

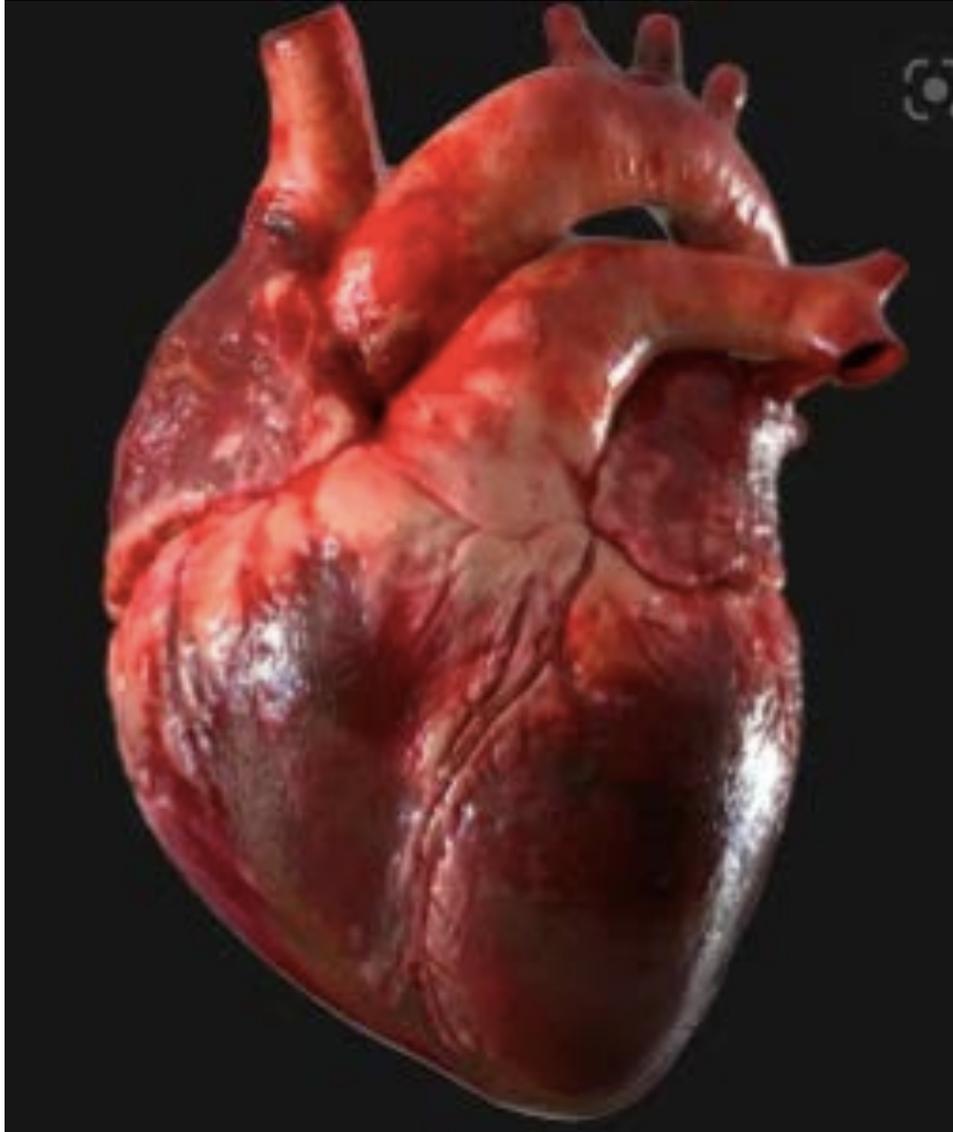
¿CÓMO FUNCIONA TU CORAZÓN?

¿QUÉ ES LA CARDIOPATÍA ISQUÉMICA?

