



El consumo moderado de alcohol sería beneficioso para disminuir el riesgo de demencia en las mujeres

ARGENTINA

La ingesta moderada de alcohol tendría un efecto protector para la enfermedad cerebrovascular. Si bien se observó un efecto similar en el deterioro cognitivo y la enfermedad de Alzheimer, el mismo sería independiente de la enfermedad vascular.

El estudio multiétnico, de corte transversal, de Manhattan del Norte (NOMAS), incluyó 2215 pacientes mayores de cuarenta años sin accidente cerebrovascular. Los pacientes se incluyeron en forma telefónica y los datos se obtuvieron mediante entrevistas, un examen físico que incluyó el examen neurológico y muestras de sangre en ayuno.

Para evaluar los factores de riesgo vascular se utilizó una adaptación de un cuestionario estandarizado. La depresión se evaluó con la escala de Hamilton, y se consideró deprimido a los que tenían un puntaje mayor de diez o a los que tenían antecedentes de uso de antidepresivos.

La distribución de la raza y etnia fue la siguiente: 63% hispanos, 20% afroamericanos y 15% blancos.

Se evaluó la cognición con la prueba del Minimental de Folstein (MMSE) de treinta puntos. Se utilizó una entrevista estructurada para determinar la ingesta de alcohol. Se interrogó sobre el consumo promedio en el último año y durante el tiempo de bebedor del participante.

Se evaluó la presencia de placas carotídeas con una ecografía bidimensional de alta resolución con el paciente en posición supina. Se obtuvieron imágenes en sentido transversal y longitudinal de ambas carótidas internas y comunes, como así también de la bifurcación. También se midió el grosor máximo de la placa. Se determinó el valor de HDL colesterol con muestras de sangre de pacientes en ayunas.

La edad promedio de los participantes fue de 69 años. La ingesta de alcohol se dividió en cinco grupos: aquellos que nunca habían ingerido alcohol (n = 509), pacientes que habían sido bebedores en el pasado (n = 494), quienes consumían menos de un trago por semana (n = 300), aquellos que consumían entre un trago por semana y dos por día (n = 796), pacientes que ingerían más de dos tragos por día (n = 116).

El puntaje promedio para el MMSE fue de 27 y resultó menor para aquellos pacientes con hipertensión arterial ($p = 0,03$), diabetes ($p = 0,005$), enfermedad cardíaca ($p = 0,003$), sedentarios (p igual o menor de $0,0001$) y deprimidos (p menor de $0,0001$). También, en el análisis univariable se observó que el desempeño para el MMSE fue menor en los pacientes más viejos (p menor de $0,0001$), las mujeres (p menor de $0,0001$), los sujetos con bajo nivel educativo (p menor de $0,0001$), afroamericanos e hispanos (p menor de $0,0001$ para ambos).

El 58% de los participantes tenía placas carotídeas. Los grupos con mayor prevalencia fueron: afroamericanos (OR = 1,4; IC 95% 1,0-1,8) y blancos (OR = 2,6; IC 95% 2,1- 3,3) comparados con los hispanos; hipertensos (OR = 1,6; IC 95% 1,3- 2,0), diabéticos (OR = 1,5; IC 95% 1,2- 1,8), pacientes con enfermedad cardíaca (OR = 1,7; IC 95% 1,4- 2,2) y tabaquistas (OR = 1,6; IC 95% 1,3- 2,1). No hubo relación entre el grosor máximo de la placa y la ingesta de alcohol o con el mejor desempeño en el MMSE.

Se observó que el desempeño fue mejor para las mujeres que eran bebedoras habituales (pertenecían al grupo de los que consumían entre un trago semanal y dos por día), comparadas con el grupo de las no bebedoras, ajustado para la edad y la educación (OR = 1,19; IC 95% 1,10- 1,26).

No se obtuvo igual resultado para los hombres. La presencia o ausencia de factores de riesgo vascular no modificó el efecto mencionado como así tampoco el grosor de las placas carotídeas.

En este estudio se observó una asociación independiente para las mujeres entre el consumo moderado de bebidas alcohólicas y el mejor desempeño cognitivo, comparado con las pacientes abstemias

Si bien esto coincide con estudios previos, nunca se habían incluido pacientes afroamericanos e hispanos (constituyen los grupos con mayor porcentaje con enfermedad cerebrovascular, demencia y enfermedad de Alzheimer). La placa carotídea no tuvo relación entre el consumo de alcohol y el deterioro cognitivo.

Además los pacientes que ingerían alcohol en forma moderada tuvieron mejor desempeño en las pruebas cognitivas independientemente de los factores de riesgo vascular. Los bebedores crónicos no tuvieron valores elevados de HDL colesterol en la sangre.

Esto sugeriría que el efecto del alcohol estaría dado por un mecanismo independiente del vascular, que tendría relación con un incremento de los niveles de acetilcolina en el sistema nervioso central, según estudios realizados en animales.

Aún se desconoce la dosis diaria necesaria de alcohol para obtener beneficios en el desempeño intelectual. Si bien en este estudio la ingesta de alcohol en el pasado se asoció a un mejor puntaje en el MMSE, no se tuvieron en cuenta la edad ni el nivel educativo del paciente.

Este estudio presenta algunas limitaciones: es de corte transversal por lo que no se pueden inferir causas; los pacientes con ingesta moderada de alcohol podrían tener mejor desempeño cognitivo previo que los que nunca habían bebido, pero esto se subsanó realizando ajustes con los factores socio-demográficos que podrían confundir. Aunque no se estableció un punto de corte en el puntaje final del MMSE ya que no está validado para poblaciones hispanas del Caribe, hay que considerar que el mismo es una forma de evaluación global de la cognición validada en otras culturas.

Si bien **este estudio sugiere** que la ingesta moderada de alcohol podría ser beneficiosa para prevenir el deterioro cognitivo y la demencia en las mujeres, la ausencia de relación con la aterosclerosis de grandes arterias hace necesaria la realización de nuevos ensayos con el fin de aclarar los mecanismos involucrados.

FUENTE: *Medicina Geriátrica/Alcohol intake, carotid plaque, and cognition. The Northern Manhattan study Wright C., Mitchell S., Tatjana R. y cols.*

