

EL ALZHEIMER PUEDE ESTAR ESCONDIDO EN TU BOTIQUÍN

la salud al desnudo / Agosto 31, 2015

En otra oportunidad hablamos de lo perjudicial que puede ser el paracetamol en algunos casos - incluso se ha relacionado a este analgésico con algunos síntomas del Alzheimer-. Pero hoy no quisiera detenerme en este popular remedio sino en otro peligro que también podemos tener a mano.

Porque los resultados de un nuevo estudio han descubierto que hay una larga lista de medicamentos que pueden estar vinculados a la enfermedad de Alzheimer.

Estoy hablando de las pequeñas píldoras que nos ayuda a aliviar y controlar las alergias, el dolor, una vejiga hiperactiva e inclusive el insomnio.

¿Qué podrían tener en común estos medicamentos?

Un agente llamado “anticolinérgico”.

Este ingrediente funciona como un bloqueador del sistema nervioso, específicamente bloquea el paso de los impulsos a través de los nervios parasimpáticos. Y esto es lo que podría afectar tu mente de manera extraña.

Es que los investigadores del *Group Health Research Institute* de la Universidad de Washington estudiaron a más de 3.500 paciente mayores por más de siete años y descubrieron que el consumo de drogas como el Benadryl, incluso en una dosis mínima era suficiente para incorporar un alto riesgo de demencia.

Pero aparentemente esto podría ser mucho peor.

Porque otro estudio, esta vez realizado por Universidad de Indiana, encontró que tomar estos mismos medicamentos por tan sólo dos meses puede causar “deterioro cognitivo”.

Entonces, al parecer, tomar estos medicamentos puede causar una pérdida en su capacidad para entender y pensar con claridad, y con el tiempo puede conducirnos hacia la enfermedad de Alzheimer.

Cómo afirma Shelly Gray, de la Universidad de Washington (EE.UU.) y primer autor del informe. «Las personas mayores deben ser conscientes de que muchos de los medicamentos, entre los que se adquieren sin receta médica, poseen importantes efectos anticolinérgicos (...) aunque nadie debería dejar de tomar cualquier tratamiento sin consultar a su médico (...) [estos] deberían revisar regularmente los regímenes de medicamentos de sus pacientes de mayor edad para tratar de sustituir los medicamentos anticolinérgicos por otro o usarlos en dosis más bajas».

Aparte de Benadryl, otros medicamentos comunes contienen anticolinérgicos. Sería difícil detallarlos todos aquí. Pero es importante saber que el Dramamine o Piriton contiene dosis de este ingrediente.

La peor parte es que quizás usted combina estos fármacos sin darse cuenta. Por ejemplo, se podría tomar un Benadryl para sus alergias, un Dramamine para el mareo, y luego probar un Somnifex para conseguir dormir.

Es que los investigadores encontraron que los que tomaron las dosis más grandes de los anticolinérgicos (ya sea de un medicamento o una combinación de ellos) durante siete años tuvieron una tasa del 54% más alta de demencia y un mayor riesgo (63%) de padecer la enfermedad de Alzheimer.

Sí leiste bien: Tomar estos medicamentos por períodos prolongados (algo que mucha gente hace) puede aumentar el riesgo de padecer Alzheimer en un 63 por ciento!

Por eso repito dos consejos tontos pero claves: no se automedique y busque siempre alternativas naturales para protegerse.

Por nuestra salud,

Andrés Miller.