**¿CUÁLES SON LOS FACTORES DE
RIESGO CARDIOVASCULARES?**

TU CORAZÓN

SERVICIO DE CARDIOLOGÍA



Habitaciones

Electricidad



Puertas

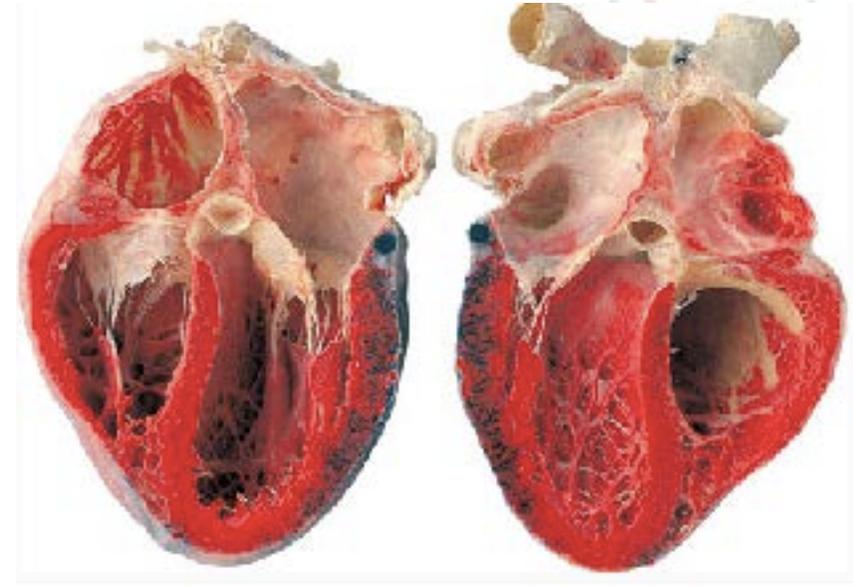
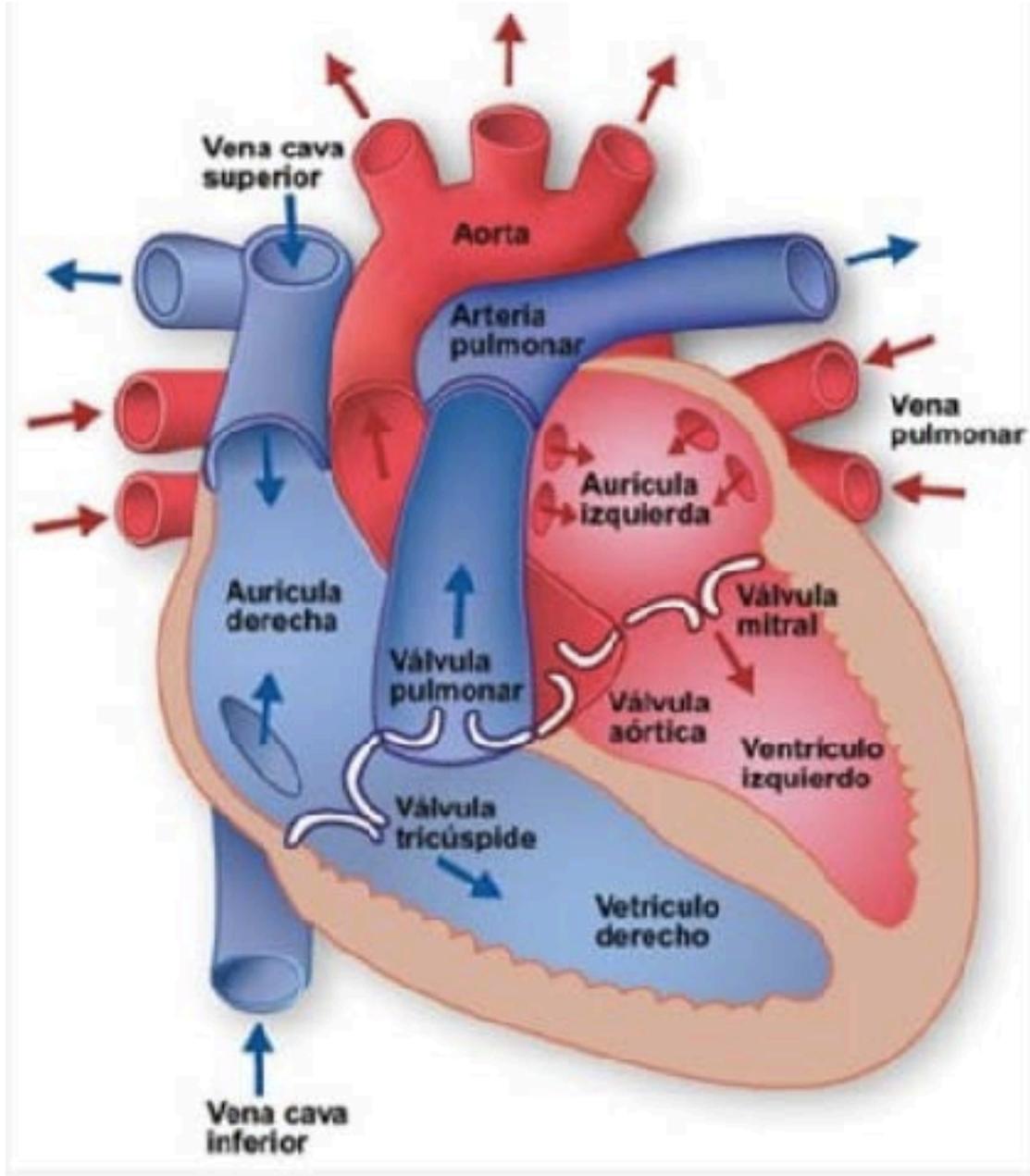
Fontanería

