

Reducir el consumo de bebidas en plástico mejora la presión arterial

Un estudio demostró una gran diferencia en las mujeres más que en los hombres. Además, las partículas de plástico tendrían el potencial de interactuar con las células.

Agencia EFE

Un nuevo estudio de la Universidad Privada del Danubio (DPU), en Austria, vincula la reducción del consumo de bebidas envasadas en plástico con una disminución y mejora de la presión arterial, especialmente entre las mujeres.

La investigación, publicada este lunes en la revista científica *Microplastics*, es la primera en examinar los posibles efectos de evitar el uso diario de estos envases en la salud cardiovascular.

El trabajo incluyó a ocho adultos sanos que, durante un período de cuatro semanas, se abstuvieron de consumir bebidas embotelladas en plástico, limitando su ingesta de líquidos exclusivamente a agua de grifo. Los resultados mostraron una notable disminución de la presión arterial en las mujeres, especialmente en la presión sistólica del brazo derecho en un período de dos a cuatro semanas de observación.

La presión arterial sistólica o máxima, considerada elevada si supera los 140 mi-



Los expertos recomiendan no ingerir este tipo de bebidas.

límetros de mercurio (mmHg), es la medida de las arterias cuando el corazón se contrae para bombear sangre.

La diastólica, con un valor normal por debajo de los 90 mmHg, es la presión en las

arterias cuando el corazón está en reposo entre latidos.

En contraste, no se observaron cambios significativos en la presión arterial sistólica de los varones, lo que los investigadores atribuyen a la gran variabilidad entre los

sujetos.

Según el equipo de investigación, liderados por Maja Henjakovic, profesora en fisiología de la citada casa de estudios, se indica por primera vez que una reducción en el uso de plástico estaría asociada a una disminución de la presión arterial. Esto es debido a un menor volumen de partículas de plástico en el torrente sanguíneo, lo que sugiere una relación entre su consumo y la salud.

"Mientras que la forma física, la dieta, la edad, el sexo y la genética son factores reconocidos que influyen en el desarrollo de la hipertensión, las nuevas pruebas sugieren que las partículas de plástico también pueden influir en estos valores", añaden los especialistas.

Estas partículas tienen el potencial de interactuar con las células sanguíneas, desencadenando respuestas inflamatorias y promoviendo la formación de placas en las arterias.

Aunque los expertos aún no conocen del todo la relación causal, enfatizan en evitar el consumo de bebidas envasadas en plástico para prevenir efectos adversos.