Estudio

predimed plus

TF:900 701 189

GRATUITO

BAJARÁ DE PESO

CON DIETA MEDITERRÁNEA

IMIM-Endocrinología Hospital del MAR

Email: **predimedplus@imim.es**

IMIM Parc de Salut MAR Barcelona
Institut Hospital del Mar d'Investigacions Mèdiques

predimed plus

¿POR QUÉ EL ESTUDIO PREDIMED-PLUS?

La obesidad comporta un aumento del riesgo de padecer enfermedades como diabetes y los infartos.

Se le invita a participar en este estudio GRATUITO con el objetivo de ayudarle a mejorar su alimentación, mediante una dieta Mediterránea enriquecida con aceite de oliva y frutos secos, y aumentar su actividad física, con la intención de perder peso y mantenerlo a largo plazo, disminuir la probabilidad de padecer enfermedades cardiovasculares y mejorar su calidad de vida.

Se le proporcionará la cantidad necesaria de aceite de oliva virgen extra y frutos secos para seguir esta dieta a lo largo del estudio.

CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- Edad: 55 - 75 años en hombres / 60-75 en mujeres).
- IMC ≥ 27 y < 40 kg/m^2
- Al menos 3 de los criterios de Síndrome Metabólico:
  - Obesidad Abdominal (circunfer. cintura ♂ >102cm ,♀ >88cm)
  - Trigliceridos altos (>150 mg/dL) o tratamiento
  - HDL colesterol bajo (♂ <40 mg/dL y ♀ <50 mg/dL) o tratamiento
  - Azúcar en sangre alterada (>100 mg/dL), o tratamiento diabetes
  - Presión arterial alta (TAS>130,TAD>85mmHg) o tratamiento.

predimed plus

Estamos en Parc de Recerca Biomèdica de Barcelona
Al lado del Hospital del Mar

Carrer Dr. Aiguader 88
Metro Linea 4, Amarilla, estación de Vila Olimpica
BUS: D20, 36, 45, 59, V21

PARA MAS INFORMACIÓN

LLAME

TF **900 70 11 89**

IMIM
Parc de Salut MAR Barcelona
Institut Hospital del Mar d'Investigacions Mèdiques