Habitaciones



Cavidades:

- Aurícula derecha
- Aurícula izquierda
- Ventrículo derecho
- Ventrículo izquierdo

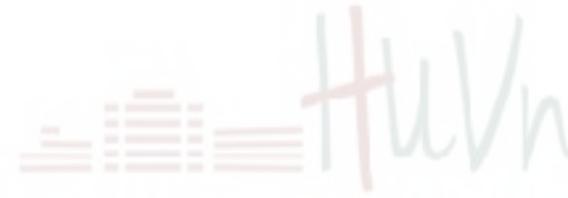


Puertas

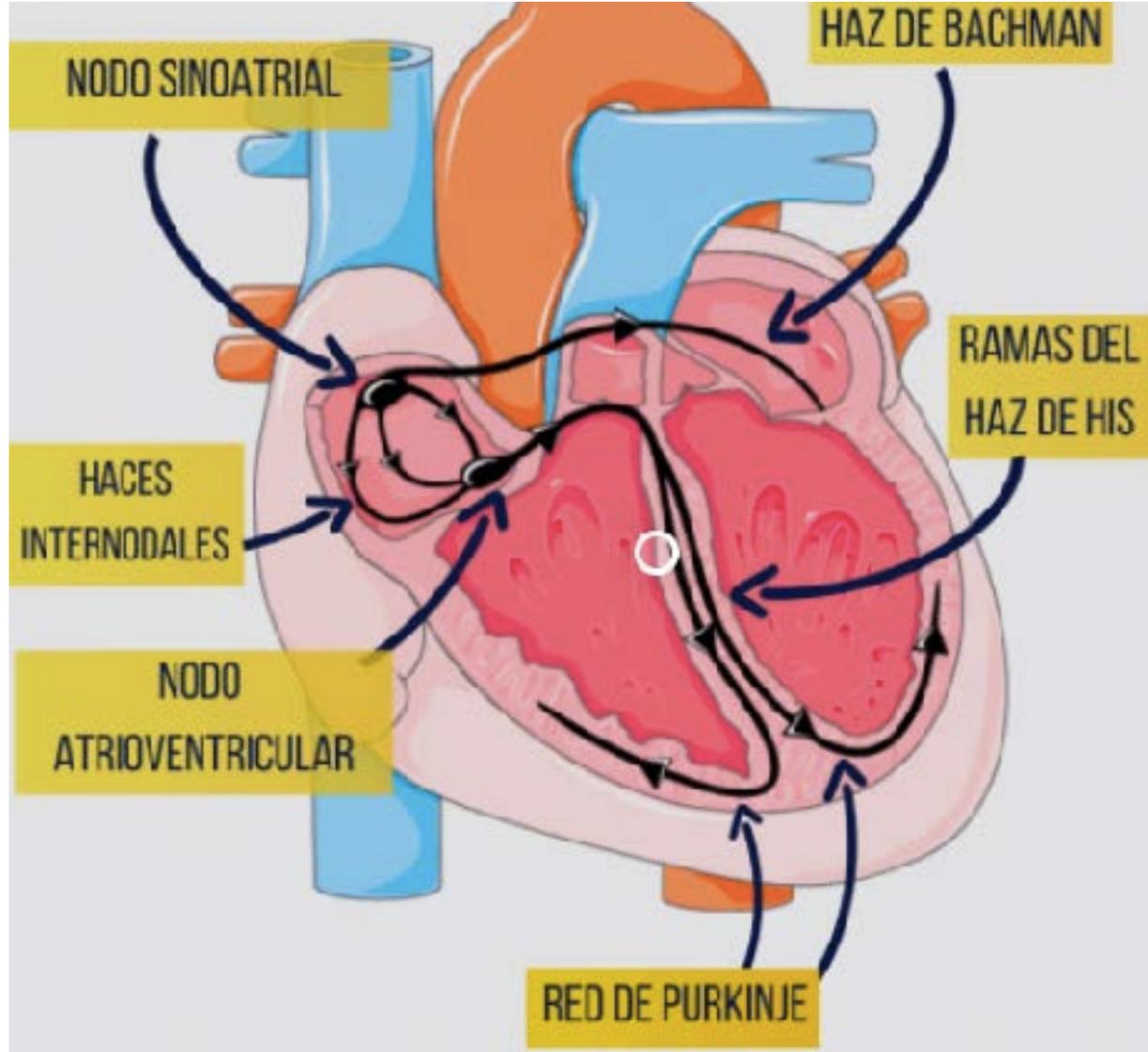


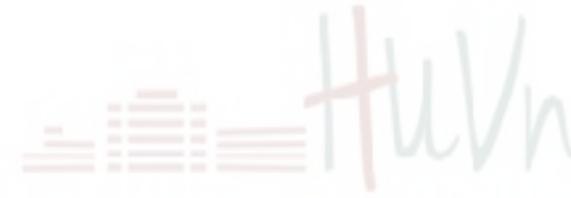
Válvulas:

