



BOLETÍN INFORMATIVO PARA PARTICIPANTES

Estimado Voluntario SPRINT:

En esta edición abordamos un tema muy interesante de nuestro Estudio: El componente llamado ‘Memoria y Cognición al Disminuir la Hipertensión’ (**SPRINT-MIND**).

A todas las personas participantes en SPRINT-MIND se les pedirá que realicen cortas pruebas de memoria. A algunos de los casi 2.800 participantes se le realizan pruebas un poco más largas para obtener más detalles asociados a la habilidad mental y la memoria. A unos 650 de estos 2.800 voluntarios también se le realizará un estudio de Imagen por Resonancia Magnética (MRI) del cerebro.

Estas pruebas y estudios se realizan principalmente para poder comparar datos y encontrar la respuesta sobre si es mejor tener la presión sistólica (la alta) al nivel de 140 mmHg o 120 mmHg para prevenir los daños neurológicos que afectan las facultades mentales. Lo que el estudio SPRINT-MIND busca contestar es:

¿Mantener una presión arterial un poco más baja contribuye o no a desacelerar la disminución de la memoria y habilidades mentales asociadas al envejecimiento?

Su participación, tanto en cuerpo como en mente, representa una gran contribución en nuestro esfuerzo por saber más acerca de los beneficios que aportan los tratamientos de control de hipertensión a condiciones asociadas al cerebro, el corazón y los riñones.

¡Agradecemos su participación en SPRINT!

*Lawrence J. Fine, MD, DrPH
En nombre de la Oficina del Proyecto en NIH*

INVIERNO/PRIMAVERA 2013
Volumen 1 - 1^{ra} Edición

En esta edición:

Estudio SPRINT	1
SPRINT MIND	2
Perspectiva de un Participante	3
Consejos sobre la Presión Arterial ..	3
Mapa SPRINT	4



Ejercite Su Memoria

Preste Atención

Manténgase Enfocado

Repita para Recordar Mejor

Escríbalo

Use la Memoria Visual

Relacione y Asocie Información

Organice sus Ideas

Planifique y Establezca Prioridades



¿Qué tiene que ver mi Presión Arterial con mi Memoria?

El Estudio SPRINT es una investigación que estudia las distintas formas en las que la hipertensión afecta la salud y la calidad de vida en general. Entre los factores asociados al tema están la memoria y las habilidades mentales. Se realizarán una serie de cortas pruebas de memoria a todos los participantes del Estudio SPRINT, lo que generará una gran cantidad de información muy útil para los investigadores de este estudio.

¿Qué indican otras investigaciones sobre el tema?

Los resultados de otros estudios de investigación indican que las personas que no cumplen tratamiento alguno para controlar su hipertensión tienen mayores probabilidades de desarrollar problemas de memoria que aquellas que no sufren de hipertensión. Sin embargo no se ha podido precisar con mayor detalle cuáles serían los niveles de tratamiento ideales que logren una mejor prevención de los problemas de memoria en personas hipertensas. Gracias a su participación en SPRINT, esperamos poder recolectar suficientes datos e información que permitan establecer cuál es el nivel ideal de presión arterial que otorga los mejores resultados para reducir las probabilidades de desarrollar problemas de memoria o de capacidad mental a medida que pasan los años.

¿Qué es lo que me pedirán que haga?

Durante su visita inicial y nuevamente durante las visitas del segundo y el cuarto año se le pedirá que conteste una serie de preguntas entre las cuales algunas no son fáciles de contestar. Si se equivoca en alguna respuesta no debe preocuparse ya que nuestro objetivo es recolectar ciertos datos que solo pueden obtenerse variando la dificultad de las preguntas. No nos interesa la nota o calificación de respuestas correctas sino más bien cómo varían los resultados de acuerdo a los cambios en los niveles de presión arterial del participante a lo largo del estudio.

¿Qué harán con la información y datos recolectados por el estudio?

El objetivo de la información recolectada por el Estudio SPRINT es que una vez analizados los datos nosotros podamos darles a los médicos información que les permita recetar mejores tratamientos de manera de mejorar las habilidades mentales y la calidad de vida de sus pacientes. ¡Agradecemos mucho su ayuda al estudio SPRINT ya que no podríamos lograrlo sin la participación de personas como usted!





CONOZCA A UN PARTICIPANTE

Linda Reid

De: Birmingham, Alabama

Profesión: Linda tiene un Maestría en Enfermería y ha sido profesora de la Escuela de Enfermeras UAB durante 30 años.

¿Cómo se enteró acerca del Estudio SPRINT? “Leyendo un artículo sobre el estudio en nuestra publicación interna, ‘The UAB Reporter’. Yo sufro de hipertensión y durante un tiempo no la tuve bien controlada. Estaba medicada pero mi presión variaba y no siempre lograba mantenerla dentro de los rangos normales. Entonces decidí probar y participar en el estudio.”

¿Le ha ayudado el Estudio SPRINT a controlar mejor su hipertensión? “Sí lo ha hecho. Mi presión arterial se mantiene más dentro del rango deseado sin tantas fluctuaciones. Todavía tengo algunas pero también no hace tanto que estoy participando en el estudio. Pienso que a medida que pase el tiempo y manteniendo niveles constantes de medicación en la sangre mi presión arterial también se mantendrá más constante.”

¿Qué recuerda acerca de las pruebas MIND de memoria? “Sin duda las pruebas evalúan habilidades de percepción, de resolución lógica y de memoria. Esto me interesó bastante ya que a medida que envejecemos es frecuente que comencemos a perder un poco nuestra habilidad para estas cosas y algunos hasta tenemos riesgo de sufrir en adelante problemas neurológicos como el Alzheimer’s. Aprendí que hay riesgos y que el propósito al usar hacer estas pruebas es monitorear cambios a lo largo de varios años.”

¿Cómo se sintió al hacer las pruebas MIND? “Fue en un ambiente muy tranquilo con una persona muy agradable y paciente. No me molestó hacer las pruebas y yo sólo quería hacer lo mejor que pudiera.”

¿Hubo alguna prueba MIND en particular que le haya llamado la atención o parecido más interesante? “Así como le pasa a mis estudiantes, uno recuerda más las preguntas que falló. Me describieron una situación y luego tenía que repetir todo aquello que pudiera recordar. Me había olvidado de una cosa y no pude recordarlo antes del tiempo asignado. ¡Sin embargo luego lo recordé y ahora ya no se me olvida!”



Consejos sobre la Presión Arterial

Si usted tiene un estado gripal (gripe o flu) o alguna otra enfermedad que le causa pérdida del apetito, náuseas vómitos o diarrea, usted corre el riesgo de sufrir deshidratación. Al estar deshidratado, su presión arterial puede bajar más de lo esperado. Seguir tomando su medicamento podría empeorar la reacción causándole mareos, desmayo o problemas en los riñones. Si se enferma no deje de llamar al Estudio SPRINT. En lo posible, verifique su presión arterial, ya sea con su medidor en casa o en la farmacia o con su médico o clínica. Si el número de la presión sistólica (el de arriba) está más de 10 puntos por debajo de su meta normal llame a su clínica SPRINT para informarles. Es posible que le indiquemos que baje su dosis de medicamento hasta tanto se sienta mejor, pero por favor no haga cambios por su cuenta a su plan de medicación sin primero haberlo consultado con alguien en su clínica SPRINT.



UBICACIONES DE LAS CLÍNICAS SPRINT

www.sprintrial.org

