

# Revista Española de Nutrición Humana y Dietética

Spanish Journal of Human Nutrition and Dietetics



CrossMark  
click for updates

www.renhyd.org



## EDITORIAL

### Las revisiones sistemáticas son el corazón de la práctica dietética basada en la evidencia y la investigación basada en la evidencia

Eduard Baladia<sup>a,b,\*</sup>, Rodrigo Martínez-Rodríguez<sup>a,b</sup>, Eva M<sup>a</sup> Navarrete Muñoz<sup>c</sup>

<sup>a</sup> Centro de Análisis de la Evidencia Científica, Academia Española de Nutrición y Dietética, Pamplona, España.

<sup>b</sup> Red de Nutrición Basada en la Evidencia, Academia Española de Nutrición y Dietética, Pamplona, España.

<sup>c</sup> Universidad Miguel Hernández, Elche, España.

\*[j.manager@renhyd.org](mailto:j.manager@renhyd.org)

Editora asignada: Eva María Navarrete Muñoz. CIBER de Epidemiología y Salud Pública en la Unidad de Epidemiología de la Nutrición de la Universidad Miguel Hernández, España.

Recibido el 29 de junio de 2019; aceptado el 29 de junio de 2019; publicado el 30 de junio de 2019.

#### CITA

Baladia E, Martínez-Rodríguez R, Navarrete Muñoz EM. Las revisiones sistemáticas son el corazón de la práctica dietética basada en la evidencia y la investigación basada en la evidencia. Rev Esp Nutr Hum Diet. 2019; 23(3): 123-5. doi: 10.14306/renhyd.23.3.993

Según un grupo de trabajo comisionado por la *International Confederation of Dietetic Associations* (ICDA), la Práctica Dietética Basada en la Evidencia (PBE) es realizar preguntas, encontrar sistemáticamente pruebas derivadas de la investigación y evaluar su validez, aplicabilidad e importancia para su uso en la práctica clínica, así como en otros entornos. Para tomar decisiones en dietética basadas en la evidencia, es necesario combinar la experiencia y juicio de los/as nutricionistas con los/as valores (que son únicos) de sus beneficiarios (los pacientes o consumidores de las recomendaciones)<sup>1</sup>.

Pero es que no hemos inventado nada, la práctica dietética basada en la evidencia es una adaptación de la Medicina Basada en la Evidencia<sup>2,3</sup>, teniendo en cuenta a las propias dificultades y necesidades de la toma de decisiones en dietética<sup>4</sup>. Hasta la fecha, se han diseñado algunas herramientas para la elaboración de las revisiones sistemáticas y guías basadas en la evidencia como el *Grading of Recommendations, Assessment, Development, and Evaluation* (GRADE)<sup>5</sup> que está ganando adeptos en todo el mundo. De esta forma, para pasar de las investigaciones a las recomendaciones hay que realizar, entre muchas otras tareas, una búsqueda sistemática que incluya



todos los estudios relevantes<sup>5</sup> que respondan a una pregunta de importancia<sup>6</sup>, y por supuesto establecer el grado de certeza que podemos depositar en el conjunto de las investigaciones<sup>7,8</sup>; es decir, hacer una lectura crítica de dicha literatura. Y para ello, sin duda los/as nutricionistas deberán formarse en habilidades científicas como elaboración de preguntas, planteamiento de objetivos, revisión crítica de la literatura y en definitiva metodología de investigación.

Las revisiones sistemáticas bien elaboradas representan una parte importante del proceso de creación de guías o recomendaciones basadas en la evidencia, de ahí que algunos autores hayan sugerido que las revisiones sistemáticas son el corazón de la PBE<sup>9</sup> puesto que facilitan la tarea que debe realizar el profesional de la nutrición humana y la dietética. Sin embargo, es necesario, adquirir habilidades que les ayuden a decidir sobre la calidad y pertinencia de las revisiones sistemáticas que se publican.