- Válvula mitral
- Válvula aórtica
- Válvula tricúspide
- Válvula pulmonar



Electricidad \approx Sistema específico de conducción

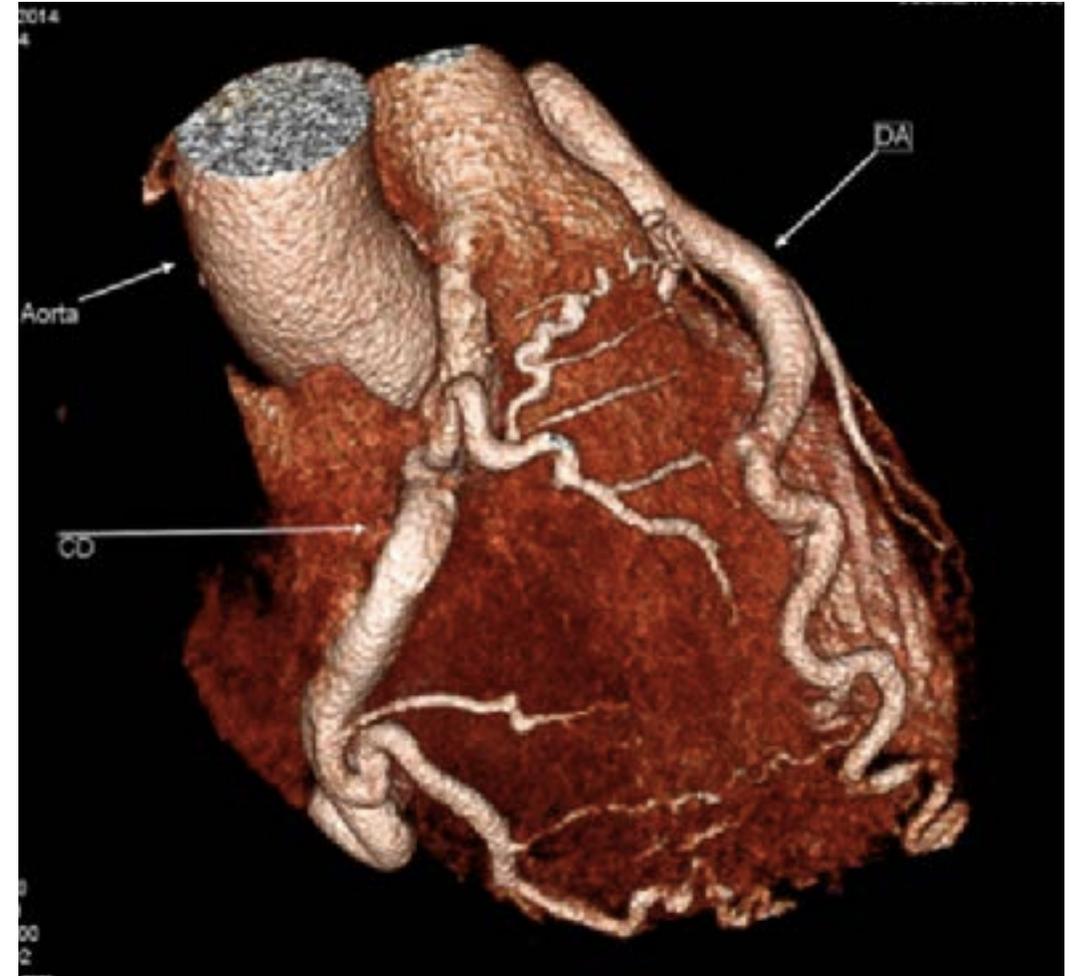
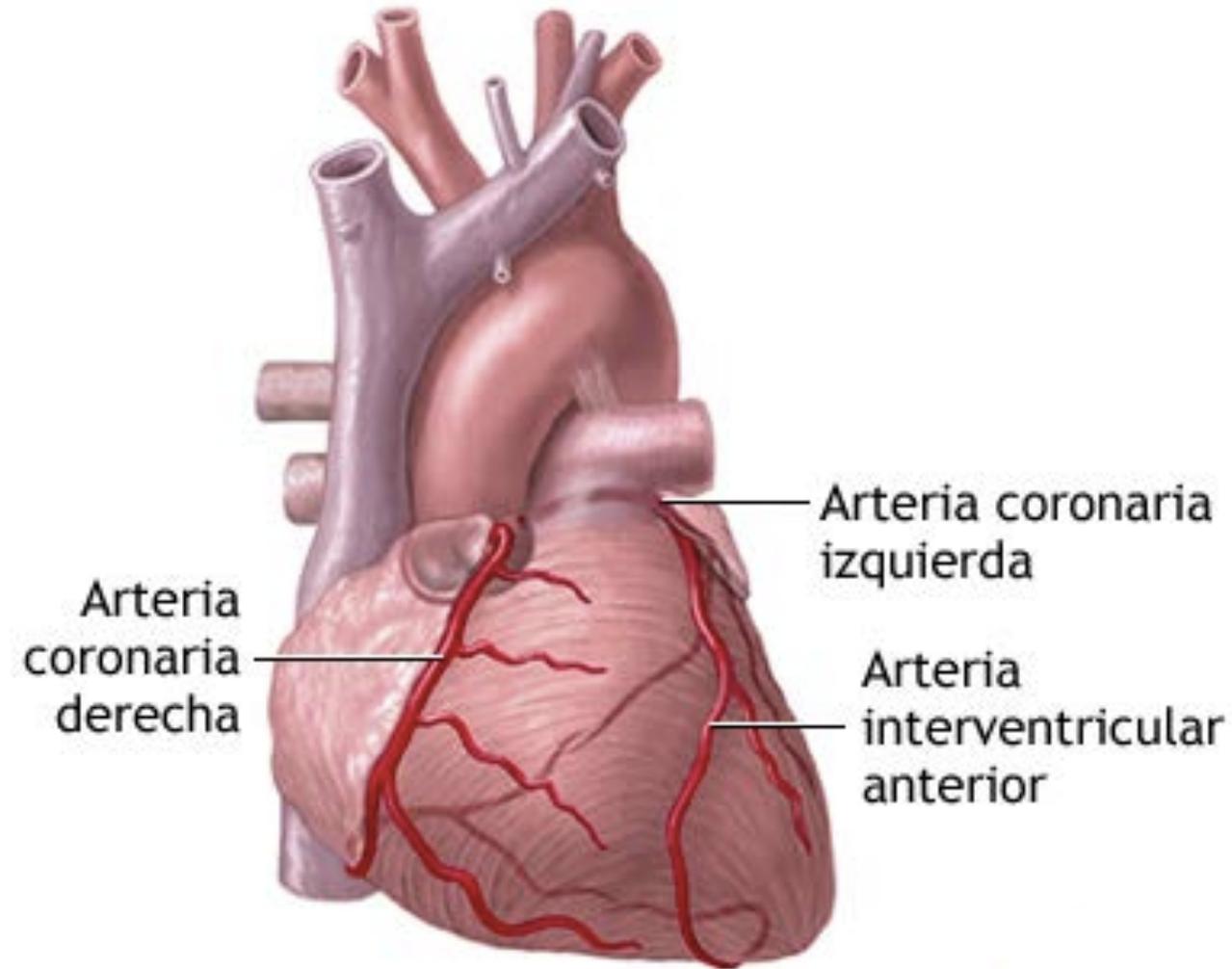




