



► 12 Noviembre, 2015

# La rebaja de la presión arterial de 14 a 12 disminuye un 25% los infartos

*Un ensayo plantea cambiar las recomendaciones a partir de los 50 años*

**ANA MACPHERSON**  
 Barcelona

La presión arterial *buena* podría pasar de 14/9 a 12/8. Un estudio publicado este lunes en el *New England Journal of Medicine* (Sprint), patrocinado por los Institutos Nacionales de Salud de EE.UU. y desarrollado con más de 9.000 participantes, ha puesto en marcha el debate sobre si hay que hacer un cambio en las guías de prevención cardiovascular. Porque ha podido demostrar un claro beneficio entre pacientes hipertensos de alto riesgo que mantuvieron su presión sanguínea en 12/8 en lugar de lo hasta ahora recomendado, 14/9.

El beneficio no es pequeño: un 25% mejor en problemas graves como ictus, infarto, angina de pecho, síndrome coronario agudo y mortalidad cardiovascular. La otra cara de la moneda es que para llegar a esas cifras aumentaron la medicación en comparación con la que se da habitualmente para conseguir una tensión de 14/9. Y tuvieron más efectos indeseables, como mareos, desmayos y fallos en la función renal.

“El ensayo tiene algo muy positivo, que demuestra que controlar mejor la tensión arterial tiene un claro impacto en la morbilidad y la mortalidad cardiovascular”, explica el médico de familia Carles Brotons, miembro del grupo europeo de guías de prevención cardiovascular. “Pero no lo podremos trasladar a la práctica clínica tan fácilmente, porque del ensayo está excluido un amplio número de pacientes: los diabéticos, los que han tenido un ictus o los que tienen una hipertensión no grave. Habrá que seguir investigando y aplicar esas mejoras de forma muy personalizada y ampliando el control sobre los problemas renales, por ejemplo. Tendremos que estudiar mucho cada caso, porque añadir una pastilla más para toda la vida a una persona que ya toma muchas es aumentar las posibilidades de que no cumpla con la medicación”.

Estudios epidemiológicos ya habían mostrado que aumentaban los problemas en cuanto la presión sistólica, la cifra grande, pasaba de 11 (115 mmHg), pero hace unos años se acordó que se con-

sideraba hipertensión 139 mmHg (14 de máxima). Y también se decidió que a partir de los 75 años se podía ser menos exigente porque, con la edad, la presión sistólica es de forma natural más alta porque las arterias son más rígidas. Así que se consideraba una buena cifra no pasar de 150. “Eso va a desaparecer, habrá que rectificar, porque el estudio prueba que hay un gran beneficio cuando se rebaja también en esas edades”, indica Brotons.

“En España, el 47% de los hombres y el 39% de las mujeres entre 35 y 74 años

es hipertenso”, afirma el epidemiólogo experto en problemas cardiovasculares del IMIM Roberto Elosúa y uno de los autores de esa investigación. “Y el 45% no lo sabe”.

Este cambio posible en los objetivos en hipertensión aumentará el gasto en medicamentos –necesitará más pastillas– y en visitas médicas y controles, “pero tiene la misma eficacia, aunque es más difícil de hacer, comer con menos sal, adelgazar y caminar 30 minutos al día a paso ligero”, asegura el epidemiólogo del IMIM.●



MEDIAFORMEDICAL / EMMANUEL ROGUE / GETTY

**El 47% de los hombres y el 39% de las mujeres en España son hipertensos**