

Campos, V.P., Portal, V.L., Markoski, M.M., Quadros, A.S., Bersch-Ferreira, Â.C., Garavaglia, J., Marcadenti, A (2019). Effects of a healthy diet enriched or not with pecan nuts or extra-virgin olive oil on the lipid profile of patients with stable coronary artery disease: a randomised clinical trial. *J Hum Nutr Diet*. doi: 10.1111/jhn.12727.

DIETA ARRICCHITA CON NOCI PECAN E PROFILO LIPIDICO IN SOGGETTI CON MALATTIA CORONARICA: RISULTATI DA UN TRIAL CLINICO RANDOMIZZATO

Al fine di valutare gli effetti di una dieta sana arricchita con noci pecan o olio extravergine di oliva sul profilo lipidico di pazienti con malattia coronarica (CAD) è stato realizzato un trial clinico randomizzato di 12 settimane su 204 soggetti con CAD stabile, di età compresa tra 40 e 80 anni. I pazienti sono stati randomizzati in 3 gruppi: il gruppo di controllo di 67 soggetti, che doveva seguire una dieta sana secondo le linee guida nazionali, il gruppo "noci pecan" di 68 soggetti la cui dieta sana era arricchita con 30 g al giorno di noci pecan e il gruppo "olio di oliva" di 69 pazienti, la cui dieta sana era arricchita con 30 ml al giorno di olio extravergine d'oliva. Al termine delle 12 settimane è emerso che tra i 3 gruppi non c'era alcuna differenza per alcuni parametri del profilo lipidico, quali colesterolo LDL, HDL, rapporto LDL/HDL e rapporto HDL/trigliceridi. Tuttavia, nel gruppo che aveva seguito la dieta arricchita con noci pecan è stata osservata una riduzione significativa dei livelli di colesterolo non-HDL e del rapporto colesterolo totale/colesterolo HDL, rispetto agli altri due gruppi, con un effetto quindi positivo su alcuni marker del profilo lipidico.