Además del uso tradicional de las revisiones sistemáticas como cimientos de la práctica basada en la evidencia, existen otras ideas de cómo usarlas para diferentes fines.

La Investigación Basada en la Evidencia es un concepto y movimiento nacido en Noruega pero rápidamente compartida por decenas de países y cientos de investigadores e instituciones, es el uso de las revisiones sistemáticas para informar de la necesidad o no de un nuevo estudio con el objetivo de evitar el malgasto en investigación<sup>10</sup>. A pesar de que nuestra lógica nos hace pensar que las nuevas publicaciones tienen en cuenta todas las investigaciones relevantes anteriores, una evaluación de 227 metaanálisis que incluyó 1.523 ensayos controlados de asignación aleatoria (ECA) muestra que hasta el 55% de los autores no citó ningún estudio relevante<sup>11,12</sup>. También la lógica nos impulsa a pensar que ya se están usando las revisiones sistemáticas para informar nuevos estudios; sin embargo algunas investigaciones muestran que, en un tema concreto de estudio, sólo el 20% de los ECA citó una revisión sistemática para justificar un nuevo estudio<sup>11,13</sup>, que sólo el 42% de los ECA usaron una revisión sistemática para diseñar nuevos estudios<sup>11,14</sup> y que raramente se usan para poner los resultados de nueva investigación en el contexto de los resultados de todos los estudios relevantes<sup>11,15</sup>.

La implicación de la Revista Española de Nutrición Humana y Dietética en realzar el papel de las revisiones sistemáticas ha ido en aumento desde 2014, tras la publicación del editorial titulado "Las revisiones sistemáticas en nutrición: un necesario paso hacia delante"<sup>16</sup>, escrito por el investigador de Cochrane Iberoamérica Gerard Urrútia, que anunciaba la traducción y publicación de los "Ítems de referencia para publicar Revisiones Sistemáticas y Metaanálisis:

La Declaración PRISMA"<sup>17</sup>. En 2016 se publicó también, contando con la colaboración del departamento de traducción del Centro Cochrane Iberoamericano, los "Ítems de referencia para publicar Protocolos de Revisiones Sistemáticas y Metaanálisis: Declaración PRISMA-P 2015"<sup>18</sup>. Asimismo, desde 2018 la Investigación Basada en la Evidencia es también un objetivo compartido por la Revista Española de Nutrición Humana y Dietética con la traducción oficial al español de la declaración oficial<sup>19</sup>.

Sin embargo, y a pesar del interés en las revisiones sistemáticas, en lo que va de historia de la Revista Española de Nutrición Humana y Dietética, se han publicado sólo 4 revisiones sistemáticas completas<sup>20-23</sup>, 4 traducciones de lecturas críticas DARE de revisiones sistemáticas<sup>24-27</sup>, y 4 abstracts en congresos<sup>28-31</sup>.

En este año 2019 se ha publicado una *scoping review* sobre la relación entre ácidos grasos omega-3/omega-6 y la enfermedad inflamatoria intestinal<sup>32</sup>, y una revisión sistemática sobre el impacto de la suplementación de embarazadas con ácidos docosahexaenoico y su efectos en los procesos cognitivos infantiles<sup>33</sup>, lo que significa, siendo muy conscientes de lo poco que representa en cifras absolutas, aumentar en un 50% la producción de revisiones robustas en un año.

El Comité Editorial de la Revista Española de Nutrición Humana y Dietética, sigue y seguirá fomentando la publicación de revisiones robustas, y rechazando aquellas revisiones narrativas o revisiones no sistemáticas que no versen sobre temas especialmente novedosos. Esperamos recibir, a partir de este año, muchas más revisiones sistemáticas que podamos evaluar su publicación.

## CONFLICTO DE INTERESES

Los autores son editores de la Revista Española de Nutrición Humana y Dietética.

