

PREGUNTA CLÍNICA Nº 18 MAGNESIO

¿CUALES SON LOS BENEFICIOS/DAÑOS DE LA MEDIDA NO FARMACOLÓGICA, SUPLEMENTOS DE MAGNESIO, EN EL CONTROL DEL PACIENTE HIPERTENSO?

Fecha de actualización: Agosto 2014

RESUMEN

1. Introducción.

En la guía a actualizar no se recomiendan los suplementos de magnesio de forma generalizada a pacientes hipertensos (A) en base a los resultados de 2 RS publicadas en el 2006 , una de ellas revisión Cochrane(1).

2. Resumen respuesta en GPCs base.

Hay consistencia entre las guías base (2, 3) acerca de la no recomendación de suplementos de magnesio. No obstante no actualizan la bibliografía en la que se basan.

3. Resumen de la evidencia.

Una RS reciente (4) evalúa el efecto de los suplementos de magnesio sobre la presión arterial en población general (un total de 1173 individuos) así como los efectos adversos.

Aun cuando muestra resultados favorables en disminución tanto de PAS como PAD la confianza en dichos resultados es muy baja por la escasa calidad de los estudios, la gran heterogeneidad encontrada y la ausencia de datos en el subgrupo de hipertensos. En más de la mitad de los estudios se describen efectos adversos mayoritariamente gastrointestinales en relación con los suplementos .

Una RS Cochrane (5) estudia los beneficios y los daños de la combinación de suplementos dietéticos de calcio, magnesio o potasio en los pacientes adultos con hipertensión primaria ante la hipótesis de que la consecuencia de modificar la ingesta dietética de estos minerales puede ser acumulativa.

Ninguna de las combinaciones de sales que incluyan magnesio resulta significativa con calidad de evidencia muy baja.

4. De la Evidencia a la Recomendación.

Balance beneficios y riesgos, opinión de los pacientes, recursos, balance de las consecuencias:

En población hipertensa los suplementos de magnesio en combinación no producen efecto en las cifras de presión arterial.

En los estudios en población general los suplementos de magnesio se relacionan con descensos en las cifras de PA pero la confianza en dichos resultados es muy baja. A su vez se relacionan con molestias gastrointestinales inespecíficas y en algunos estudios implica abandono.

Razonamiento justificación de la recomendación:

No hay datos que avalen un efecto beneficioso de los suplementos de magnesio en el paciente hipertenso.

Los pequeños beneficios obtenidos en población general son de muy baja calidad y no proporcionan datos en el grupo de hipertensos.

Recomendación:

No se recomiendan los suplementos de magnesio en población hipertensa.

Consideraciones para la implementación:

No se debe implementar.

Factibilidad:

Es factible en nuestro medio.

Evaluación y prioridades para la investigación:

Se requieren estudios de alta calidad para determinar el efecto del aumento del aporte dietético de magnesio a largo plazo, así como determinar si hay diferencias entre aporte a través de la dieta o a través de suplementos.

5. Bibliografía.

1. Dickinson HO, Nicolson DJ, Campbell F, Cook JV, Beyer FR, Ford GA, et al. Magnesium supplementation for the management of essential hypertension in adults. Cochrane Database Syst Rev. 2006(3):Cd004640.
2. Daskalopoulou SS, Khan NA, Quinn RR, Ruzicka M, McKay DW, Hackam DG, et al. The 2012 Canadian hypertension education program recommendations for the management of hypertension: blood pressure measurement, diagnosis, assessment of risk, and therapy. The Canadian journal of cardiology. 2012;28(3):270-87.
3. Excellence NIfHaC. Hypertension.Clinical management of primary hypertension in adults. Disponible en <http://publicationsniceorguk/hypertension-cg127> [Acceso septiembre 2012]. 2011.
4. Kass L, Weekes J, Carpenter L. Effect of magnesium supplementation on blood pressure: a meta-analysis. Eur J Clin Nutr. 2012;66(4):411-8.
5. Beyer FR, Dickinson HO, Nicolson DJ, Ford GA, Mason J. Combined calcium, magnesium and potassium supplementation for the management of. Cochrane Database Syst Rev. 2006(3):Cd004805.