

enfermedades del corazón



Visión CEVECE
2022 Semana 41

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica y Control de Enfermedades. Av. Fidel Velázquez No. 805, Col. Vértice. C.P. 50150. Tel. (722) 2193887. Estado de México.



descripción general

- La enfermedad cardíaca incluye una gran variedad de enfermedades que afectan el corazón. Las enfermedades cardíacas incluyen lo siguiente:
 - Enfermedad de los vasos sanguíneos, como enfermedad de las arterias coronarias.
 - Problemas en el ritmo cardíaco (arritmias).
 - Defectos cardíacos de nacimiento (defectos cardíacos congénitos).
 - Enfermedad de las válvulas cardíacas.
 - Enfermedad del músculo cardíaco.
 - Infección del corazón.
- Muchas formas de enfermedad cardíaca pueden prevenirse o tratarse con elecciones de un estilo de vida saludable.
- Los síntomas de la enfermedad cardíaca dependen del tipo de enfermedad cardíaca que tengas. Los síntomas de la enfermedad de las arterias coronarias pueden ser diferentes para los hombres y las mujeres. Por ejemplo, los hombres son más propensos a tener dolor en el pecho. Las mujeres pueden tener otros signos y síntomas junto con el malestar en el

- pecho, como falta de aire, náuseas y fatiga extrema.
- Los signos y síntomas pueden incluir los siguientes:
 - Dolor en el pecho, opresión del pecho, presión en el pecho y molestia en el pecho (angina de pecho)
 - Falta de aire
 - Dolor, entumecimiento, debilidad y sensación de frío en las piernas o los brazos si los vasos sanguíneos en esas partes del cuerpo se estrechan
 - Dolor en el cuello, la mandíbula, la garganta, el área superior del abdomen o la espalda
- Es posible que no te diagnostiquen enfermedad de las arterias coronarias hasta que tengas un ataque cardíaco, angina de pecho, accidente cerebrovascular o insuficiencia cardíaca. Es importante que controles los síntomas cardiovasculares y comuniqués tus preocupaciones a tu médico. La enfermedad cardiovascular puede detectarse a tiempo con evaluaciones periódicas.

La enfermedad cardíaca incluye una gran variedad de enfermedades que afectan el corazón: enfermedad de los vasos sanguíneos, como enfermedad de las arterias coronarias.

tipos de enfermedades cardíacas

- Enfermedad cardíaca causados por latidos anormales (arritmias cardíacas). Es posible que tu corazón lata demasiado rápido, demasiado lento o de forma irregular.
 - Los signos y síntomas de la arritmia cardíaca pueden incluir los siguientes: sensación de aleteo en el pecho, latidos cardíacos acelerados (taquicardia), latidos cardíacos lentos (bradicardia), dolor o molestia en el pecho, falta de aire, aturdimiento, mareos, desmayo (síncope) o casi desmayo.
- Los defectos cardíacos graves de nacimiento (defectos cardíacos congénitos) a menudo se observan poco después del nacimiento.
 - Los signos y síntomas del defecto cardíaco en niños y niñas pueden incluir los siguientes: color de piel gris pálido o azul (cianosis), hinchazón en las piernas, el abdomen o el área alrededor de los ojos, en un o una bebé, la falta de aliento durante el amamantamiento, lo que genera poco aumento de peso.
- Enfermedad cardíaca causados por el músculo del corazón afectado por la enfermedad (miocardiopatía). En las primeras etapas de la miocardiopatía, es posible que no tengas síntomas.
 - A medida que la enfermedad empeora, los síntomas pueden incluir lo

- siguiente: falta de aliento cuando haces actividad o descansas, hinchazón en las piernas, los tobillos y los pies, fatiga, latidos irregulares que se sienten rápidos, que palpitan fuertemente o como aleteos, mareos, aturdimiento y desmayos.
- Enfermedad cardíaca causados por problemas en la válvula cardíaca (valvulopatía). El corazón tiene cuatro válvulas: la aórtica, la mitral, la pulmonar y la tricúspide, que se abren y se cierran para dirigir el flujo sanguíneo a través del corazón. Muchas cosas pueden dañar las válvulas cardíacas y pueden provocar un estrechamiento (estenosis), un filtrado (regurgitación o insuficiencia) o un cierre inadecuado (prolapsos).
 - Según qué válvula no esté funcionando correctamente, los signos y síntomas de la valvulopatía generalmente incluyen los siguientes: fatiga, falta de aire, ritmo cardíaco irregular, pies o tobillos hinchados, dolor en el pecho, desmayos (síncope).
 - Busca atención médica de emergencia si tienes los siguientes signos y síntomas de enfermedades cardíacas: dolor en el pecho, falta de aire y desmayo.

