

PILDORAS

● Hipertensión europea

La prevalencia de la hipertensión en Europa es sensiblemente mayor que la que se registra en Estados Unidos y Canadá: un 44% en los países europeos y un 28% en los norteamericanos, según un estudio estadounidense que se publica en el último número de *JAMA* y que incluye datos referidos a España (la tasa de hipertensos es del 47%, superior incluso a la media europea). Las enfermedades cardiovasculares son la principal causa de mortalidad en todos los países industrializados y la hipertensión es el principal factor de riesgo de estas enfermedades que se puede prevenir.

● Huesos de calidad

La densidad mineral ósea o cantidad de hueso, diagnosticada mediante densitometría, ha sido el principal parámetro para detectar la presencia de osteoporosis y el riesgo de fracturas. En el último Congreso de la Sociedad Europea de Tejidos Calcificados, expertos en metabolismo óseo y la Alianza para una Mejor Salud del Hueso, creada en 1997 por pacientes de Europa, Canadá y EE UU, destacaron la importancia que también está teniendo la calidad de la masa ósea conservada. Según Luis Pérez Edo, jefe de metabolismo óseo de los hospitales IMAS de Barcelona, a igualdad de densidad mineral ósea, unos pacientes se fracturaban y otros no. "Esto ha llevado a profundizar en el estudio de la calidad del hueso como un marcador predictor de roturas", dijo Pérez Edo. — M. S.

● Consejo alimentario

La Sociedad Española de Arteriosclerosis está preparando unas recomendaciones básicas para que los médicos puedan dar consejo alimentario de manera sencilla y directa en pocos minutos. La primera medida que debiera emprenderse para prevenir la creciente obesidad sería reducir la ingesta alimentaria hasta los niveles saludables, según Francisco Pérez Jiménez, del hospital universitario Reina Sofía, de Córdoba, y miembro del Grupo de Nutrición de la Sociedad Española de Arteriosclerosis (SEA), que advierte: "El conjunto de la sociedad española come el doble de lo que necesita, y éste debería ser el primer aviso".

● Ingesta y cerebro

Científicos del Albert Einstein College of Medicine han analizado un mecanismo cerebral que reduce la ingesta de alimentos y que afecta a la disponibilidad de glucosa en la sangre. Los resultados de su investigación, que se publican ahora en *Nature Medicine*, abren la puerta a nuevas formas de entendimiento de la obesidad y la diabetes del tipo II. Los investigadores se han centrado en el hipotálamo, una región cerebral que afecta a la ingestión de alimentos, y han descubierto que inhibiendo una enzima crítica en las células del hipotálamo, disminuía marcadamente la ingestión de alimentos y la producción de glucosa. — EP