

Sociedad y Salud

La Medicalización: a propósito del Colesterol

Dr. Jesús Humberto del Real Sánchez

¿Qué indican los niveles de colesterol elevados? Los niveles de colesterol elevados en sangre significan un riesgo mayor de sufrir un ataque al corazón y al cerebro, por lo que es importante medirlos regularmente y analizarlos con su médico. Un perfil de colesterol y lipoproteínas brinda una información sobre el colesterol total, el colesterol LDL (colesterol malo), el colesterol HDL (colesterol bueno) y los triglicéridos (grasas en la sangre) (American Heart Association, 2012).

A partir de estudios epidemiológicos sesgados, en los que no se tomó en cuenta enfermedades pre-existentes como hipertensión, enfermedades cardiovasculares y diabetes, se estableció una relación causal entre los altos niveles de colesterol y las tasas de mortalidad (World Health Organization. *Prevention of cardiovascular disease. Guidelines for assesment and management of cardiovascular risk*. World Health Organization, Geneva, 2007).

Esta falsa asociación entre los niveles elevados de colesterol total, incluyendo las lipoproteínas de baja densidad “colesterol malo” (HDL por sus siglas en inglés) constituye uno de los más claros ejemplo de la medicalización de la salud, que consiste en la invención de factores de riesgo (Del Real-Sánchez, J. H. *Medicalización de la vida*. Vida y Salud, Jul.-Ago. 2011, pp. 4-5) lo que da lugar al desarrollo de medicamentos que disminuyan esos factores, que en el caso del colesterol equivaldría a administrar medicamentos anticolesterol de por vida al 26% de la población mexicana (*Norma Oficial Mexicana NOM-037-SSA2. 2012, para la prevención, tratamiento y control de las dislipidemias*).

Casos como el anterior indujeron a Ivan Illich (*Medical Nemesis. The Expropriation of Health*. Random House, London, 1976), un reconocido crítico de la medicina que nació en Austria, pero que vivió la mitad de su vida en Cuernavaca, Morelos, México, a aseverar que la medicina tal y cómo estaba, era mejor que no existiera.

Aunque desde hace muchos años han aparecido publicaciones que cuestionan la asociación de los niveles elevados de colesterol y las tasas de mortalidad por enfermedades cardiovasculares, ha sido al inicio del siglo XXI cuando esa tendencia se ha venido acentuando: dado el espacio para esta presentación, me limitaré a comentar sólo unos cuantos estudios.

Para establecer la validez de la asociación de los niveles de colesterol y las tasas de mortalidad por enfermedades cardiovasculares Petursson y colaboradores estudiaron una población de 52,087 individuos noruegos con edades de 20 a 74 años de edad, los cuales fueron monitoreados durante un período de 10 años, no habiendo encontrado una relación importante entre los niveles elevados del colesterol y las tasas de mortalidad, sino por el contrario, estos investigadores encontraron un aumento en la tasa de mortalidad en las mujeres con niveles bajos de colesterol (Petursson, H, Sigurdsson, J. A, Bengtsson, C, Nilsen, T- I. L, and Getz, L. *Is the use of cholesterol in mortality risk algorithms in clinical guidelines valid? Ten years prospective data from the Norwegian HUNT 2 Study*. Journal of Evaluation Clinical Practice, 2012; 18: 154-168).

Con la finalidad de determinar la validez de la asociación entre el colesterol total, las lipoproteínas con el riesgo de infarto cerebral, especialmente el hemorrágico, Zhang y colaboradores estudiaron a una población de 58,235 finlandeses con edades de 25 a 74

años durante 20 años. Los resultados muestran que, aunque existía un aumento en las tasas de infartos cerebrales en relación con los niveles de colesterol, esta asociación disminuyó significativamente cuando se hicieron los ajustes en relación con la presión arterial y la historia de diabetes. Por otra parte, y como en el caso anterior, estos autores encontraron en las mujeres una relación inversa entre los niveles de colesterol y el infarto isquémico (Zhang, Y, Tuomilehto, J, Jousilahti, P, Wang, Y, Antikainen, R. and Hus G. *Total and high-density lipoproteins cholesterol and stroke risk. Stroke*, 2012; 43; 1768-1774).

En Corea del Sur, Bae y colaboradores estudiaron 12,740 adultos con edades de 40 a 66 años, los cuales fueron monitoreados de 1993 a 2008, encontrando una asociación entre la disminución de los niveles de colesterol y las tasas de mortalidad. Con base en estos resultados, los autores recomiendan que debe tenerse precaución en la prescripción de estatinas (Bae, J. M, Yang, Y. J, Li, Z. M, and Ahn, Y. O. *Low cholesterol is associate with mortality from cardiovascular diseases. A dinamic cohorte study in Korean adults. Journal of Medical Science*, 2012; 27: 58-63).

