión, los científicos analizaron el plasma de 84 pacientes voluntarios que padecían, al menos, unsíntoma de síndrome metabólico, tras ingerir diferentes tipos de aceitescon diferente composición en ácidos grasos.

Comprobaron así que este ácido graso disminuye la concentración plasmática de la proteína PCSK9, asociada con altos niveles de colesterol LDL en sangre y otras enfermedades cardiovasculares. Y es que el consumo de aceite de canola alto oleico enriquecido omega 3 no sólo redujo significativamente la concentración de triglicéridos, sino que además supuso una reducción significativa del 10 % de la concentración plasmática de la proteína PCSK9 comparado con los otros tratamientos dietéticos.

El mecanismo de acción de esta proteína se basa en la destrucción de los receptores del colesterol LDL, impidiendo la captación de colesterol LDL por las células y aumentando sus concentraciones plasmáticas, lo que se traduce en un aumento del riesgo de padecer ateroesclerosis y otras enfermedades derivadas.

Estos resultados procedentes del ensayo denominado “Canola Oil Multicentre Intervention Trial (COMIT), (https://clinicaltrials.gov/ct2/show/NCT01233778), suponen la primera línea de evidencia científica relativa a los cambios de la concentración plasmática de la proteína PCSK9 tras la ingesta de diferentes tipos de grasas procedentes de la dieta.

“Como conclusión,podemos indicar que a pesar de que el mecanismo de acción del consumo de diferentes ácidos grasos sobre las concentraciones plasmáticas de PCSK9 está siendo investigado, no debemos olvidar la importancia de la grasa de la dieta en la prevencióndel riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares”, explica la investigadora de la UGR y el CIDAF Celia Rodríguez Pérez, autora principal de este estudio.

Los resultados derivados de este trabajo han sido presentados en la Conference from International Academy of Nutrition and Agingy, en la International Experimental Biology conference y publicados en las revistas internacionales Lipids and Vascular pharmacology.

Referencias bibliográficas:

Copyright© 2025 Universidad de Granada

Celia Rodríguez-Pérez, Vanu Ramkumar Ramprasath, Shuaihua Pu, Ali Sabra, Rosa Quirantes-Piné, Antonio Segura-Carretero, Peter JH Jones.2016. Docosahexaenoicacid attenuates cardiovascular risk factors via a decline in proprotein convert as a subtilisin/ketin type 9 (PCSK9) plasma levels. Lipids, 51: 75-83.

Shuaihua Pu, Celia Rodríguez-Pérez, Vanu Ramkumar Ramprasath, Antonio Segura-Carretero, Peter JH Jones. 2016. Dietary high oleic canola oil supplemented with docosahexaenoic acid attenuates plasma proprotein convertase subtilisinkexin type 9 (PCSK9) levels in participants with cardiovascular disease risk: a randomized control trial. Vascular Pharmacology, doi:10.1016/j.vph.20

Vista de una planta de canola

La investigadora del CIDAF Celia Rodríguez Pérez, autora principal de este trabajo

Contacto:

Celia Rodríguez Pérez

Departamento de Química Analítica de la Facultad de Ciencias

Centro Tecnológico de Investigación y Desarrollo del Alimento Funcional (CIDAF)

Teléfono: 958637083

Correo electrónico:LINK: --LOGIN--0a4da67d61fc2a722c43194e797d261dugr[dot]es -> --LOGIN--0a4da67d61fc2a722c43194e797d261dugr%5Bdot%5Des

Copyright© 2025 Universidad de Granada