

## PROYECTO UNAM

Coordinador: Roberto Arturo Gutiérrez Alcalá robargu@hotmail.com

### A 50 años de "Visión de los vencidos"

La obra "Visión de los vencidos", de Miguel León-Portilla, cumple 50 años de haber sido publicada por primera vez en el número 81 de la colección "Biblioteca del Estudiante Universitario". Por cierto, es el libro más difundido de la UNAM.

VISION DE LOS VENCIDOS  
RELACIONES INDIGENAS DE LA CONQUISTA



CORTESIA UNAM



FOTOS: CORTESIA UNAM

POR ESTRÉS. La hipertensión arterial es también una enfermedad de desadaptación al medio ambiente: es detonada por situaciones estresantes

# Alertan por jóvenes hipertensos en el DF

El índice es mayor que en otros países de AL y Europa. Puede llevar a un grave problema de salud pública, señalan

Según un estudio de la UNAM y el Instituto Nacional de Cardiología, la prevalencia de hipertensión y de pre-hipertensión en adolescentes que viven en la capital del país es de 10.6% y 10%, respectivamente, lo cual podría desembocar en el futuro en un problema de salud pública muy delicado.

"Los adolescentes que hoy presentan valores altos en la cifras de presión arterial tienen una mayor probabilidad de padecer mañana alguna enfermedad cardiovascular", asegura Liria Yamamoto Kimura, académica de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional, especialista en salud pública y coautora de dicho estudio.

Este, intitulado *Presión arterial y factores de riesgo cardiovascular en adolescentes de la ciudad de México*, indica que los adolescentes hipertensos, comparados con los normotensos (con una presión normal), presentan también elevada prevalencia de sobrepeso, obesidad y dislipidemias (alteraciones del metabolismo de los lípidos).

Asimismo, los resultados del mencionado estudio corroboran que ciertos factores de riesgo cardiovascular (como cintura, edad, género e índice de masa corporal) contribuyen con 26% y 15.9% de la variación en la presión arterial sistólica y en la presión arterial diastólica, respectivamente.

Cabe decir que la tasa de hipertensión en adolescentes es mayor en la ciudad de México que en otros países de América Latina e incluso de Europa: en Chile es de 9.5%; en Colombia, de 3%; y en España, de 7%.

#### En 12 secundarias

En este estudio —el cual se realizó en 10 secundarias del DF: dos privadas y ocho públicas, ubicadas en la delegación política de Coyoacán; así como en dos rurales públicas del municipio de El Oro, en el estado de México— se buscó determinar las medidas somatométricas (el índice de masa corporal, la estatura, el perímetro de la cintura y el pliegue tricóptico, entre otras), la presión arterial y los niveles de lípidos y lipoproteínas en escolares adolescentes (la muestra constó de 3 mil 240 jóvenes de ambos sexos, de 12 a 16 años).

"La estatura y el peso nos permiten estimar el índice de masa corporal y evaluar el grado de sobrepeso y obesidad: a mayor peso por unidad de estatura, más alto índice de masa corporal y, por ende, más riesgo de desarrollar obesidad a edades más tempranas. La obesidad, a su vez, incrementa el desarrollo de dislipidemias, es decir, alteraciones en el colesterol total, en las lipoproteínas de alta y baja densidad, y en los triglicéridos", explica Yamamoto Kimura.

Todas estas variables son factores de

riesgo cardiovascular, ya que influyen en las cifras de tensión arterial sistólica y diastólica, y, así, incrementan la incidencia de hipertensión arterial.

#### Dislipidemias

De acuerdo con este estudio, los adolescentes varones de secundarias privadas son 11 y 8 centímetros más altos que los muchachos de secundarias públicas rurales y urbanas, respectivamente.

Con las mujeres sucede lo mismo, pero las diferencias entre ellas no son tan marcadas.

Los hombres de escuelas privadas tienen el índice de masa corporal más alto; luego vienen los de escuelas públicas del DF y, al final, los de escuelas rurales. Por el contrario, las mujeres de escuelas públicas tienen el índice de masa corporal más alto; luego vienen las de escuelas privadas y, mucho más abajo, la de escuelas rurales.

De ahí que la prevalencia de obesidad sea mayor en hombres de escuelas privadas (21.5%) y en mujeres de escuelas públicas urbanas (18%).

Este estudio mostró que las dislipidemias son diferentes en adolescentes del medio urbano y rural, porque los prime-

ros consumen una mayor cantidad de grasas, mientras que los segundos ingieren más hidratos de carbono.

De este modo, los estudiantes de escuelas particulares son los que presentaron valores más altos de colesterol total: 10% contra 5% de los de escuelas públicas. En cambio, los adolescentes de secundarias rurales son los que tuvieron valores más altos de triglicéridos (y entre ellos, aún más las mujeres: 13%).

Por lo que se refiere a las lipoproteínas de alta densidad, que en cantidades adecuadas (iguales o mayores a 40 miligramos por decilitro) protegen de enfermedades cardiovasculares y en cantidades menores son un factor de riesgo, 48% de los hombres y 39% de las mujeres adolescentes del medio rural presentaron una prevalencia más alta (valores más bajos) que los del área urbana, en particular los de las escuelas privadas, donde el porcentaje fue de 34% en ambos sexos.

