

Estrategia sobre demencias. De la prevención y el diagnóstico temprano en las demencias

“Mejor es prevenir que curar”

Erasmus de Rotterdam. Humanista neerlandés. (1469-1536)

Erradicar la enfermedad, posponer su comienzo y comunicarse con las personas en riesgo o con la población en su conjunto a través de diversos procedimientos, entre otros, constituyen las fundamentales estrategias de prevención. La investigación actual apoya los efectos potenciales de la prevención en demencias mediante la adopción de estilos de vida saludables, intervenciones tempranas en salud pública, diagnóstico temprano y tratamiento adecuado de enfermedades crónicas. Principalmente los relacionados a una disminución del riesgo con una mejor salud cardiovascular (detección y tratamiento de diabetes e hipertensión arterial, reducción de los niveles de obesidad e hiperlipidemias, abandono del fumar), mayor educación y niveles de actividad física. Estos estudios brindan evidencias de como las estrategias de prevención son un punto clave en el control y reducción futura del número de pacientes mayores.

Según Barnes DE y Hughes T, el objetivo más real es posponer el comienzo clínico de la demencia a edades cada vez más avanzadas. Un año de retardo en el comienzo clínico de la demencia resultaría en una reducción de 12 millones de casos menos en todo el mundo para el 2050 y una reducción considerable de los costos.

Es muy probable que el riesgo de demencia asociado con el hábito de fumar y la hipertensión arterial disminuyan en los próximos años, pero al mismo tiempo hay incremento epidémico de la obesidad y diabetes mellitus tipo 2, que pueden conducir a un aumento en la incidencia de demencia, particularmente en los países de América Latina y el Caribe, paralelamente con el incremento en la esperanza de vida, las dietas ricas en grasas, el hábito de fumar y los estilos de vida sedentarios, por tanto, las enfermedades cardiovasculares, se convierten en el problema más sobresaliente de la salud pública.

Igualmente, Barnes DE, plantea que una reducción conjunta del 10-25 % en siete factores de riesgo en la población (diabetes mellitus, hipertensión arterial y obesidad en la edad media de la vida, depresión, fumar, inactividad física y mental) pudieran prevenir potencialmente 1,1-3,0 millones de casos de demencia en el mundo.

En Cuba se han desarrollado importantes investigaciones lideradas por el Dr. Llibre Rodríguez, entre ellas: "Epidemiología, diagnóstico e impacto de las demencias y otras enfermedades crónicas no trasmisibles en adultos mayores cubanos, 2002-2012." Que dan como resultados entre otros: que la prevalencia de síndrome demencial es de 6.4 % y de 10.2 % según criterios, que la demencia es la enfermedad, asociándose a diversos factores de riesgo, en particular edad avanzada, hipertensión arterial, ser portador de uno o dos alelos de la apolipoproteína E4, signos de Parkinsonismo, mayor nivel educacional y deterioro cognitivo leve.

En espera de que nuevos fármacos que proporcionen un beneficio clínico amplio y medible a través de los múltiples dominios: cognición, funcionamiento global y conducta, o incluso se alcance la cura de la enfermedad, la estrategia más lógica, económica y sostenible es la prevención.

Afrontamos una nueva epidemia de proporciones sin precedentes, con una elevada repercusión social, económica y fundamentalmente humana. La prevención primaria con un enfoque multifactorial y durante el curso de la vida, que incluya: estilos de vida saludables y control de los factores de riesgo cardiovasculares, pueden conducir a una disminución del número de personas con demencias. Por lo que debemos seguir fortaleciendo todas las estrategias de prevención de salud, y continuar desarrollando las investigaciones en este campo.

Comité editorial