

Por Nancy A. Melville

Pacientes com doença cardiovascular ou alto risco cardiovascular que adotaram uma dieta vegetariana por pelo menos seis meses apresentaram melhora significativa nos principais fatores de risco cardiovascular, como colesterol, controle glicêmico e peso corporal, segundo metanálise de estudos controlados randomizados.

"Até onde sabemos, esta é a primeira metanálise baseada em evidências de estudos controlados randomizados a avaliar a associação de dietas vegetarianas a desfechos [clínicos] em pacientes acometidos por doenças cardiovasculares", disseram os autores da pesquisa. O estudo foi [publicado on-line](#) em 25 de julho no periódico JAMA Network Open.

[Leia aqui na íntegra.](#)

Fonte: Medscape, em 03.08.2023