



23088 - LA SAL VEGETAL COMO POTENCIAL ESTRATEGIA EN PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CEREBROVASCULARES

Pérez Sánchez, S.; López Azcárate, C.; Domínguez Ruiz, C.; Sevilla, A.; de Torres Chacón, R.; Domínguez Mayoral, A.; Barragán Prieto, A.; Montaner, J.

Servicio de Neurología. Hospital Virgen Macarena.

Resumen

Objetivos: Se estima que 1,89 millones de muertes anuales están relacionadas con el consumo excesivo de sodio, un factor clave en el aumento de la presión arterial y el riesgo de ictus y demencia. Aproximadamente el 60% de los pacientes hipertensos son sensibles al sodio, lo que hace que su reducción sea una de las estrategias más costo-eficaces para mejorar la salud a través de programas de bajo costo.

Material y métodos: Estudio piloto prospectivo sobre el uso de sal vegetal derivada de salicornia en pacientes con factores de riesgo vascular. Esta sal contiene 5 veces menos sodio que la sal sódica y, además, contiene una mayor proporción de potasio y fibra. Durante un mes, los participantes sustituyeron la sal sódica por sal vegetal. Se recopilaron datos clínicos y se registraron semanalmente las mediciones de presión arterial (AMPA). Al finalizar el estudio, se aplicó un cuestionario sobre el uso del producto.

Resultados: Se incluyeron 20 pacientes, con una edad media de 71,2 años (DE 6,59). El 80% presentaban hipertensión y el 75% seguía tratamiento antihipertensivo. Se observó una reducción en la tensión arterial sistólica (127,77 vs. 122,18 mmHg; p = 0,249) y diastólica (78,35 vs. 71,82 mmHg; p = 0,010) entre el primer y último registro.

Conclusión: Los datos respaldan que la sal vegetal podría ser una opción prometedora para la reducción de la presión arterial. Aunque los resultados son alentadores, es necesario realizar estudios adicionales con un diseño más robusto para confirmar estos efectos y evaluar su impacto a largo plazo la prevención de ictus y otras enfermedades.