

Salud cognitiva:

¿Qué hay de cierto en que algunos fármacos y vacunas pueden ayudar a prevenir la demencia?

C. GONZÁLEZ

Diferentes estudios sugieren que ciertos fármacos para tratar la inflamación, la hipertensión y otras patologías, como la diabetes o el colesterol alto, podrían tener un impacto protector en la salud cognitiva y en reducir el riesgo de demencia.

Algo similar ocurriría en vacunas, como la de la influenza y del herpes zóster. En este último caso, por ejemplo, "las investigaciones muestran reducciones en el riesgo de demencia en torno al 20% en estudios de corte observacional. La vacunación contra influenza también se ha asociado con una menor incidencia de deterioro cognitivo", comenta Javier Bolaño, médico intensivista y jefe técnico de la Unidad de Paciente Crítico de Clínica Indisa. En un trabajo reciente, el riesgo era hasta un 40% menor.

Pero, como precisa el especialista, se trata de estudios observacionales, es decir, que no establecen causa-efecto, sino una asociación: quienes se vacunan, suelen presentar menor incidencia de deterioro cognitivo a largo plazo.

Sin embargo, "este tipo de estudios tienen mucho sesgo, debido a que en general se suelen vacunar aquellas personas que tienen mejor estatus socioeconómico o que se preocupan más de su salud. Entonces, uno no puede aseverar que sea la vacuna la que está haciendo que la persona tenga menos demencia", precisa Carolina Delgado, neurologa del

Medicamentos contra la presión, el colesterol o la diabetes, así como las inyecciones para prevenir el herpes zóster, tendrían un potencial beneficio, aunque aún no existe evidencia concreta, dicen los expertos. Acá explican lo que se sabe hasta ahora.



Las vacunas ayudarían a regular el sistema inmune y reducir la respuesta inflamatoria que causa daño a nivel cerebral. Sin embargo, también puede haber un nexo con el hecho de que quienes se vacunan tienden a cuidarse más.

Hospital Clínico U. de Chile.

El reto para el mundo médico es determinar si estos fármacos benefician directamente al cerebro o si solo existe una correlación entre ellos.

Gonzalo Farías, neurólogo de la Corporación Alzheimer Chile

y coordinador del Grupo de Trabajo en Demencia de la Sociedad de Neurología, Psiquiatría y Neurocirugía, explica que, en el caso de las vacunas, hay una lógica desde el punto de vista fisiopatológico: "Existe evidencia de que en las enfermedades degene-

rativas, y en particular en el Alzheimer, hay una activación del sistema inmune que genera una inflamación en todo el organismo. El profesor Ricardo Maccioni, científico chileno que falleció en marzo, tiene un libro en donde colaboré trabajando en el tema de

la neuroinflamación como una causa potencialmente tratable de la enfermedad de Alzheimer y demencias en general".

Farías precisa que "el uso de las vacunas ayudaría a reducir la respuesta inflamatoria que causa el sistema inmune".

Por otro lado, agrega, "los virus de tipo herpes son neurotrópicos, tienen una tendencia a ingresar al sistema nervioso. Hace años que se ha propuesto que incluso las infecciones virales, en algunos casos, podrían contribuir a gatillar daño neuronal. Entonces las vacunas evitarían eso".

En el caso de medicamentos antiinflamatorios, así como para el colesterol (estatinas) y la presión arterial, diferentes estudios los asocian con una reducción del riesgo de demencia de entre el 10% y el 15%.

Fármacos para la diabetes tipo 2, como la metformina, también parecen reducir ligeramente ese riesgo, debido a que ayudan a controlar los niveles de insulina y azúcar en sangre, que afectan a la salud de las células cerebrales.

Delgado comenta que el beneficio estaría dado porque los factores de riesgo cardiovascular también hacen mal al cerebro. "Factores como hipertensión, diabetes y colesterol alto, se aso-

cian sobre todo a demencia cuando están presentes en la vida media (entre los 30 y los 60 años). Entonces, hay que tratar estas condiciones para prevenir tanto problema al corazón como a nivel cerebral".

Sin embargo, al igual que ocurre con las vacunas, quienes toman sistemáticamente los medicamentos prescritos pueden tener otros comportamientos saludables que también podrían reducir su riesgo.

De hecho, recuerda Farías, "hoy lo más demostrado para el cuidado cardiovascular son las guías que usa la American Heart Association y que aluden a conductas de vida saludable, como una dieta equilibrada, ejercicio y evitar el cigarro, por ejemplo".

Los especialistas concuerdan en que los medicamentos no deberían indicarse o empezarse a consumirse pensando en una protección a nivel cognitivo. "Si tienes que tomar los medicamentos porque tienes presión alta, está bien y tendrías además este potencial beneficio adicional", dice Bolaño. "No hay datos que hagan pensar que se puede utilizar de manera preventiva".

Con las vacunas, considerar este beneficio a nivel cognitivo "puede ser usado como un argumento a favor para fomentar la vacunación. O sea, protejamos del herpes o la influenza y, eventualmente, podríamos estar disminuyendo su riesgo de demencia".