

Estudio demostró que controlar la presión arterial reduce riesgo de demencia

Una investigación trascendental llevada a cabo por científicos del **Southwestern Medical Center** ha demostrado que **la reducción de la presión arterial en pacientes con hipertensión puede disminuir sustancialmente el riesgo de desarrollar demencia y deterioro cognitivo.**

Los hallazgos de este ensayo clínico de fase 3, que involucró a 33.995 individuos con hipertensión en comunidades rurales de China, **subrayan la crucial importancia de implementar un control más intensivo de la presión arterial en la población hipertensa a nivel global para mitigar la creciente carga de la enfermedad de demencia.**

El equipo de investigación, liderado por el Dr. Jiang He del departamento de Epidemiología del centro estadounidense, **implementó una estrategia innovadora para el control de la presión arterial.**

Con la colaboración de 'médicos de aldea', **se monitoreó la presión arterial de participantes mayores de 40 años en más de 163 zonas rurales de China.**

El grupo de intervención, compuesto por 17.407 pacientes, recibió medicación antihipertensiva y se les brindó asesoramiento detallado sobre cómo medir su presión arterial en casa, además de recomendaciones para adoptar un estilo de vida más saludable.



Estas recomendaciones incluyeron dietas orientadas a la pérdida de peso, la reducción del consumo de sodio y la moderación en la ingesta de alcohol.

En contraste, los participantes en los grupos de control únicamente recibieron formación básica y se les midió la presión arterial en centros de salud.

Tras un periodo de seguimiento de cuatro años, los investigadores observaron que los pacientes del grupo de intervención lograron un control significativamente mejor de su presión arterial, manteniéndola por debajo de 130/80 mm Hg, en comparación con el grupo de control.

De manera destacable, este grupo también experimentó una reducción sustancial del 15 % en el riesgo de demencia por cualquier causa y una disminución del 16 % en el riesgo de deterioro cognitivo.

“Esto concuerda con un informe histórico publicado el año pasado en *The Lancet*, que destacaba que la hipertensión arterial no tratada era uno de los catorce factores de riesgo que explican casi la mitad de los casos de demencia en todo el mundo”, comentó Julia Dudley, directora de investigación de Alzheimer’s Research UK, quien no participó en este estudio.



Si bien actualmente no se establece una correlación directa y única entre la demencia y la hipertensión, **“ya que los mecanismos de la demencia son mucho más complejos”**, según explicó el investigador del Instituto Cajal-CSIC Ricardo Martínez Murillo, quien tampoco estuvo involucrado en la investigación publicada en *Nature Medicine*, **la hipertensión sí representa un factor de riesgo adicional que se suma a otros elementos que influyen en el desarrollo de esta condición mental, como el tabaquismo o la diabetes.**

Se ha observado que una menor irrigación sanguínea en el cerebro conduce a una disminución de la supervivencia neuronal, lo que a su vez se traduce en un deterioro de la conexión entre las neuronas.

Los resultados de este estudio **resaltan la necesidad urgente de una adopción más amplia de estrategias de control intensivo de la presión arterial** como una medida preventiva clave para reducir la incidencia de demencia y deterioro cognitivo a nivel global.

Con información de VF