

## COLUMNA OPINION

### LAS BEBIDAS ENERGÉTICAS SE PODRÍAN TRANSFORMAR EN UN NUEVO FACTOR DE RIESGO EN ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

Las enfermedades cardiovasculares son la principal causa de muerte en nuestro país, incluso superando el cáncer. Por eso en el mes del corazón, este tema cobra gran relevancia. Sin embargo, las políticas públicas debiesen apuntar a una campaña más efectiva durante todo el año, enfocada en dejar de fumar, cuidar la presión, hacer ejercicio, comer de manera sana, y un nuevo riesgo que se está asociando... evitar el consumo de bebidas energéticas.

Es lo que nos explica el Dr. Oward Belzarez Gutiérrez, cardiólogo clínico intervencionista, del Hospital Regional de Talca (HRT) e integrante del Colegio Médico (Colmed) del Maule. "La mayoría de las enfermedades cardiovasculares, tiene un componente genético, y por otra parte también existen factores de riesgo que pueden ser modificables, para así disminuir la aparición de estas patologías en la vida adulta".

Según nos explica el cardiólogo la tendencia de estas enfermedades siempre es creciente, porque no han existido campañas suficientes desde el punto de vista institucional pública, en medios de difusión, de hacer énfasis en explicar los factores de riesgo y la importancia de controlarlos, estos son: cese del tabaquismo, disminuir las cifras de pacientes hipertensos, hacer campañas para fomentar el ejercicio. "Creo que, si nosotros podemos hacer esto, podemos reducir la incidencia de manera categórica", comenta.

Pero la realidad actual es más que preocupante, si bien existen personas con componentes genéticos, están desarrollando problemas como la hipertensión arterial de manera muy temprana. Estamos hablando de pacientes de 18, 20, 24 años de edad, con un factor de riesgo importante.

"Y hay algo que está muy de moda y quiero aprovechar la oportunidad para recalcarlo, el uso de las bebidas energéticas. Lamentablemente los adolescentes y jóvenes han creado el hábito de su consumo, para ir al gimnasio, para tomar bebidas alcohólicas de forma social, o simplemente como una bebida refrescante".

Además, agrega, "si bien actualmente, no hay datos científicos que hable de un efecto directo sobre las enfermedades cardiovasculares, hay una tendencia, desde de la experiencia clínica, que su consumo puede incidir en el desarrollo de enfermedades coronarias precoces, y alteraciones eléctricas cardiacas que pueden llevar a arritmia, y a muerte súbita", destaca el profesional. Así como lo fue el cigarro en la década de los 80, donde después de variados estudios se determinó de manera fehaciente sus efectos nocivos, el doctor indica que puede pasar lo mismo con las bebidas energéticas. "Y finalmente se va a contar con bases científicas de cuál es el efecto de estas bebidas con respecto a las enfermedades cardiovasculares, los resultados serán irrefutables", enfatiza el Dr. Belzarez, integrante del Colmed Maule.

