

## Cafeína, cannabis y precaución



¿La cafeína acelera la enfermedad de Huntington? ¿el cannabis la enlentece? HDBuzz mira más allá de los titulares

Por Dr Ed Wild el 08 de enero de 2012

Editado por Dr Jeff Carroll; Traducido por Asunción Martínez

Publicado originalmente el 06 de julio de 2011

---

*Artículos periodísticos recientes han sugerido que la cafeína puede ser dañina para las personas con la mutación para la enfermedad de Huntington, mientras que otros dicen que el cannabis puede ser beneficioso. Aquí analizamos la ciencia que hay detrás de estos artículos y por qué creemos que una tercera "C" de cuidado puede ser la mejor medicina cuando leemos artículos novedosos sobre la EH.*

## ¿La cafeína hace que los síntomas de la enfermedad de Huntington empiecen antes?

La observación de que la cafeína puede adelantar la aparición de los síntomas de la enfermedad de Huntington surge de una presentación que hizo el Dr. Pierre Krystkowiak, de la CHU Amiens, Francia, en el Congreso Internacional de Parkinson y Movimientos Anormales que tuvo lugar en Toronto, Canadá.

El equipo de Krystkowiak estudió a 80 pacientes franceses con enfermedad de Huntington. Cada paciente contestó a un cuestionario sobre la cantidad de bebidas con cafeína, como té, café y colas, que ingirieron en los últimos diez años.

Una vez obtenidos los resultados del cuestionario, dividieron a los pacientes en dos categorías: ingestión de cafeína alta y baja. A continuación analizaron la edad a la que fueron diagnosticados de la enfermedad de Huntington.

Analizar el comienzo de los síntomas mediante el diagnóstico es difícil. La enfermedad de Huntington está causada por una larga cadena de 3 letras que se repiten en el gen que codifica la huntingtina (C-A-G-C-A-G...). Las personas tienen un número distinto de repeticiones y en general a más repeticiones, menor edad de comienzo de los síntomas. El hecho de que los pacientes con EH tengan un número de repeticiones variable hace que el estudio de su



El consumo de mucha cafeína se ha relacionado con la aparición de los síntomas, pero el estudio

edad de comienzo sea complejo.

era pequeño y se basa en la memoria por lo que la relación puede ir en cualquier sentido.

Teniendo esto en cuenta, el equipo de Krystkowiak observó que por término medio los pacientes con una ingesta de cafeína 'alta' desarrollaron los síntomas unos cuatro años antes que los que tenían una 'baja' ingesta de cafeína.

En su presentación, Krystkowiak explicó que la cafeína bloquea unas moléculas que sirven en la comunicación en el cerebro llamadas 'receptores A2A'. Estos receptores se encuentran sobre todo en las células cerebrales que fallecen prematuramente en la enfermedad de Huntington.

Así que las personas que bebieron mucha cafeína tuvieron una edad de comienzo anterior - y los receptores bloqueados por la cafeína se encuentran principalmente en las regiones del cerebro dañadas por la EH ... Con certeza esta es una pistola humeante (o quizá una taza humeante. ¿Deberían las personas a riesgo para la EH dejar de beber cafeína inmediatamente?

## Sujeta las riendas ...

Como saben las personas afectadas por la enfermedad de Huntington, tomar decisiones sobre la dieta y el estilo de vida nunca es automático. Observemos lo que hay por debajo de este estudio.

Como el propio Krystkowiak señala, la ingesta de cafeína ya se relacionó en estudios realizados con un mayor número de pacientes, con un riesgo **reducido** de padecer enfermedad de Alzheimer y de Parkinson - lo **opuesto** a lo que se ha sugerido que ocurre en el estudio de la enfermedad de Huntington.

Sabemos que la enfermedad de Huntington, la de Alzheimer y la de Parkinson comparten muchas características. Por lo que sería una gran sorpresa descubrir que algo que hace que empeore una de estas enfermedades, realmente protege contra las otras dos. No es imposible, pero para poder defender algo así es necesario tener unas pruebas sólidas.

## Por lo tanto, ¿son bastante sólidas las pruebas de este estudio?

Bueno, realmente no lo sabemos porque todavía no se ha publicado el estudio.

Puede que esto no suene muy bien especialmente cuando el estudio ha generado artículos e intercambio de comentarios en un montón de páginas web, pero es cierto.



Hay que mirar tras los titulares, comprobar los hechos y no tomar decisiones sobre el estilo de vida en base a una única fuente de información

La investigación fue ‘presentada’ en una reunión científica en forma de póster, pero todavía no se ha publicado en una **revista científica revisada por pares**.



¿Por qué eso es importante? Bueno, la revisión por pares es el proceso por el que los científicos dan a conocer sus datos a otros expertos, quienes comprueban los resultados y los cálculos estadísticos y se aseguran de que las conclusiones deriven de los datos. Cualquier publicación hecha en una reputada revista científica ha de pasar un proceso de revisión por pares y que todos los datos relevantes son puestos a disposición de los lectores para que los puedan examinar.

El presentar los hallazgos en una reunión científica a menudo es el primer paso antes de la publicación y se comprueba que lo que se presenta no es malinterpretado. Pero estas comprobaciones no son tan rigurosas como cuando se envía el artículo a una revista científica revisada por pares.

## ¿Está equivocado el estudio?

No estamos diciendo que el estudio esté equivocado - ha sido realizado por unos reputados científicos y no hay ninguna razón para pensar que los resultados no fueron los reportados. Pero los estudios observacionales como estos a menudo alcanzan enormes proporciones cuando llegan a la prensa.