Enfermedad cardíaca causados por latidos anormales (arritmias cardíacas). Es posible que tu corazón lata demasiado rápido, demasiado lento o de forma irregular.

factores de riesgo

Entre los factores de riesgo de desarrollar una enfermedad cardíaca se incluyen los siguientes:

- **Edad.** El envejecimiento aumenta el riesgo de que las arterias se dañen y se estrechen y de que el músculo cardíaco se debilite o engrose.
- **Sexo.** En general, los hombres corren mayor riesgo de padecer una enfermedad cardíaca. El riesgo en las mujeres aumenta después de la menopausia.
- **Antecedentes familiares.** Los antecedentes familiares de enfermedades cardíacas aumentan tu riesgo de padecer enfermedad de las arterias coronarias, especialmente si tu padre o madre la desarrolló a temprana edad (antes de los 55 años en caso de un familiar hombre, como tu hermano o tu padre, y antes de los 65 años en caso de una familiar mujer, como tu madre o hermana).
- **Tabaquismo.** La nicotina contrae los vasos sanguíneos y el monóxido de carbono puede dañar su revestimiento interno, lo que los vuelve más propensos a la aterosclerosis. Los ataques cardíacos son más comunes en fumadores/as que en no fumadores/as.
- **Mala alimentación.** Una dieta con alto contenido de grasas, sal, azúcar y colesterol puede contribuir al desarrollo de una enfermedad cardíaca.
- **Presión arterial alta.** La presión arterial alta no controlada puede

producir el endurecimiento y engrosamiento de las arterias, lo que estrecha los vasos por los que circula la sangre.

- **Niveles altos de colesterol en la sangre.** Los niveles altos de colesterol en la sangre pueden aumentar el riesgo de que se formen placas y de padecer aterosclerosis.
- **Diabetes.** La diabetes aumenta el riesgo de sufrir enfermedades cardíacas. Ambas afecciones comparten factores de riesgo similares, como la obesidad y la presión arterial alta.
- **Obesidad.** El exceso de peso normalmente empeora otros factores de riesgo de enfermedades cardíacas.
- **Inactividad física.** La falta de ejercicio también está relacionada con muchas formas de enfermedad cardíaca y con algunos de sus otros factores de riesgo.
- **Estrés.** El estrés no tratado puede dañar las arterias y empeorar otros factores de riesgo de enfermedades cardíacas.
- **Mala higiene dental.** Es importante cepillarse los dientes y las encías, y usar hilo dental, con frecuencia, y hacerse chequeos dentales periódicos. Si los dientes y las encías no están sanos, los gérmenes pueden entrar al torrente sanguíneo y llegar al corazón, lo que produce endocarditis.

Entre los factores de riesgo de desarrollar una enfermedad cardíaca se incluyen los siguientes: Edad. El envejecimiento aumenta el riesgo de que las arterias se dañen y se estrechen y de que el músculo cardíaco se debilite o engrose.

complicaciones y prevención

Las complicaciones de las enfermedades cardíacas incluyen las siguientes:

- **Insuficiencia cardíaca.** La insuficiencia cardíaca, una de las complicaciones más comunes de las enfermedades cardíacas, se produce cuando el corazón no puede bombear sangre suficiente para cubrir las necesidades del cuerpo.
- **Ataque cardíaco.** Un coágulo de sangre que bloquea el flujo sanguíneo a través de un vaso sanguíneo que irriga al corazón provoca un ataque cardíaco, lo que posiblemente dañe o destruya una parte del músculo cardíaco.
- **Accidente cerebrovascular.** Los factores de riesgo que provocan la enfermedad cardiovascular también pueden provocar un accidente cerebrovascular isquémico que ocurre cuando las arterias que van al cerebro están estrechas u obstruidas, por lo que es muy poca la sangre que llega al cerebro.
- **Aneurisma.** Un aneurisma (complicación grave que puede ocurrir en cualquier parte del cuerpo) es una protuberancia en la pared de la arteria. Si se rompe un aneurisma, es posible que haya sangrado interno que ponga en riesgo la vida.
- **Enfermedad arterial periférica.** Cuando padeces enfermedad arterial

periférica, las extremidades (generalmente las piernas) no reciben suficiente flujo sanguíneo.