## REFERENCIAS

- (1) MacLellan D, Thirsk J. Final Report of the International Confederation of Dietetic Associations (ICDA) Evidence-based Practice Working Group. International Confederation of Dietetic Associations (ICDA); 2010.
- (2) Sackett DL, Rosenberg WM, Gray JA, Haynes RB, Richardson WS. Evidence based medicine: what it is and what it isn't. BMJ. 1996; 312(7023): 71-2.

- (3) Thoma A, Eaves FF. A brief history of evidence-based medicine (EBM) and the contributions of Dr David Sackett. *Aesthet Surg J*. 2015; 35(8): NP261-3.
- (4) Mann JI. Evidence-based nutrition: Does it differ from evidence-based medicine? *Ann Med*. 2010; 42(7): 475-86.
- (5) Guyatt G, Oxman AD, Akl EA, Kunz R, Vist G, Brozek J, et al. GRADE guidelines: 1. Introduction—GRADE evidence profiles and summary of findings tables. *J Clin Epidemiol*. 2011; 64(4): 383-94.
- (6) Guyatt GH, Oxman AD, Kunz R, Atkins D, Brozek J, Vist G, et al. GRADE guidelines: 2. Framing the question and deciding on important outcomes. *J Clin Epidemiol*. 2011; 64(4): 395-400.
- (7) Balshem H, Helfand M, Schünemann HJ, Oxman AD, Kunz R, Brozek J, et al. GRADE guidelines: 3. Rating the quality of evidence. *J Clin Epidemiol*. 2011; 64(4): 401-6.
- (8) Guyatt G, Oxman AD, Sultan S, Brozek J, Glasziou P, Alonso-Coello P, et al. GRADE guidelines: 11. Making an overall rating of confidence in effect estimates for a single outcome and for all outcomes. *J Clin Epidemiol*. 2013; 66(2): 151-7.
- (9) Stevens KR. Systematic reviews: the heart of evidence-based practice. *AACN Clin Issues*. 2001; 12(4): 529-38.
- (10) Lund H, Brunnhuber K, Juhl C, Robinson K, Leenaars M, Dorch BF, Jamtvedt G, Nortvedt MW, Christensen R, Chalmers I. Towards evidence based research. *BMJ*. 2016; 355: i5440.
- (11) Lund H. Evidence-based Research: a step between past and future research. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2019; 23(Supl 1): 84-5.
- (12) Robinson KA, Goodman SN. A Systematic Examination of the Citation of Prior Research in Reports of Randomized, Controlled Trials. *Ann Intern Med*. 2011; 154(1): 50.
- (13) Engelking A, Cavar M, Puljak L. The use of systematic reviews to justify anaesthesiology trials: A meta-epidemiological study. *Eur J Pain*. 2018; 22(10): 1844-9.
- (14) Bhurke S, Cook A, Tallant A, Young A, Williams E, Raftery J. Using systematic reviews to inform NIHR HTA trial planning and design: a retrospective cohort. *BMC Med Res Methodol*. 2015; 15: 108.
- (15) Clarke M, Hopewell S. Many reports of randomised trials still don't begin or end with a systematic review of the relevant evidence. *J Bahrain Med Soc*. 2013; 24(3): 145-8.
- (16) Urrútia G. Las revisiones sistemáticas en nutrición: un necesario paso hacia delante. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2014; 18(3): 116-7.
- (17) Moher D, Liberati A, Tetzlaff J, Altman DG, The PRISMA Group. Ítems de referencia para publicar Revisiones Sistemáticas y Metaanálisis: La Declaración PRISMA. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2014; 18(3): 172-81.
- (18) Moher D, Shamseer L, Clarke M, Ghersi D, Liberati A, Petticrew M, Shekelle P, Stewart LA, PRISMA-P Group. Ítems de referencia para publicar Protocolos de Revisiones Sistemáticas y Metaanálisis: Declaración PRISMA-P 2015. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2016; 20(2): 148-60.
- (19) Lund H, Brunnhuber K, Juhl C, Robinson K, Leenaars M, Dorch BF, Jamtvedt G, Nortvedt MW, Christensen R, Chalmers I. Hacia la investigación basada en la evidencia. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2018; 22(1): 92-100.
