

Tabla 1. Resultados de la búsqueda sistemática de artículos científicos: características de los sujetos e intervención dietética (palabras clave: beetroot, blood pressure, exercise).

Referencia	Sujetos	Nitrato/día (mmol)	Duración de la intervención (días)
Thompson KG <i>et al.</i> (2014) ²²	activos sanos	5	1
Wylie LJ <i>et al.</i> (2013) <i>a</i> ¹⁸	activos sanos	4,2 / 8,4 / 16,8	1
Wylie LJ <i>et al.</i> (2013) <i>b</i> ¹⁸	activos sanos	4,2 / 8,4 / 16,8	1
Kelly J <i>et al.</i> (2012) ²⁸	activos sanos	9,6	2,5
Murphy M <i>et al.</i> (2011) ²³	activos sanos	8,06	1
Engan HK <i>et al.</i> (2012) ²⁴	buceadores entrenados	5	1
Vanhatalo A <i>et al.</i> (2011) ²⁵	activos sanos	9,3	1
Lansley KE <i>et al.</i> (2011) ²⁶	ciclistas de competición	6,2	1
Kenjale AA <i>et al.</i> (2011) ²¹	EAP	8,25	1
Lansley KE <i>et al.</i> (2010) ²⁷	activos sanos	6,2	6
Vanhatalo A <i>et al.</i> (2010) ¹⁹	activos sanos	5,2	15
Kerley CP <i>et al.</i> (2015) ²⁹	EPOC	12,9	1
Wilkerson DP <i>et al.</i> (2012) ²⁰	ciclistas entrenados	6,2	1

EAP: enfermedad arterial periférica. EPOC: enfermedad pulmonar obstructiva crónica.