



## **Factores de riesgo y confusiones entre los no bebedores y los bebedores moderados en Estados Unidos.**

R. Curtis Ellison, MD

Los autores sostienen que los estudios sugieren que los bebedores moderados tienen menos muertes por enfermedades cardiovasculares (ECV) en comparación con no bebedores y los bebedores excesivos, pero no ha habido estudios aleatorios a este respecto. Sin embargo la mayoría de las observaciones de estudios controlados para los factores que inducen riesgo en problemas cardíacos mayores, se relacionan independientemente con otros factores que pueden explicar los beneficios adscritos a la moderación en el consumo de alcohol.

Los autores utilizan datos de una encuesta hecha por teléfono en estados unidos en el año 2003, (Behavioral Risk Factor Surveillance System) para documentar la prevalencia de los factores de riesgo que llevan a las enfermedades cardiovasculares. Los bebedores moderados fueron definidos como hombres que beben alrededor de uno o dos tragos por día, o mujeres que beben un trago o menos por día. Después de agruparlos por la edad y el género, los no bebedores fueron más propensos a tener características asociadas a elevación de factores de comportamiento que incrementan el riesgo de muerte por una enfermedad cardiovascular; en términos de factores demográficos, sociales, comportamentales, acceso al sector salud, y estado de salud en general. De los 30 factores asociados con la enfermedad cardiovascular, 27 (90%) tuvieron una prevalencia significativa entre los no bebedores. Entre los factores con múltiples categorías (peso, cuerpo) aquellos en alto riesgo fueron en porcentaje mayor los que no bebían. Dejando a un lado aquellos con pobre salud en general o una historia de enfermedad cardiovascular los resultados no se vieron afectados.

Los autores concluyen que sus resultados sugieren que los efectos protectores de beber con moderación pueden ser ligados a confusiones. Exponiendo sus limitaciones, los estudios no aleatorios acerca de los efectos del consumo moderado de alcohol en la salud deben ser interpretados con precaución, particularmente desde que el consumo excesivo de alcohol es uno de los principales riesgos en los Estados Unidos.

Comentarios: Los epidemiólogos están sólo al tanto de interpretar los resultados de los estudios observacionales entre los seres humanos. Se ha sabido que el nivel social, de educación, el ingreso y otros múltiples factores modifican la relación: alcohol-salud-enfermedad, y existe una metodología disponible para ajustar el rango de error en una investigación. Nada de esto se pone a discusión en el presente estudio. Usando las mejores técnicas disponibles para ajustar el sesgo de error, en casi todas las publicaciones epidemiológicas se ha encontrado que para cierta edad, género, raza, nivel educativo, fumadores o no etc. los bebedores moderados presentan menos muertes por afecciones coronarias. Más adelante, algunos estudios de intervención en personas y animales muestran reducciones dramáticas en los riesgos de afecciones cardiovasculares cuando el alcohol es suministrado en situaciones experimentales; esto tampoco es comentado por los autores.

Después de todo, este escrito no añade ningún argumento a una confusión entre las variables que se exponen y que todos nosotros tratamos con ellas diariamente. Mas adelante, se expone que el riesgo de algunos factores que ellos enlistan como la diabetes y la obesidad se reducen con el consumo moderado de alcohol esto ha sido mostrado en estudios con animales y en algunas intervenciones con seres humanos. De ahí que sería esperable que los factores de riesgo pudieran

ser comunes entre los no bebedores, y en algunos de ellos (en un estado de salud más favorable) pudiera ser el resultado de la ingesta de alcohol. La aseveración de este documento en donde dice que los estudios anteriores que han demostrado que el consumo moderado previene enfermedades cardiovasculares han ignorado muchos factores es falsa.

Un número de estatutos a través de un papel no pueden ser sostenidos como datos confiables. Por ejemplo sostener que "el consumo moderado tiene relativamente un efecto pequeño en comparación con otros factores de riesgo.", los autores ignoraron que hay una larga cifra de datos recientes que muestran mucho mayores efectos en el colesterol relacionado con el alcohol que con otros factores del estilo de vida, es decir mayor descenso en agregación de plaquetas debido al alcohol que otros factores, de esta manera se relaciona con más efectos el beber moderadamente en disminuir el riesgo de muerte por afección cardiovascular entre los diabéticos. También existen un número de problemas en el análisis de estos documentos. Simplemente dar un punto a cada factor y añadir el número de factores juntos para tener una puntuación de afecciones cardiovasculares es ingenuo, ya que se han estudiado estas afecciones cardíacas con datos complejos y ecuaciones completas en el estudio Framingham para el corazón y otras escalas que han dado un peso adecuado a cada componente en las escalas de riesgo. De hecho, los autores de este documento ni siquiera exponen el grado de impacto del riesgo de las enfermedades del corazón como uno de los factores que ellos enlistan.

Los autores finalizan sosteniendo que debemos considerar el uso del alcohol como una forma de reducir el riesgo de afecciones cardíacas diciendo que "hay estrategias seguras y efectivas para decrementar la muerte por afecciones cardíacas". Sin embargo no comentan que tan seguido los individuos tienen resultados exitosos en bajar de peso y mantenimiento del mismo, y las grandes dificultades que tienen muchos adictos a la nicotina en tratar de dejar de fumar, o en los costos de los efectos potenciales de los medicamentos que ellos sugieren como alternativa para reducir las afecciones cardíacas.

Nadie está mencionando que los individuos no consuman alcohol (pequeñas dosis de alcohol regularmente no solo son lo más seguro si no la manera más efectiva de reducir el riesgo de afecciones cardíacas), y tampoco se está incitando a que todos deben de consumir alcohol ya que existen ciertas condiciones (problemas previos de abuso, algunas condiciones de salud inapropiadas, costumbres religiosas o éticas, etc) que son factores que contraindican el uso del alcohol. Pero a todos nosotros nos incumbe proporcionar información científica y sustentada en cuanto al alcohol, para que aquellos que trabajan directamente con personas como pacientes adviertan acerca de su uso o no uso. Un documento como el presente no ayuda en proveer una información balanceada al público o a los profesionales de la salud.

Sumario: El estudio señala que los no bebedores en los estados Unidos tienden a tener muchos estilos de vida no saludables y factores psicológicos que pueden incrementar el riesgo de una afección cardíaca. Los autores sugieren que la reducción pretendida del riesgo de afecciones cardíacas por medio de alcohol se relaciona a estos factores. Los epidemiólogos siempre se esfuerzan en adaptar y medir aquellos factores que pueden ser medidos y comentar acerca de aquellos que no pueden serlo, y de alguna manera ajustarse cuando se evalúa los efectos de la ingesta de alcohol en las afecciones cardíacas. El presente estudio no añade mucho a nuestro entendimiento en este reto constante.

R. Curtis Ellison, MD  
Institute on Lifestyle and Health

**(Para acceder al artículo original y completo en Inglés: Cardiovascular risk factors and confounders among nondrinking and moderate-drinking U.S. adults. Debe consultar la fuente American Journal of Preventive Medicine)**

Autores: Naimi TS, Brown DW, Brewer RD, Giles WH, Mensah G, Serdula MK, Mokdad AH, Hungerford DW, Lando J, Naimi S, Stroup DF.

**FUENTE:** *American Journal of Preventive Medicine/Reports*  
<http://www.fivs.org/docs/Naimi.doc>  
[http://www.sciencedirect.com/science?\\_ob=ArticleURL&\\_udi](http://www.sciencedirect.com/science?_ob=ArticleURL&_udi)