- (20) Cohen AK, Christine PJ, El-Sayed AM. Social patterning of obesity in Spain: A systematic review of the relationship between education and obesity. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2013; 17(2): 47-53.
- (21) Guimarães NS, Fausto MA, Kakehasi AM, Marliere Navarro A, Tupinambás U. Can anthropometry measure the body fat of people living with HIV/AIDS? A systematic review. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2017; 21(2): 101-11.
- (22) Martínez-Rodríguez A, Tundidor-Duque RM, Alcaraz PE, Rubio-Arias JA. Estrategias dietéticas y composición corporal en halterofilia de élite: Revisión Sistemática. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2017; 21(3): 237-47.
- (23) Raffoul Orozco AK, Ávila González AE, Cancela Carral JM. Efectos de la ingesta de naringina en combinación con el ejercicio sobre respuestas clínicas: Una Revisión Sistemática. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2018; 22(1): 21-30.
- (24) Almendra-Pegueros R. La adherencia a la dieta Mediterránea puede enlentecer la tasa de detrimento cognitiva y reducir el riesgo de demencia; revisión sistemática: Lectura Crítica DARE. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2017; 21(4): 397-9.
- (25) Megias Gamarra A. Vitamina D, cognición y demencia; revisión sistemática y metaanálisis: Lectura Crítica DARE. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2017; 21(4): 400-2.
- (26) Tomás Laparra A. Revisión sistemática y metaanálisis de los diferentes enfoques dietéticos para el tratamiento de la diabetes tipo 2: Lectura Crítica DARE. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2017; 21(4): 393-6.
- (27) Rendo-Urteaga T. Efectividad de las intervenciones de estilos de vida en la obesidad infantil; revisión sistemática con metaanálisis: Lectura Crítica DARE. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2017; 21(4): 403-6.
- (28) Camacho S, Baladía E, Aguilar-Barrera E, Buhning K, Marques ME, Martínez-Rodríguez R, Martínez P, Garroz R. Estigmatización y discriminación en personas con obesidad por parte de los Nutricionistas: Revisión sistemática de revisiones sistemáticas y metaanálisis. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2019; 23(Supl 1): 54-5.
- (29) Aguilar-Barrera E, Buhning K, Marques ME, Martínez-Rodríguez R, Martínez P, Camacho S, Garroz R, Baladía E. Suplementación con magnesio y control metabólico en diabetes. Revisión sistemática de revisiones sistemáticas y metaanálisis. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2019; 23(Supl 1): 144-6.
- (30) Aguilar-Barrera E, Buhning K, Baladía E, Marques ME, Martínez-Rodríguez R, Martínez P, Camacho S, Garroz R. Aplicaciones móviles para la pérdida de peso: Revisión sistemática de ensayos clínicos controlados. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2019; 23(Supl 1): 56-7.
- (31) López-Grueso. Presentación de todas las pruebas científicas en la efectividad de ayudas ergonutricionales para mejorar el rendimiento y salud de deportistas: revisión de revisiones sistemáticas. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2019; 23(Supl 1): 30-1.
- (32) Gutierrez-Hervás A, García-Sanjuán S, Gil-Varela S, Sanjuán-Quiles Á. Relación entre ácidos grasos omega-3/omega-6 presentes en la dieta y enfermedad inflamatoria intestinal: Scoping review. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2019; 23(2): 92-103.
- (33) Enríquez-Canto Y, Díaz-Gervasi G, Crisóstomo-Robles D. Suplementación en gestantes con ácido docosahexaenoico y su efecto en los procesos cognitivos infantiles: revisión sistemática. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. 2019; 23(3): 136-52.