Pero quizás el estudio más importante para esclarecer la asociación entre los niveles de colesterol y las tasas de mortalidad sea el metaanálisis llevado a cabo por un grupo de investigadores suecos, ingleses, irlandeses, japoneses y americanos encabezados por Ravnskov, quienes revisaron todos estudios publicados en inglés en relación a la asociación de los niveles de colesterol y las tasas de mortalidad por enfermedades cardiovasculares. Como en los estudios previos, no se observó una relación entre los niveles elevados de colesterol y las tasas de mortalidad, y sí una relación entre los niveles bajos de colesterol y las tasas de mortalidad en mujeres (Ravnskov, U, Diamond, D. M, Hamma, R, Hamazaki, T, Hammarskjöld, B. et al. *Lack o an association or an inverse association between low-density lipoprotein cholesterol and mortality in the elderly: a systematic review. British Medical Journal*, Published on line 12 june 2016).

Esta es la primera revisión sistemática hasta el 2015 que demuestra que no existe una asociación entre los niveles de colesterol y las tasas de mortalidad en los adultos mayores.

A la inutilidad del uso de los medicamentos para disminuir los niveles de colesterol hay que agregar las posibles muertes por una disminución de los niveles de colesterol debidas a la medicación anticolesterol, las cuales son casos de iatrogenia médica (daño producido por el médico). Lo anterior, ilustra claramente la falta de ética de la industria farmacéutica al desarrollar y fomentar la medicación anticolesterol, sin haber demostrado previamente una clara relación causa-efecto, lo cual no sólo afecta la economía de los consumidores, sino que eventualmente pudiera ser causa de muerte (Del Real-Sánchez, J. H. *Ética de los procedimientos terapéuticos. Vida y Salud*, Nov-Dic. 2007, pp. 4-5).

Uno de los alimentos más estigmatizados por su alto contenido de colesterol es el huevo, una de las fuentes de proteínas de origen animal más económica que debe de dejar de ser estigmatizado de acuerdo con los resultados del estudio de Alexander y colaboradores en los Estados Unidos, quienes no encontraron ninguna relación entre la ingesta de huevo y la enfermedad coronaria. Con base a esos resultados, los autores consideran que el consumo de un huevo diario no está asociado con un riesgo de enfermedad coronaria y eventualmente pudieran disminuir el riesgo de enfermedad coronaria (Alexander, D. D, Miller, P. E, Vargas, A. J y Cohen, S. S. *Meta-analysis of egg consumption and risk of coronary, heart disease and stroke. Journal of American College of Nutrition*, 2016; 35: 704-716).

Los medicamentos más usados para disminuir los niveles del colesterol eran las estatinas, pero dado que algunos casos eran resistentes a las mismas y sobretodo, según mi percepción, para aumentar las ganancias se desarrollaron otra clase de medicamentos como los anticuerpos monoclonales inhibidores PCSK9, dos de los cuales han sido recientemente aprobados por la FDA (Food and Drug Administration), la agencia federal de los Estados Unidos que regula los medicamentos. Estos nuevos medicamentos tienen un costo de 4,600 y 4.100 dólares por persona y por año (*A new drug class with important cost implications*. The PEW Charitable Trusts, august 2015).

Estos precios tan elevados cuestionan la ética de la industria farmacéutica como lo señalan Ricardo Páez Moreno (*Pautas bioéticas: La industria farmacéutica entre la ciencia y el mercado*, Fondo de la Cultura Económica, México, D.F. 2015) y Marcia Angell (*The Truth About the Drug Companies*, Random House, New York, 2004) ex editor de *The New England Journal of Medicine*, la revista médica más leída a nivel mundial.

Aunque tardíamente, algunas agencias del Gobierno de los Estados Unidos han hecho eco de esta serie de publicaciones que cuestionan la asociación entre los niveles de colesterol y las tasas de mortalidad por enfermedades cardiovasculares, de las cuales se transcribe una nota al respecto aparecida en uno de los diarios más conocidos de la Unión Americana. “El panel de expertos de nutrición de los Estados Unidos ha decidido suspender la advertencia de precaución en relación con la ingestión de alimentos con alto contenido de colesterol, lo que significa un cambio de dirección contraria a lo establecido desde hace 40 años en que se dijo que la ingestión de altos niveles de colesterol estaba asociado a altas tasas de mortalidad” (Peter Whoriskey. *The US government is poised to withdraw longstanding warning about cholesterol*. The Washington Post, 10 February, 2015).

Lo anterior no quiere decir que deba darse rienda suelta a la ingesta de alimentos ricos en colesterol y grasas saturadas, los cuales deben consumirse con moderación dado sus efectos indeseables como el aumento de peso y las dificultades de su digestión en algunos individuos, etc., pero sí que dejen de estigmatizarse el huevo, los lácteos y otros alimentos de origen animal, bajo el argumento de que contienen colesterol.

Para finalizar, diré que espero que esta breve presentación sobre el colesterol despierte el interés de las personas con colesterol elevado, los médicos y los nutriólogos, especialmente éstos dos últimos, para que revisen el tema a profundidad y corroboren que los paradigmas acerca del colesterol están cambiando y actúen en consecuencia. Lo cual no será nada fácil, dados los fuertes intereses de la industria farmacéutica y su relación con los médicos manifiesta por los fuertes subsidio de éstas a la educación médica.