vinetur

La hipertensión empeora con el consumo de alcohol

Pasarse del consumo moderado al consumo excesivo puede acarrear serios problemas para la salud

miércoles 7 de marzo de 2012



El consumo excesivo, abusivo de alcohol o el alcoholismo son siempre perjudiciales para la salud

Aunque un consumo moderado de vino puede reportarnos beneficios para nuestra salud, tal y como evidencian numerosos estudios serios realizados por universidades y hospitales en todo el mundo, ello no puede servir como motivo condescendiente para

los excesos. El consumo abusivo de cualquier bebida alcohólica es perjudicial para la salud, es por ello que numerosos estudios tratan de concienciarnos de la delgada línea que existe entre la moderación y el consumo abusivo o el alcoholismo; y porque nunca hay que sobrepasarla.

Así, una investigación elaborada por médicos del Hospital Universitario Ntra. Sra. de Candelaria de Canarias, ha comprobado que, junto a la obesidad y el exceso de colesterol, dos nuevos factores de riesgo dificultan un buen control de la hipertensión arterial: el consumo de alcohol –aunque sea mínimo- y una elevada frecuencia cardíaca por encima de los 80 latidos por minuto

Su trabajo en el ámbito epidemiológico sobre los factores asociados al conocimiento y el control de la hipertensión arterial en Canarias, recientemente publicado en la Revista Española de Cardiología, recoge aportaciones novedosas sobre esta enfermedad tras estudiar una cohorte de más de 6.500 canarios con edades comprendidas entre los 18 y los 75 años, que fueron reclutados aleatoriamente en todas las islas.

Este mismo grupo de investigadores había participado hace unos meses en la publicación de otro artículo, en la misma revista científica (Rev. Esp Cardiol. 2011; 64: 295-304), que comparó la prevalencia de hipertensión en 10 comunidades autónomas, de cuyos resultados se desprendía que Canarias presentaba los valores más altos de España y llegaba a alcanzar el 50% en los hombres mayores de 35 años de edad.

“Los pacientes hipertensos diagnosticados se encuentran mejor tratados y más informados que hace 20 años, gracias a la labor efectuada desde la red de los centros de salud y los hospitales”, explica Antonio Cabrera, director del grupo.

“En la actualidad, el 65% de personas con esta enfermedad conoce que la tiene y casi el 40% de las mujeres logra controlarla. No obstante, se debe reconocer la mejoría alcanzada fruto del esfuerzo de muchos profesionales porque los últimos datos conocidos de finales de siglo pasado hablaban de sólo un 10% de control”.

Sin embargo, existe un grupo poblacional con un perfil muy concreto –hombre joven aparentemente sano y que no suele acudir al médico- que no sabe que padece hipertensión, por lo que se hace necesario incrementar el cribado oportunista en estas

personas para localizarlas a tiempo y que puedan seguir tratamiento antes de presentar consecuencias graves. La hipertensión es causa directa de hemorragias cerebrales, infartos de miocardio y patologías renales que pueden derivar en diálisis.

Alcohol y frecuencia cardiaca, factores de riesgo Los resultados más novedosos que aporta la investigación podrían tener utilidad en la práctica clínica, pues al menos el 60% de los canarios hipertensos con tratamiento presenta serios problemas para controlar su enfermedad. En este sentido, los médicos y enfermeros que atienden a estos pacientes podrán insistir en el consejo sobre rebajar el sobrepeso y la hipercolesterolemia, que ayudarán a poner coto a la hipertensión.

Además, estos profesionales podrán intensificar su lucha contra esta enfermedad dado que el trabajo también pone de manifiesto el papel que cumplen otros dos factores modificables, como son el consumo de alcohol y la frecuencia cardiaca.

La ingesta de estas bebidas con alta graduación está aceptada culturalmente en nuestra sociedad siempre y cuando se esté sano. La medicina actual considera que el consumo moderado –una copa de vino o un vaso de cerveza- es saludable. Sin embargo, no ocurre así cuando se padece de hipertensión arterial.

“Este estudio ha demostrado que el consumo de alcohol, aunque sea ínfimo, dificulta el control de la hipertensión”, recalca el investigador, “por lo que todo paciente con este hábito debería plantearse dejarlo si no logra mantener su presión arterial en valores normales”. El segundo factor es la frecuencia cardiaca.

El ritmo acelerado de los latidos del corazón es un signo preocupante asociado a la hipertensión. “La evidencia es clara en individuos cuyo ritmo cardiaco supera la barrera de los 80 latidos por minuto. Pero para este caso, la farmacología cuenta con aliados, como son los betabloqueantes”, matiza Cabrera.