#### Por edad, género y estatura

La medición de la presión arterial fue ajustada por edad, género y estatura.

"En ella tomamos en cuenta la hipertensión arterial sistólica y diastólica (componentes tradicionales), así como la presión arterial media y la presión de pulso, las cuales hoy se consideran también indicadores de riesgo de enfermedades cardiovasculares", apunta Yamamoto Kimura.

Se formaron dos grupos: el de los que

**30.1%**

de los mexicanos de entre 20 y 69 años de edad (15.2 millones) eran hipertensos en el año 2000

**60%**

de ellos no lo sabía

**9%**

de los adolescentes (de 12 a 16 años) mexicanos presenta hipertensión arterial

**25%**

de los adolescentes (de 12 a 16 años) mexicanos padece sobrepeso u obesidad

rebasan el percentil 90 de presión arterial: pre-hipertensos (más de 90 pero menos de 95) e hipertensos (más de 95); y el de los normotensos o controles, que están por debajo de la presión arterial media, es decir, 90.

Los valores promedio de hipertensión arterial por género-escuela fueron: en hombres de secundarias privadas, 11.6%; de públicas, 9.8%; y de rurales, 4.9%; y en mujeres, 7, 11 y 4.7%, respectivamente.

La prevalencia de hipertensión arterial fue diferente según el tipo de escuela de que se trataba: en las secundarias particulares predominó la hipertensión sistólica y la hipertensión de pulso; en las públicas, la presión arterial media; y en las rurales, la hipertensión de pulso.

#### Resultados

"Los resultados de este estudio —aclara Yamamoto Kimura— no se pueden extrapolar a nivel nacional, porque el perfil de riesgo cardiovascular es diferente en cada ambiente y tipo de escuela."

Por esta razón, las estrategias de prevención de la hipertensión arterial deben ser específicas para cada lugar.

"En el área urbana hay que fomentar entre los jóvenes el ejercicio físico y una dieta baja en sal y grasas. Y en el medio rural se deben emprender acciones para que aumenten de estatura y combatan la obesidad", señala la investigadora.

Ahora bien, enseñar a comer parece simple, pero no lo es porque el ser humano orienta sus preferencias a partir de las circunstancias culturales, psicológicas, religiosas, económicas, sociales y políticas en las que vive.

"De ahí que, si se quiere educar para la salud, así como prevenir y tratar la hipertensión arterial, haya que encontrar el justo equilibrio entre colaboración interdisciplinaria-interinstitucional y voluntad política", finaliza Yamamoto Kimura. (Fernando Guzmán Aguilar)



## Obesidad y sobrepeso

En el estudio llevado a cabo por Yamamoto Kimura, el exceso de peso corporal (obesidad y sobrepeso) fue significativamente más frecuente entre hipertensos (hombres, 38.2%; mujeres, 44.5%) que entre no hipertensos (hombres, 21.3%; mujeres, 28.12%).

Este estudio consideró también factores extrínsecos como estilo de vida (consumo de tabaco, alcohol, sal y sedentarismo) y entorno familiar (escolaridad de padres, ocupación, consumo de tabaco, alcohol, sal).

La mayor prevalencia de tabaquismo, el cual propicia rigidez arterial, se dio en secundarias privadas (20.5%), luego en rurales (8.6%) y por último en públicas urbanas (7%).

En cuanto al sedentarismo, su mayor frecuencia se dio en mujeres de secundarias públicas; y su menor frecuencia, en hombres de secundarias rurales.

## Asesina silenciosa, asintomática

La hipertensión arterial es el factor más común, potente y universal de las enfermedades cardiovasculares (infarto agudo al miocardio, angina de pecho, derrame cerebral, aterosclerosis...), las cuales matan cada año a 17 millones de personas en todo el mundo.

Quien padece hipertensión arterial puede presentar cefalea (dolor de cabeza), visión borrosa, fatiga, mareo, epistaxis (hemorragia originada en las fosas nasales), disnea (dificultad para respirar) y dolor torácico.

#### Los dos componentes de la presión arterial

Presión arterial sistólica. Corresponde al valor máximo de la tensión arterial en sístole (cuando el corazón se contrae). Se refiere al efecto de presión que ejerce la sangre eyectada del corazón sobre la pared de los vasos sanguíneos.

Presión arterial diastólica. Corresponde al valor mínimo de la tensión arterial (cuando el corazón está en diástole o entre latidos cardíacos). Depende fundamentalmente de la resistencia vascular periférica. Se refiere al efecto de distensibilidad de la pared de las arterias.

#### VALORES



Una dieta adecuada y una actividad física de moderada a intensa ayudan a tener una buena salud cardiovascular. Los valores de la hipertensión son:

**HIPERTENSIÓN** arterial en adultos: valores iguales o superiores a 140 mmHg (milímetros de mercurio) para presión sistólica y a 90mmHg para presión diastólica

de 120 a 139 mmHg para presión sistólica y de 80 a 89 mmHg para presión diastólica

**NIÑOS** y adolescentes hipertensos: presión arterial en el percentil 95 o mayor

**PRE-HIPERTENSIÓN** arterial: valores