

Monodosis

EL COMPONENTE SOCIAL DE LA SALUD INDIVIDUAL: LA SOLEDAD AUMENTA EL RIESGO DE ENFERMEDAD Y MUERTE

De acuerdo a la definición propuesta por la Organización Mundial de la Salud, el concepto de *salud* no se refiere únicamente a la ausencia de enfermedad, sino también al estado de completo bienestar físico, mental y social. Esta definición recoge así los distintos elementos que afectan a la salud de las personas y destaca la importancia del ámbito social, tanto en lo que respecta a los aspectos positivos vinculados a las interacciones sociales como a la importancia que una red familiar y social tiene en relación con el cuidado de la propia salud y con el de las personas cercanas.

En este sentido, aunque se conoce bien la relación entre la interacción social y el bienestar personal, la asociación entre factores como el aislamiento social o la soledad y variables como la mortalidad o como el desarrollo de enfermedades concretas requiere de estudios amplios y análisis complejos, debido a la gran multitud de factores que pueden afectar a estas variables.

Este análisis ha sido el propósito de una reciente revisión sistemática que ha incluido 90 estudios de cohortes con más de 2 millones de individuos mayores de 18 años. Sus resultados prueban que la ausencia de contactos sociales y la soledad se pudieron asociar de manera estadísticamente significativa con un incremento de la mortalidad por cualquier causa de entre el 14% y el 32% y con un incre-

mento de la mortalidad por cáncer de entre el 9% y el 24%. El aislamiento social también se relacionó con un aumento del 34% de la mortalidad por enfermedad cardiovascular.

Si bien es cierto que el mantenimiento del contacto social es fundamental con independencia de la edad, se debe reconocer que las personas mayores son especialmente vulnerables al aislamiento. Factores como una reducción de la movilidad que limita la vida fuera del hogar, la situación de viudedad o un menor contacto con los hijos se unen al deterioro habitual de la salud asociado al envejecimiento y, de acuerdo a los datos revelados por esta revisión sistemática, actúan acelerando y agravando este deterioro. Por ello, y teniendo en cuenta el importante proceso de envejecimiento que afrontan sociedades como la española, resulta fundamental desarrollar políticas públicas orientadas a favorecer el contacto social de las personas mayores, pues éstas van a redundar en una mejor salud y además en una consecuente reducción del gasto sanitario que favorecerá la sostenibilidad del sistema sanitario.

Wang F, Gao Y, Han Z, Yu Y, Long Z, Jiang X et al. A systematic review and meta-analysis of 90 cohort studies of social isolation, loneliness and mortality. *Nat Hum Behav.* 2023. DOI: 10.1038/s41562-023-01617-6.

EN LONTANANZA UNA TERAPIA GÉNICA FRENTE AL ALCOHOLISMO

El alcoholismo o adicción crónica a las bebidas alcohólicas, clínicamente denominado trastorno por consumo o uso de alcohol (TUA), es uno de los problemas que mayores costes personales, sociales y económicos implica a nivel mundial, suponiendo más de 2 millones de muertes anuales. Buena parte de la culpa la reside en la amplia aceptación social del consumo relativamente “puntual” de este tipo de bebidas y la escasa atención prestada al daño orgánico que produce. Pero, con independencia de la causa, se acepta que uno de los principales riesgos de esta patología se refiere a los repetidos ciclos de abstinencia y recaídas que sufren los pacientes con TUA, incluso quienes recurren a la farmacoterapia para su abordaje. Recordemos que son 4 las opciones farmacológicas aprobadas para este trastorno en España: acamprosato, disulfiram, naltrexona y nalmefeno.

Sobre el conocimiento de que la ingesta crónica de etanol induce neuroadaptaciones de la señalización dopaminérgica en las neuronas del área tegmental ventral de la vía de recompensa mesolímbica y de que la disfunción sostenida de estos los circuitos de recompensa se asocia con el retorno a la conducta de beber, un grupo de investigadores ha planteado la hipótesis de que una terapia génica dirigida específicamente a corregir esa situación de deficiencia dopaminérgica puede ser un tratamiento eficaz frente al TUA.