

Associazione tra modelli alimentari e salute cardiometabolica nei bambini: risultati dello studio longitudinale CORALS (Childhood Obesity Risk Assessment Longitudinal Study)

Le abitudini alimentari influenzano la salute fin dall'infanzia, con effetti che possono persistere per tutta la vita. Questo studio ha avuto l'obiettivo di analizzare l'associazione tra modelli alimentari e marcatori di rischio cardiometabolico nella prima infanzia. È stata condotta un'analisi trasversale all'interno della coorte dello studio longitudinale CORALS (Childhood Obesity Risk Assessment Longitudinal Study). La dieta è stata valutata tramite un questionario di frequenza alimentare validato. I pattern dietetici sono stati identificati mediante analisi fattoriale esplorativa. Il rischio cardiometabolico è stato analizzato attraverso punteggi z interni, indice di massa corporea (BMI), pressione sistolica, colesterolo HDL (HDL), trigliceridi e HOMA-IR, utilizzando modelli di regressione lineare multivariata. L'analisi ha incluso 1.426 partecipanti (età mediana 4,95 anni). Sono stati identificati due pattern alimentari:

- “Core-foods DP”, ricco di verdura, frutta, frutta secca, legumi, pesce e carne bianca;
- “Poor-quality DP”, caratterizzato da prodotti lattiero-caseari aromatizzati, carne processata, dolci, snack, alimenti pronti, oli vari e bevande zuccherate.

Il pattern “Core-foods” è risultato inversamente associato al BMI ($B = -0,07$; $p = 0,034$). Il pattern “Poor-quality” è invece risultato associato positivamente ai trigliceridi ($B = 0,09$; $p = 0,015$) e a una maggiore probabilità di sovrappeso ($OR = 1,33$; IC 95%: 1,13–1,56), oltre che inversamente associato all'HDL ($B = -0,08$; $p = 0,036$). Il pattern alimentare di bassa qualità è associato a un aumento dei marcatori di rischio cardiometabolico nei bambini in età prescolare, evidenziando l'importanza della dieta nella prevenzione precoce di obesità e disturbi cardiometabolici.

FONTE

Gheorghita I, Gispert-Llauradó M, Escribano J, Jurado-Castro JM, Babio N, Leis R, Moreno LA, Navas-Carretero S, Corella D, Moreira A, Castro-Collado C, Vázquez-Cobela R, Alcázar M, Miguel-Berges ML, Martínez JA, Pastor-Villaescusa B, Picáns-Leis R, Mimbbrero G, De Miguel-Etayo P, Flores-Rojas K, Gil-Campos M, Salas-Salvadó J, Luque V; CORALS study investigators. “Association between dietary patterns and cardiometabolic health in children: findings from the Childhood Obesity Risk Assessment Longitudinal Study (CORALS) cohort.” *Pediatr Res.* 2026 Apr 14. doi: 10.1038/s41390-026-04889-6. Online ahead of print