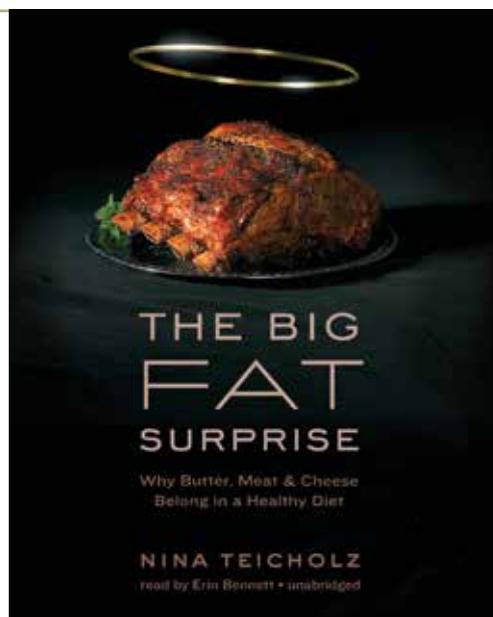


Reseña The Big Fat Surprise (La grasa no es com la pintan)

The Big Fat Surprise
Nina Teicholz. Simon &
Schuster.
Pp 496.
ISBN 9781451624434



Libro Grasa y enfermedad cardiovascular: desafiando el dogma

Este libro enojará a muchos lectores. Si usted piensa que las grasas saturadas y el colesterol son malos para su salud, se va a enojar. Si usted cree que el cuento de la grasa es exagerado, se va a enojar. Si usted confía en la objetividad de la ciencia para informar las políticas en salud, se va a enojar. El *bestseller* *The Big Fat Surprise* (traducido al español como *La grasa no es como*

la pintan), de Nina Teicholz, contiene sorprendentes historias de corrupción científica y culpabilidad de las agencias gubernamentales. Este es un inquietante libro sobre la incompetencia científica, la ambición evangélica y el silenciamiento implacable de los que piensan de otro modo, que ha sido parte de nuestras vidas durante décadas.

Es importante que las personas confíen en los científicos. A pesar del creciente número de artículos retractados, la sociedad sigue ubicando a los científicos entre las profesiones con mayor confianza. En el

Índice de Veracidad Ipsos MORI de 2016 del Reino Unido, el 80 % del público británico confiaba en los científicos. Infortunadamente, esto puede cambiar con la afirmación de Teicholz de que el público fue engañado para que pensará que altos niveles de grasas saturadas en la dieta son la causa de las enfermedades cardiovasculares.

Una ciencia pobre fue el comienzo del problema, afirma Teicholz. *The Big Fat Surprise* nos cuenta que Ancel Keys fue el que formuló y promovió la hipótesis dieta-corazón. Él se embarcó en un estudio epidemiológico, el Estudio de los Siete Países, que pretendía identificar una correlación entre las grasas saturadas en la dieta y la enfermedad cardiovascular. Los primeros resultados publicados de este estudio parecían apoyar la relación entre el consumo de grasas y la enfermedad cardiovascular, pero Teicholz nos cuenta de un sesgo en la selección de los países y en los datos (excluyendo muchos datos de un país). Estas limitaciones harían que, hoy en día, fuera difícil publicar este estudio en una revista de prestigio. Adicionalmente, el tiempo de seguimiento fue corto, y cuando se recolectaron datos a más largo plazo, estos no apoyaron la hipótesis, pero en muchos casos estos resultados no fueron publicados.

Parte de este proceso científico es una rigurosa revisión y debate de pares. Muchas voces se alzaron en contra de la interpretación del Estudio de los Siete Países. Sin embargo, la contradicción fue a penas tolerada y Teicholz describe cómo las discusiones se degeneraron en ataques personales. La autora explica cómo sucedió esto en la segunda mitad del siglo XX.

“Los investigadores, médicos y asesores de política en salud deben leer este provocativo libro que nos recuerda la importancia de una buena ciencia y la necesidad de desafiar los dogmas...”

Después de infarto cardiaco, el presidente de Estados Unidos, Dwight Eisenhower, ofreció el apoyo del gobierno para impulsar la investigación científica sobre las grasas en la dieta y la enfermedad cardiovascular. En consecuencia, los proponentes de la relación entre la grasa en la dieta y la enfermedad cardiovascular estaban en auge y obtuvieron cargos como asesores del gobierno y miembros de juntas

editoriales y en los organismos que otorgan subvenciones. Desde estas posiciones de poder silenciaron a sus críticos, dificultando la publicación de artículos que contradijeran sus opiniones. Adicionalmente, tal y como lo menciona Teicholz, los investigadores que solicitaron subvenciones para investigaciones que podrían contradecir a los principales líderes de opinión en el debate de la grasa fueron rechazados. Teicholz informa que a un candidato le respondieron que “Su oposición hacia Keys le va a costar la subvención”. Hoy en día, en la ciencia continúan las críticas hacia la revisión de pares porque es probable que los revisores no estudien objetivamente los resultados que contradigan su propio trabajo. Cuando las subvenciones de investigación y las publicaciones dependen de la buena fe de los revisores, se puede suprimir la ciencia que desafía el dogma.

