

La rebaixa de la pressió arterial de 14 a 12 redueix un 25% els infarts

Un assaig planteja canviar les recomanacions a partir dels 50 anys

ANA MACPHERSON
Barcelona

La pressió arterial *bona* podria passar de 14/9 a 12/8. Un estudi publicat aquest dilluns al *New England Journal of Medicine* (Sprint), patrocinat pels Instituts Nacionals de Salut dels EUA i desenvolupat amb més de 9.000 participants, ha posat en marxa el debat sobre si cal fer un canvi en les guies de prevenció cardiovascular, atès que s'ha pogut demostrar un clar benefici entre pacients hipertensos d'alt risc que van mantenir la pressió sanguínia en 12/8 en lloc del fins ara recomanat, 14/9.

El benefici no és petit: un 25% millor en problemes greus com ictus, infart, angina de pit, síndrome coronària aguda i mortalitat cardiovascular. L'altra cara de la moneda és que per arribar a aquestes xifres van augmentar la medicació en comparació amb la que es dona habitualment per aconseguir una tensió de 14/9. I van tenir més efectes indesitjables, com marejos, desmaigs i fallades en la funció renal.

"L'assaig té una part molt positiva, que demostra que controlar millor la tensió arterial té un clar impacte en la morbiditat i la mortalitat cardiovascular", explica el metge de família Carles Brotons, membre del grup europeu de guies de prevenció cardiovascular. "Però no el podem traslladar a la pràctica clínica tan fàcilment, perquè de l'assaig està exclòs un ampli nombre de pacients: els diabètics, els que han tingut un ictus i els que tenen una hipertensió no greu. Caldrà continuar investigant i aplicar aquestes millores de manera molt personalitzada i ampliant el control sobre els problemes renals, per exemple. Haurem d'estudiar molt cada cas, perquè afegir una pastilla més per a tota la vida a una persona que ja en pren moltes és augmentar les possibilitats que no compleixi amb la medicació".

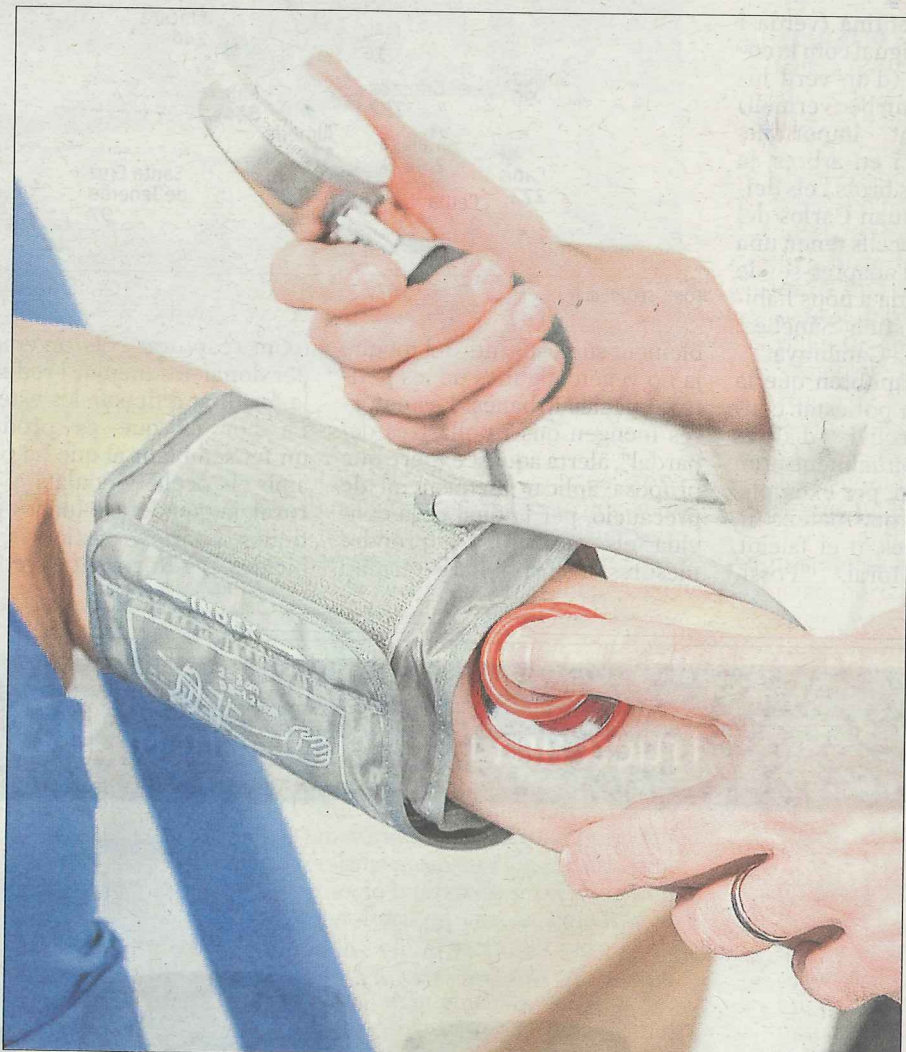
Estudis epidemiològics ja havien mostrat que augmentaven els problemes quan la pressió sistòlica, la xifra gran, passava d'11 (115 mmHg), però fa uns quants anys es va acordar que es

considerava hipertensió 139 mmHg (14 de màxima). I també es va decidir que a partir dels 75 anys es podia ser menys exigent perquè, amb l'edat, la pressió sistòlica és de manera natural més alta, atès que les artèries són més rígides. Així doncs, es considerava una bona xifra no passar de 150. "Això desapareixerà, caldrà rectificar, perquè l'estudi prova que hi ha un gran benefici quan es rebaixa també en aquestes edats", indica Brotons.

"A Espanya el 47% dels homes i el 39% de les dones entre 35 i 74 anys són

hipertensos", afirma l'epidemiòleg expert en problemes cardiovasculars de l'IMIM Roberto Elosúa i un dels autors d'aquesta investigació. "I el 45% no ho saben".

Aquest canvi possible en els objectius en hipertensió augmentarà la despesa en medicaments –necessitarà més pastilles– i en visites mèdiques i controls, "però té la mateixa eficàcia, malgrat que és més difícil de fer, menjar amb menys sal, aprimar-se i caminar 30 minuts al dia a pas lleuger", assegura l'epidemiòleg de l'IMIM.●



MEDIAFORMEDICAL / EMMANUEL ROGUE / GETTY

El 47% dels homes i el 39% de les dones a Espanya són hipertensos