



7 Febrero, 2023

DREAMSTIME



Marta de Andrés. MADRID

**L**as enfermedades autoinmunes sistémicas (o EAS) agrupan un número heterogéneo de afecciones que comparten el hecho de tener anticuerpos, producidos por la propia persona, que actúan contra sus células y tejidos. En las EAS existen una serie de factores de riesgo que, al combinarse en algunas personas, pueden desencadenarlas. Entre ellos están el estrés, factores ambientales como los rayos ultravioletas o las infecciones y las hormonas sexuales femeninas. Así, el sexo femenino representa un factor de riesgo para el desarrollo de la mayoría de estas.

De hecho, es más determinante que la genética, hasta el punto de que el 80% de las personas que

► **El sexo es más determinante que la genética para padecer ciertas patologías. En las enfermedades autoinmunes, el cromosoma XX es clave**

# Ser mujer, en algunos casos, es malo para la salud

padecen las 80 enfermedades autoinmunes que se conocen hasta la fecha son mujeres. Un factor importante en esta distribución tan desigual es que las mujeres, en

España, tienen una esperanza de vida mayor que los hombres (85,8 años frente a los 80,2 años, respectivamente, según datos del Instituto Nacional de Estadística). Por

ello, tienen mayor riesgo de sufrir patologías ligadas al envejecimiento. Entre las autoinmunes, las más habituales en mujeres son el síndrome de Sjögren -un tras-

torno en el cual se destruyen las glándulas que producen las lágrimas y la saliva, lo que causa sequedad en la boca y en los ojos- el lupus eritematoso sistémico -enfermedad crónica en la que el sistema inmunitario ataca a diferentes órganos y tejidos, provocando daño e inflamación-, el síndrome antifosfolípido -afección en la cual el sistema inmunitario crea, por error, anticuerpos que atacan los tejidos del cuerpo, y que pueden provocar la formación de coágulos de sangre en arterias y venas- y la esclerosis sistémica o esclerodermia -una enfermedad crónica autoinmune que afecta principalmente a la piel, aunque también puede dañar a los órganos internos (pulmones, intestinos, riñón o corazón)-. Así lo ha señalado hace unos días el vicepresidente de la Sociedad Española Multidisciplinar de Enferme-



7 Febrero, 2023

Artritis y artrosis,  
 otras de las afecciones  
 más frecuentes

## Padecer covid aumenta el riesgo de EAS

► Un estudio publicado en «preprint» y realizado en más de 640.000 pacientes de aseguradoras privadas en Alemania sugiere que las personas que sufrieron covid tendrían un riesgo superior de sufrir enfermedades autoinmunes incidentes, en especial las relacionadas con el aparato vascular, entre los 3 y 15 meses posteriores a la fase aguda de la infección. Para las enfermedades autoinmunes más comunes, los riesgos más altos se encontraron en artritis reumatoide, enfermedad de Sjögren, enfermedad de Graves y tiroiditis de Hashimoto, con un aumento del 40%. Más de la mitad de los dos grupos (tanto covid como control) eran mujeres (57,3 %); la mayoría tenía entre 18 y 64 años (74,2% y 74,6%), mientras que el 9,5% tenía menos de 18 años y el 16,3% tenía 65 años o más.

dades Autoinmunes Sistémicas (Semais) y jefe del Servicio de Enfermedades Autoinmunes del Hospital Clínic de Barcelona, Ricard Cervera.

### Mayor riesgo en edad fértil

«Entre las EAS, las mayores diferencias se producen en el lupus y el síndrome de Sjögren, donde por cada hombre afectado encontramos de 9 a 10 mujeres con estas enfermedades», precisó Cervera.

Particularmente, el mayor riesgo de aparición de lupus se produce en la edad fértil de la mujer, es decir, a partir de la menarquia (inicio de la menstruación) y dura hasta la tercera o cuarta década de la vida. En cambio, como explicó el experto, «a partir de la menopausia es poco frecuente su aparición o que se produzcan brotes de actividad de la enfermedad».

## La mayor esperanza de vida en las mujeres es clave para explicar su alto riesgo de enfermar

«La estadística es de un hombre frente a 10 mujeres en la prevalencia de algunas patologías»

A pesar de la influencia de los factores determinantes, existen diferentes formas de reducir su riesgo de aparición (o el de un brote de una enfermedad ya desarrollada). «Limitando la influencia de factores externos como las hormonas sexuales femeninas –evitar la utilización de anticonceptivos hormonales o terapia hormonal sustitutiva para reducir los síntomas de la menopausia–, el estrés –llevar un ritmo de vida equilibrado– o factores ambientales como la exposición a rayos ultravioletas, o la prevención y el tratamiento precoz de las infecciones».

Aunque el riesgo genético juega también un papel importante, raramente es la causa única o principal. Aun así, se puede limitar favoreciendo un diagnóstico temprano en los casos familiares. «Ante la presencia de alguna manifestación clínica de sospecha de EAS (dolores articulares, lesiones cutáneas, fatiga intensa, debilidad muscular, entre otros), la existencia de antecedentes familiares de estas enfermedades debe motivar al médico a estudiar la posible existencia de una EAS subyacente» indicó Cervera.

### No son las únicas

Pero las EAS no son las únicas enfermedades en las que nacer mujer es una «desventaja». La osteoporosis es otra patología con una prevalencia eminentemente femenina: de los 3 millones de personas que la padecen en España, el 79,2% son mujeres, frente al 20,8% de hombres. Su mayor prevalencia en mujeres se ve acrecentada tras el desequilibrio hormonal que supone la menopausia.

Otra es la artritis, cuyos tipos más comunes son la artrosis y la artritis reumatoide. Esta última afecta a una de cada cuatro mujeres respecto a uno de cada cinco hombres. Además, las afectadas son más susceptibles de padecer síntomas incapacitantes de mayor gravedad. También las enfermedades relacionadas con la glándula tiroides son más frecuentes en mujeres, que son hasta ocho veces más propensas que los hombres de padecerlas.

Al igual que, desde hace más de una década, se intenta reducir el sesgo de género en la investigación –y en la Ciencia en general–, está empezando a desarrollarse una «medicina de género» destinada a enfocar la prevención y los tratamientos de las enfermedades a las particularidades propias del género femenino. Aunque aún queda camino por recorrer.