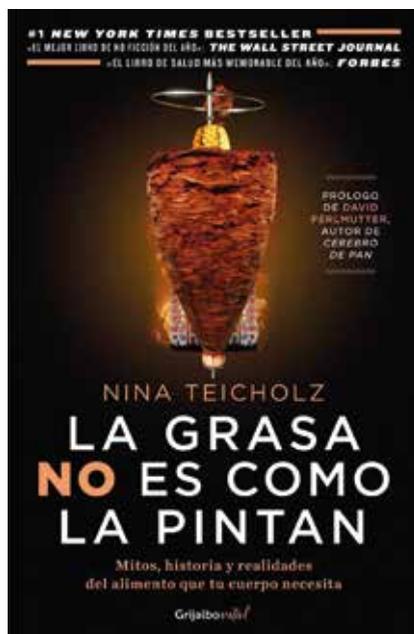
Teicholz reporta que las agencias responsables de proteger la salud también fueron cómplices al proporcionar consejos basados en la débil ciencia de unos pocos líderes de opinión. Parece que las promesas de financiación masiva, junto con una insuficiente evaluación rigurosa de la fuerza de la evidencia, resultaron en posiciones muy arraigadas sobre el consumo de grasas en la dieta. El mantra de las dietas basadas en grasas se estableció con base en los datos epidemiológicos, pero ignorando la evidencia de intervenciones científicas directas con grasas saturadas en la dieta. Hoy en día es posible encontrar paralelos con otras recomendaciones dietéticas, en las que se promueven y condenan alimentos con base en la ausencia de evidencia científica o en evidencia científica pobre.

The Big Fat Surprise es una narrativa atrapante, pero puede ser que los lectores sean incrédulos frente a algunas de las afirmaciones de Teicholz y quieran verificar las referencias. Cuando se leen muchos de estos artículos desde una perspectiva crítica, la ira y la angustia aumentan. Teicholz nos recuerda cuestionar críticamente la investigación y, lo que es más importante, desafiar la extrapolación injustificada; recordando que las asociaciones no suministran evidencia de causalidad y de que debemos estar alerta ante una mala interpretación y el ocultamiento de resultados inconvenientes.

Los investigadores, médicos y asesores de política en salud deben leer este provocativo libro que nos

recuerda la importancia de una buena ciencia y la necesidad de desafiar los dogmas, especialmente cuando (con las mejores intenciones) las agencias pueden utilizar datos científicos para abogar por cambios sociales. *The Big Fat Surprise* también muestra que la búsqueda por una verdad científica no debe subsumirse a la ambición personal. Adicionalmente, al desafiar la demonización de las grasas saturadas, este libro nos invita a desafiar otros supuestos hechos.

Stuart Spencer
Stuart.spencer@lancet.com



Respuesta a la crítica de la reseña de *The Big Fat Surprise*

Henry Blackburn y sus colegas, los líderes activos del Estudio de los Siete Países (ESP) criticaron una reseña de mi libro *The Big Fat Surprise* por no ser lo suficientemente escéptico. Sin embargo, varias de las críticas de los autores no están basadas en evidencia.

Los autores reclaman que mi libro afirmó incorrectamente un sesgo en la selección de los países para el ESP. En su defensa, los autores citan un artículo publicado por un grupo de incidencia que promueve

las creencias de Angel Keys, principal investigador del ESP, que afirma que “si bien es verdad que la selección de cohortes no fue aleatoria, la selección se basó en la practicidad y en la variación dietética”. Un enfoque no aleatorio permite la existencia de un sesgo. *The Big Fat Surprise* documenta cómo, a comienzos de la década de los 50, Keys estudió las dietas y lípidos de poblaciones en todo el mundo, permitiéndole a él y sus colegas saber, *a priori*, qué países soportarían sus hipótesis. Ya sea que fuera a propósito o no, Keys no seleccionó ningún país cuyos datos podrían haber contradicho su hipótesis, una clara manifestación de sesgo.

Blackburn y sus colegas también se equivocan al decir que yo culpo erróneamente a Keys por las dietas bajas en grasas. Dejé muy claro que Keys inicialmente sugirió que las grasas totales son la causa de la enfermedad cardiovascular, pero “que a mediados de la década de los 50, Keys comenzó a apartarse de su idea de que las grasas totales eran la principal causa de la enfermedad cardiovascular”, y cambió su enfoque hacia las grasas saturadas específicamente como el principal culpable dietético.

Declaro que no hay conflicto de intereses.

Nina Teicholz
nt40@nyu.edu

1. Blackburn H, Jacobs Jr D, Kromhout D, Menotti A. Review of *Big Fat Surprise* should have questioned author's claims. *Lancet* 2018; **392**: 1014.
2. Spencer S. Fat and heart disease: challenging the dogma. *Lancet* 2017; **390**: 731.
3. Teicholz N. *The big fat surprise*. New York, NY: Simon & Schuster, 2014
4. Pett K, Kahn J, Willett WC, Katz DL. Ancel Keys and the Seven Countries Study: an evidence-based response to revisionist histories. Ago 1, 2017. https://www.truehealthinitiative.org/wordpress/wp-content/uploads/2017/07/SCS-White-Paper-THI_8-1-17.pdf (visitado el 4 de feb de 2019).