Los periodistas y los blogueros necesitan hacer las noticias “atractivas” para que los lectores las lean. Esto es más sencillo cuando se escriben titulares que llaman la atención como por ejemplo ‘El café acelera la enfermedad de Huntington’, aunque dichos titulares vayan más lejos que lo que la ciencia permite. El problema es mayor cuando los periodistas tienen que escribir noticias en base a una poca información contenida en un póster, en vez de tener un artículo completo revisado por pares que puedan leer y sobre el que escribir.

## ¿Y por qué no dejar de tomar café por si acaso?

Basándonos en la evidencia que tenemos hasta ahora, no tenemos suficientes pruebas para pensar que el café sea dañino o beneficioso para poder hacer ningún consejo. En caso de que aparezca suficiente evidencia, os lo haremos saber. Pero de momento, he aquí algunas razones por las que creemos que los pacientes no deben de dejar de beber sus capuchinos.

Primero el estudio se ha realizado en un número pequeño de pacientes. Esto siempre hace que los resultados sean menos fiables que cuando se hacen con un gran número.

Segundo el cuestionario sobre la ingesta de cafeína era ‘retrospectivo’ - preguntaba sobre la ingesta de cafeína en los **últimos** diez años. Sabemos que la enfermedad de Huntington afecta a la concentración y a la memoria por lo que las personas que desarrollaron los síntomas de la EH a una edad más temprana, pueden tener más problemas para



recordar la cantidad de cafeína que consumieron. Pueden haber dado la falsa impresión de que los pacientes que empezaron antes con los síntomas, consumieron más cafeína.

Dos compuestos químicos que se encuentran en el cannabis se han probado juntos en ratones que han sido 'envenenados' para que muestren algunas de las características de la EH.

Tercero, puede que realmente haya una relación entre el café y el comienzo de la enfermedad de Huntington, pero también puede que sea al contrario. En lugar de que el café acelere la aparición de los síntomas de la EH, puede ser que las personas que vayan a desarrollar síntomas de la EH antes, tengan tendencia a beber más café. Sabemos que las personas con EH a menudo se obsesionan con determinados hábitos y rutinas, por lo que esto es muy posible. La existencia de una relación no significa obligatoriamente que la cafeína acelere la enfermedad.

## ¿Y el cannabis?

Las noticias sobre que el cannabis es 'neuroprotector' (protege las células nerviosas) en la enfermedad de Huntington surgieron a raíz de un estudio dirigido por el Dr. Javier Fernández Ruíz y publicado en el Journal of Neuroscience Research. Esta es una revista científica revisada por pares, lo cual es un buen comienzo. Pero de nuevo los artículos periodísticos sobre la investigación han llevado un poco lejos los hallazgos realizados. Es importante fijarse en lo que hay detrás de los titulares para ver exactamente lo que ha demostrado el estudio.

Los investigadores estudiaron los efectos de dos compuestos químicos llamados THC y CBD, que se encuentran en el cannabis. También se encuentran en el fármaco Sativex, que se utiliza para tratar algunos síntomas musculares en la esclerosis múltiple.

No estudiaron estos compuestos químicos en humanos con EH, sino en ratones. Y los ratones que utilizaron no eran portadores de la mutación genética que produce la EH, en su lugar utilizaron ratones normales a los que administraron productos químicos para producir los daños cerebrales. Este daño es similar al observado en los cerebros con enfermedad de Huntington, pero no es exactamente igual a los 'ratones EH'.

Los dos compuestos químicos fueron probados previamente de forma separada en roedores, y se comprobó que protegían del daño cerebral producido por los agentes químicos. El nuevo estudio tiene como objetivo estudiar los dos compuestos a la vez para comprobar cómo actúan. Como era de esperar el coctel compuesto por los dos compuestos químicos previno algún daño causado por los agentes químicos, probablemente como consecuencia de una combinación de efectos antioxidantes y anti-inflamatorios.

Así que aunque este es un estudio interesante, no se realizó con pacientes humanos, o en un animal con el gen mutado de la EH, o ¡nada similar! No proporciona ninguna prueba de que fumar cannabis sea útil o dañino para las personas con la mutación de la enfermedad de Huntington. De momento, esta es otra duda sobre la que la ciencia todavía no puede dar una respuesta clara.

## Cuidado

Esperamos que este artículo no sea muy decepcionante. Todos, incluyendo los escritores y editores de HDBuzz, nos emocionamos cuando leemos titulares sobre la prevención del daño causado por la mutación de la EH. Es bueno estar animado sobre las novedades científicas porque la esperanza es más poderosa cuando se basa en hechos consolidados. Nuestro consejo es que se alegre con los nuevos descubrimientos pero que proceda con precaución. Fíjese más allá de los titulares, compruebe los hechos y en lo que se refiere al estilo de vida, un buen consejo es “todo con moderación”, al menos hasta que una fuerte evidencia incline la balanza en un sentido u otro. Por último, no tome decisiones sobre el estilo de vida basándose en una única fuente de información, ¡incluyendo también esta!

---

*Los autores no tienen ningún conflicto de intereses que declarar. Más información sobre nuestra política de privacidad en las Preguntas frecuentes*

---

## Glosario

**esclerosis múltiple** una enfermedad cerebral y de la médula espinal en la que el daño es producido por episodios inflamatorios. Al contrario que en la EH, la EM no es hereditaria

---

© HDBuzz 2011-2017. El contenido de HDBuzz se puede compartir gratuitamente, bajo una Licencia Creative Commons Attribution-ShareAlike 3.0 Unported.

HDBuzz no proporciona consejo médico. Para más información visite [hdbuzz.net](http://hdbuzz.net)

Generado el 06 de julio de 2017 — Descargado desde <https://es.hdbuzz.net/037>