

Resumen de charla dictada en el Congreso de la Sociedad de Bioanalistas Especialistas. Hotel MareMares, Puerto La Cruz, Edo. Anzoátegui. Junio 2010.

“Estrés y síndrome metabólico”

Prof. Matilde Medina Martel

El estrés puede definirse como cualquier estímulo que un individuo perciba como amenazante y que desencadene en el mismo una respuesta fisiológica compleja y estereotipada llamada respuesta al estrés, la cual constituye una ventaja evolutiva que ha garantizado nuestra supervivencia ante situaciones adversas como depredadores, cambios climáticos, sociales, etc.

Esta respuesta es coordinada por diversos centros cerebrales y tiene como principales efectores al sistema nervioso simpático-médula suprarrenal y al eje hipotálamo-hipófisis-corteza suprarrenal. Los mediadores liberados por estos sistemas producen cambios fisiológicos transitorios que permiten al individuo reaccionar ante un estímulo puntual. Una vez que el estímulo desaparece, el individuo vuelve a su condición basal gracias a mecanismos regulatorios de retroalimentación negativa. Cuando un estímulo estresante se prolonga en el tiempo y el individuo no tiene los recursos adecuados para adaptarse al mismo, estos sistemas de respuesta cuya función inicial era de tipo protectora, al activarse en forma prolongada conducen a cambios patológicos que están asociados al desarrollo de diferentes enfermedades.

En relación con lo antes expuesto, el estrés crónico adquiere cada vez mayor relevancia como factor de riesgo asociado a la etiología de hipertensión arterial, **síndrome metabólico** y enfermedad cardiovascular.