- **Paro cardíaco repentino.** El paro cardíaco repentino es la pérdida súbita e inesperada de la función cardíaca, la respiración y la conciencia, a menudo a causa de una arritmia.
- **Ciertos tipos de enfermedades cardíacas, como los defectos cardíacos, no se pueden prevenir.** Sin embargo, los mismos cambios en el estilo de vida que pueden mejorar la enfermedad cardíaca pueden ayudarte a prevenirla, como los siguientes:
 - No fumes.
 - Controla otras afecciones, como la presión arterial alta, el colesterol alto y la diabetes.
 - Haz ejercicio por lo menos durante 30 minutos diarios casi todos los días de la semana.
 - Sigue una dieta baja en sal y grasas saturadas.
 - Mantén un peso saludable.
 - Reduce y controla el estrés.
 - Ten buenos hábitos de higiene.

La insuficiencia cardíaca, una de las complicaciones más comunes de las enfermedades cardíacas, se produce cuando el corazón no puede bombear sangre suficiente para cubrir las necesidades del cuerpo.

en México

- La principal causa de muerte en México son las enfermedades del corazón. En el primer semestre del año 2021, las enfermedades cardiovasculares siguieron siendo la primera causa de mortalidad con 218,885 mil fallecimientos.
- Existen muchas causas que agravan la enfermedad cardiovascular, unas causadas por factores: desde el tabaquismo a la diabetes pasando por la presión arterial alta y la obesidad, la contaminación del aire y otras por patologías menos comunes, como la enfermedad de Chagas o la amiloidosis cardíaca.
- Para los 520 millones de personas que viven con enfermedades cardiovasculares, la pandemia de la COVID-19 ha sido sobrecogedora. Han corrido más riesgo de desarrollar complicaciones si se contagiaban del virus.
- Por ello, muchas de ellas han tenido miedo de acudir a sus citas médicas rutinarias e incluso de buscar asistencia médica en situaciones de emergencia.
- Según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), la contaminación atmosférica puede estar relacionada con el 25% de todas las muertes por cardiopatía isquémica y el 24% de los fallecimientos por accidentes cerebrovasculares y acaba con la vida de 7 millones de personas cada año. El acceso al tratamiento y apoyo para las ECV varía ampliamente en todo el mundo. Más del 75% de las muertes por ECV ocurren en países de ingresos bajos a medianos, pero el acceso puede ser un problema en

cualquier lugar.

- De acuerdo con información de cubos dinámicos de la Dirección General de Información en Salud de la Secretaría de Salud Federal, en el año 2020, a nivel nacional ocurrieron 162,680 defunciones por cardiopatías isquémicas y los grupos de edad más afectados fueron los de 60 y más años; mientras que en el Estado de México ocurrieron en el mismo año, 21,947 defunciones por la misma causa siendo los mismos grupos de edad los más afectados, las Jurisdicciones más afectadas fueron Ecatepec con 3,211 defunciones, Nezahualcóyotl con 2,285, Cuautitlán con 2,092 defunciones y Toluca con 1,886 defunciones por cardiopatías isquémicas.
- El Programa Sectorial de Salud 2020-2024, dispone en su Objetivo prioritario 5 "Mejorar la protección de la salud bajo un enfoque integral que priorice la prevención y sensibilización de los riesgos para la salud y el oportuno tratamiento y control de enfermedades, especialmente, las que representan el mayor impacto en la mortalidad de la población". Haciendo referencia de manera específica a las enfermedades no transmisibles; y puntualiza en las acciones de la Estrategia prioritaria 5.1 Mejorar la cobertura, el acceso equitativo y la calidad en servicios de salud para el diagnóstico y tratamiento oportuno de las ENT para reducir su incidencia en la población, especialmente en los grupos históricamente discriminados o en condición de vulnerabilidad.

La presión arterial elevada es uno de los factores más importantes de riesgo de Enfermedad Cardiovascular (ECV). Se la conoce como la "asesina silenciosa" porque frecuentemente no presenta signos ni síntomas de alerta y muchas personas no sabe que la padecen. Los niveles elevados de colesterol se asocian a alrededor de 4 millones de muertes al año.



Contacto



Opiniones

Gobierno del Estado de México

Secretaría de Salud

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica

y Control de Enfermedades

Fidel Velázquez 805, Col. Vértice,

Toluca, Estado de México, C.P. 50150

Teléfono: 01(722) 219 38 87

Si quieres estar en contacto con nosotros vía internet y realizar comentarios, visítanos en:

www.salud.edomexico.gob.mx/cevece/

correo: cevece@salud.gob.mx

o síguenos por:

