

SAL E HIPERTENSION. La regulación de la presión arterial es un fenómeno muy complejo en el que intervienen intrincados mecanismos fisiológicos. Respecto a la hipertensión, el papel y la importancia de la sal en la alimentación sigue siendo objeto de discusión y de interpretación complicada tal como se indicaba en un trabajo publicado por científicos franceses en CAHIERS DE NUTRITION ET DIETETIQUE. Aunque estadísticamente se admite la existencia de una correlación entre una mayor toma de sal y una mayor presión arterial, este comportamiento no parece ser general y aplicable a todos por igual. Por ejemplo, en una muestra de 82 personas normales en cuanto a su tensión arterial, que fueron sometidas a una dieta de restricción de sal durante tres meses, en aproximadamente un tercio de la muestra no se dieron variaciones; en otra tercera parte se dieron incluso discretos ascensos, y solo en una tercera parte de la población estudiada la restricción salina condujo a disminuciones significativas de la presión arterial, aunque global y estadísticamente a menor (mayor) ingesta salina le corresponde una menor (mayor) presión arterial. La conclusión es que no todos somos iguales respecto al consumo de sal y por ello es necesario que se investigue sobre este fenómeno de sensibilidad o insensibilidad hacia la sal que presentamos las diferentes personas.