

Estas son las arrugas que indican que tienes un mayor riesgo de sufrir un infarto



Las marcas en la piel en algunas zonas del cuerpo no son solo un síntoma de nuestro envejecimiento, también una señal de riesgo cardiovascular.

¿Le molestan esas arrugas profundas que tiene en la frente? Pues piense que pueden tener un significado sobre su estado de salud, más allá de ser un problema estético. Una investigación presentada en el Congreso Europeo de Cardiología que se celebra en Munich concluye que los surcos en la frente pueden ser una señal de alerta cardiovascular. Las personas que portan arrugas profundas por encima de sus cejas, más de lo que deberían tener por edad, tienen un mayor riesgo de morir por una enfermedad cardiovascular.

Este estudio pone en la mano de los médicos una forma sencilla y de bajo coste para identificar a las personas que tienen más posibilidades de sufrir un infarto o un problema

cerebrovascular. Bastará con mirar a la cara de una persona para que podamos asesorarle a reducir el riesgo. «Sin embargo, no se pueden ver o sentir factores de riesgo como el colesterol alto o la hipertensión», dice la autora del estudio Yolande Esquirol, profesora asociada de salud ocupacional en el Centre Hospitalier Universitaire de Toulouse, en Francia.

La detección llevaría aparejada cambios sencillos en el estilo de vida, como hacer más ejercicio o comer alimentos más saludables. Además de controlar los factores de riesgo clásicos como la presión arterial y los niveles de lípidos y glucosa en sangre.

El riesgo de enfermedad cardíaca aumenta a medida que las personas envejecen, pero el estilo de vida y las intervenciones médicas pueden mitigar el peligro. El desafío es identificar a los pacientes de alto riesgo lo suficientemente temprano como para marcar la diferencia.

Lo que dicen otras arrugas

Investigaciones previas habían analizado diferentes signos visibles del envejecimiento para ver si podían presagiar enfermedades cardiovasculares. Por ejemplo, las patas de gallo no mostraron ninguna relación con el riesgo cardiovascular, pero estas pequeñas arrugas cerca de los ojos son una consecuencia no solo de la edad sino también del movimiento facial. Se ha detectado un vínculo entre la calvicie de patrón masculino, los pliegues del lóbulo de la oreja, xantelasma (bolsas de grasa debajo de la piel) y un mayor riesgo de enfermedad cardíaca, pero no con un mayor riesgo de morir.

Los investigadores franceses optaron por estudiar las arrugas horizontales de la frente. El análisis lo hicieron en un grupo de 3.200 adultos. Los participantes, que eran todos sanos y tenían 32, 42, 52 y 62 años de edad al comienzo del estudio, fueron examinados por médicos que asignaron una puntuación según el número y la profundidad de las arrugas en sus

frentes. Una puntuación de cero significaba que tenía arrugas, mientras que una de tres quería decir «numerosas arrugas profundas».

Los participantes del estudio fueron seguidos durante 20 años, de los cuales 233 murieron por diversas causas. De estos, 15.2% tuvieron puntajes de dos y tres arrugas. El 6.6% tenía una puntuación arrugas y 2.1% no tenía arrugas. Las personas con algunas arrugas no tenían un riesgo ligeramente mayor de morir de enfermedad cardiovascular que las personas sin arrugas.

Los que tenían puntuaciones de arrugas de dos y tres tenían casi 10 veces el riesgo de morir en comparación con las personas con cero arrugas, después de ajustar otras variables que podían influir en las posibilidades de tener un problema cardiovascular como son la edad, la educación, el tabaquismo, la presión arterial, el colesterol o la diabetes.

«Cuanto mayor era la puntuación por arrugas, mayor será el riesgo de mortalidad cardiovascular», explica la doctora Esquirol.

No se sabe por qué

Los investigadores aún no conocen la razón de la relación, que persistió incluso cuando se tuvieron en cuenta factores como la tensión laboral, pero teorizan que podría tener que ver con la aterosclerosis o el endurecimiento de las arterias debido a la acumulación de placa. La aterosclerosis es un importante contribuyente a los ataques cardíacos y otros eventos cardiovasculares.

Los cambios en la proteína del colágeno y el estrés oxidativo parecen jugar un papel tanto en la aterosclerosis como en las arrugas. Además, los vasos sanguíneos en la frente son tan pequeños que pueden ser más sensibles a la acumulación de placa, lo que significa que las arrugas podrían ser uno de los

primeros signos de envejecimiento del vaso.

Fuente: abc.