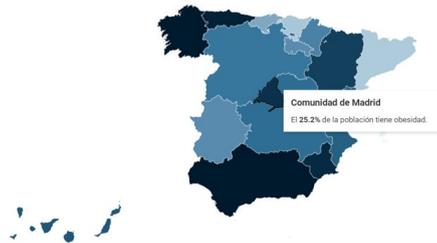


El **sobrepeso** y la **obesidad** constituyen un enorme problema de salud, pues llevan asociadas enfermedades como la diabetes, las enfermedades cardiovasculares, problemas óseos y articulares, entre otros. Es un problema extendido en todo el mundo y de forma muy importante en España.

Personas con obesidad



No todas las dietas o fármacos tienen éxito y no todas las personas responden igual a los tratamientos para la obesidad. A esto lo llamamos **variabilidad interindividual** y depende de diferentes **factores** como nuestros **genes, bacterias intestinales** y **estilo de vida**.



El CSIC, en el **Instituto de Ciencia y Tecnología de Alimentos y Nutrición (ICTAN)**, va a realizar un estudio financiado por el Ministerio de Ciencia e Innovación¹ para conocer la eficacia del **café verde sin tostar**, rico en **compuestos saludables**, como herramienta dietética sencilla para ayudar a combatir el sobrepeso/obesidad y las enfermedades asociadas.



Buscamos:

- ⇒ **Mujeres y hombres** de 20 a 65 años.
- ⇒ No fumadores, no vegetarianos.
- ⇒ Que no estén tomando medicación para colesterol, azúcar, ni antibióticos.
- ⇒ Con **sobrepeso u obesidad**: tu **Índice de Masa Corporal (IMC)** debe ser mayor o igual a 25,0. Puedes calcularlo tú mismo con la fórmula de abajo o con ayuda de tu farmacéutico.

$$IMC = \frac{\text{peso (Kg)}}{\text{altura}^2 \text{ (m)}}$$

¹PID2020-114102RB-I00: 'Estudio exploratorio de la variabilidad interindividual en la respuesta al consumo de un café verde rico en polifenoles y factores que influyen en la respuesta'.

Si estás interesado en colaborar con nosotros **¿En qué consiste tu participación?**

1. Te invitaremos a **venir a nuestro centro de investigación, el ICTAN**, donde los investigadores responsables te explicarán todos los detalles del estudio y podrás aclarar todas tus dudas.
2. Si aceptas participar, el protocolo a seguir es muy **sencillo**: te proporcionaremos unos **sobres de café** que tendrás que tomar diariamente durante varias semanas.



3. Durante el estudio tendrás que cumplimentar una serie de **cuestionarios** sobre hábitos de vida y dieta. Tendrás que venir varias veces al ICTAN para que estudiemos tu **composición corporal** (peso, porcentaje de grasa, etc.) y para proporcionarnos muestras de **sangre, orina y heces**. Haremos distintos análisis biológicos, genéticos, de la **microbiota** intestinal y de tu **gasto energético**. Tu farmacéutico también hará un seguimiento de tu peso y atenderá tus dudas.

El estudio dura 30 semanas en total. Tu participación es voluntaria y los datos serán tratados confidencialmente².

Cuando finalice el estudio, te daremos **toda la información analítica, perfil genético y consejo personalizado** para que mejores tu dieta y estilo de vida en función de los resultados que hayamos obtenido de tus análisis.

TRABAJAMOS PARA MEJORAR TU SALUD

GRACIAS POR TU INTERÉS EN ESTA INVESTIGACIÓN



²Los voluntarios podrán ejercer los derechos de acceso, rectificación o supresión, cancelación, oposición y portabilidad en cualquier momento. Sus datos se tratarán de acuerdo con el RGPD (Reglamento (UE) 2016/679).

CONSULTA CON TU FARMACÉUTICO

Para más información y participación en el estudio

Contactar con las investigadoras responsables del proyecto:

greencof@ictan.csic.es

Dra. Laura Bravo:

91 549 2300 Ext. 436350

Dra. Beatriz Sarriá:

91 549 2300 Ext. 436342

Estamos en la C/ de José Antonio Novais, 10, 28040 Madrid (Ciudad Universitaria).



Más información:

Con la colaboración de:

SEFAC

Sociedad Española de Farmacia
Clínica, Familiar y Comunitaria



GREENCOF



¿Quieres comprobar si el café verde te puede ayudar a perder peso y mejorar tu salud?

¿Sabes que no todos respondemos igual a dietas y suplementos para adelgazar?

Ayuda PID2020-114102RB-I00, Retos de Investigación 2020, financiada por:

