

El colesterol HDL reduce el riesgo de sufrir insuficiencia cardiaca o ictus en pacientes con diabetes

Madrid (12-13/10/2011) - E.P.

Si bien existe una evidencia clara de que la reducción de la cantidad de lipoproteína de baja densidad, puede reducir el riesgo de enfermedades del corazón, la relación entre el colesterol HDL y la enfermedad cardiaca no se había descrito hasta ahora con claridad

Aumentar los niveles de lipoproteínas de alta densidad, reduce el riesgo de infarto y accidente cerebrovascular entre los pacientes con diabetes, según un nuevo estudio publicado en la revista *American Journal of Cardiology*.

El estudio, uno de los mayores de su clase, examinó los registros médicos de más de 30.000 pacientes con diabetes, observando que los pacientes con bajo nivel de HDL sufrían más infartos y accidentes cerebrovasculares.

Los investigadores estudiaron a pacientes con diabetes debido a que son más propensos a las enfermedades cardíacas, según el estudio Framingham del corazón publicado en 2008.

Este estudio aporta evidencias de que el aumento de los niveles de HDL puede ser una estrategia importante para reducir el riesgo de sufrir una insuficiencia cardiaca, afirma el autor principal del estudio, el doctor Gregory Nichols, investigador principal del Centro de Investigación sobre Salud Kaiser Permanente, Oregon (Estados Unidos).

Es una noticia prometedora para los pacientes con diabetes, que tienen un mayor riesgo de padecer problemas cardíacos. Elevar el colesterol HDL puede ser una forma más a disposición de estos pacientes para reducir dicho riesgo, añade la doctora Suma Vupputuri, coautora del estudio e investigadora en Kaiser Permanente en Atlanta (Estados Unidos).

El estudio incluyó a 30.067 pacientes que participaron en los registros de diabetes de Kaiser Permanente en Oregon, Washington y Georgia entre 2001 y 2006. A estos pacientes se les realizaron al menos dos mediciones de colesterol HDL con entre 6 o 24 meses de diferencia. Después de obtener la medición del colesterol, los investigadores llevaron a cabo un seguimiento de los pacientes durante 8 años, con el fin de registrar las hospitalizaciones por infarto de miocardio o accidente cerebrovascular.

Los pacientes cuyos niveles de HDL habían aumentado, sufrieron un 8 por ciento menos infartos y accidentes cerebrovasculares que los pacientes cuyos niveles de HDL se mantuvieron igual, mientras que los pacientes cuyos niveles de HDL habían disminuido sufrieron un 11 por ciento más incidentes cardíacos y cerebrovasculares. Este estudio fue observacional y no hubo intervención para modificar los niveles de HDL y, aunque muchos pacientes tomaban estatinas para reducir el colesterol LDL, muy pocos tomaban medicamentos para mejorar el HDL.

Otros estudios anteriores han llegado a conclusiones contradictorias. Un estudio publicado en 2009 en la revista *Archives of Internal Medicine* observó que, por cada aumento de 5 mg/dl de colesterol HDL se producía un descenso del 21 por ciento en el riesgo de sufrir un incidente cardiovascular. Sin embargo, una revisión sistemática de más de 100 ensayos clínicos publicada en el *British Medical Journal* también en 2009,

encontró que el aumento del colesterol HDL no redujo el riesgo de enfermedad cardiaca o muerte.

A principios de este año, el Instituto Nacional de Salud tuvo que suspender un ensayo clínico en el que se administraban dosis altas de niacina para aumentar los niveles de HDL, porque los pacientes, que ya estaban tomando estatinas para reducir el colesterol LDL no experimentaban una reducción en los infartos de miocardio por el consumo de niacina. La niacina es uno de los pocos medicamentos para aumentar el HDL, pero también puede tener efectos secundarios como enrojecimiento, vómitos, mareos y prurito.

Por otro lado, se pueden aumentar los niveles de HDL sin medicación, manteniendo un peso adecuado, cambiando la dieta, evitando el humo del tabaco, y practicando ejercicio.