Fontanería
(ó Riego del jardín) \approx

Arterias coronarias

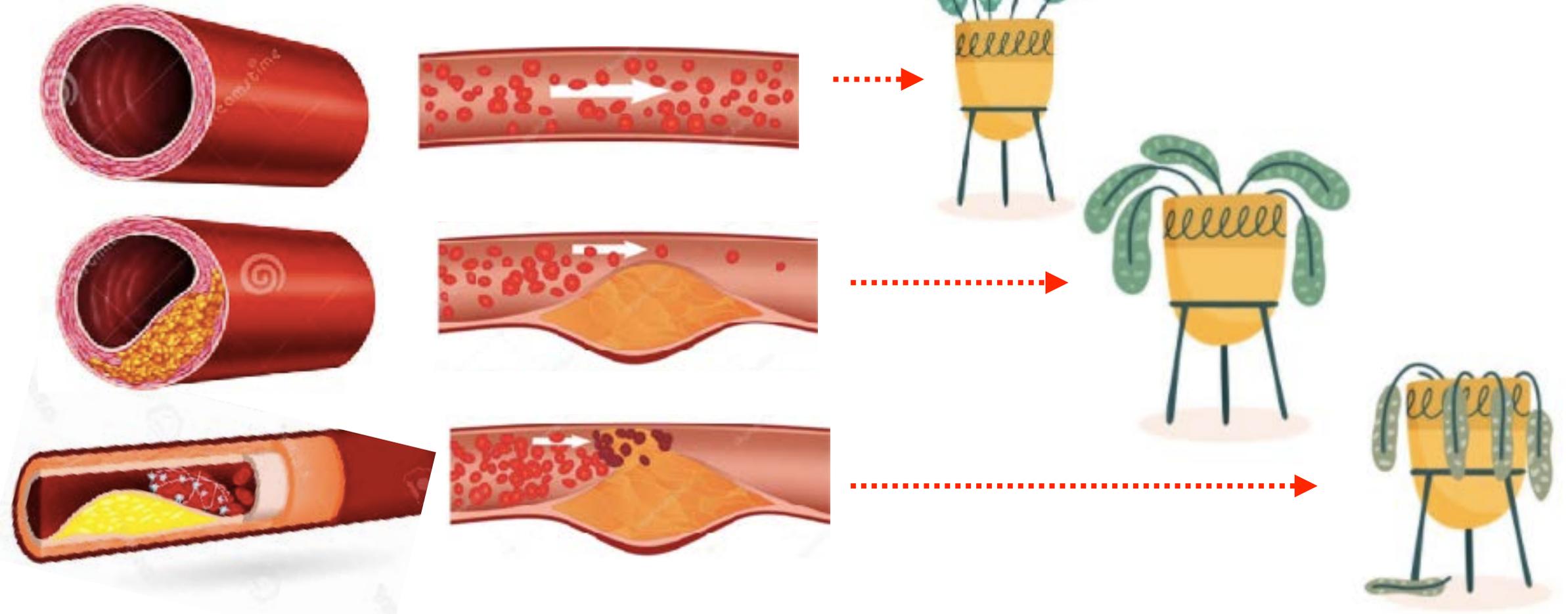
Riegan el músculo del corazón



¿Qué es la cardiopatía isquémica?

(Enfermedad cardiovascular)

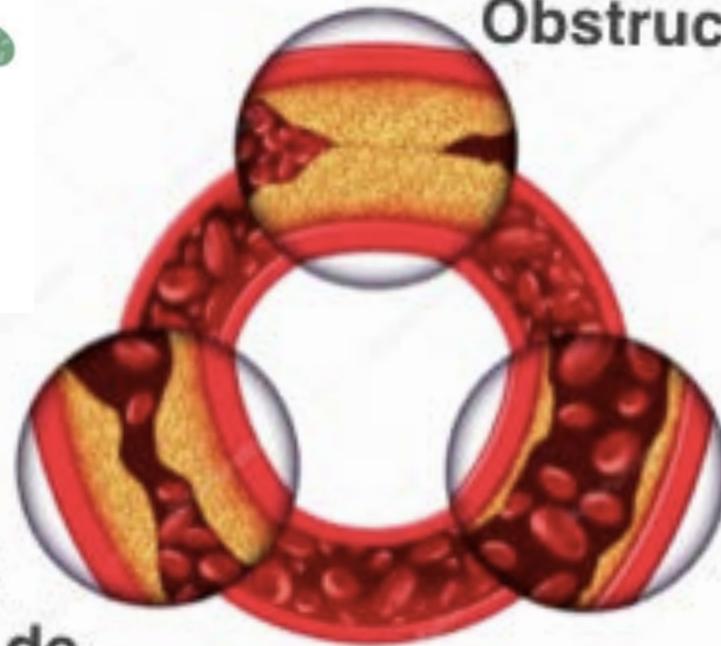
Es la obstrucción de las arterias coronarias, que produce una disminución de la cantidad de sangre que llega al músculo del corazón



¿Cómo se puede presentar la cardiopatía isquémica?



**Infarto agudo de miocardio:
Obstrucción total de la arteria
(IAM)**



**Angina de pecho:
Obstrucción parcial de
la arteria**

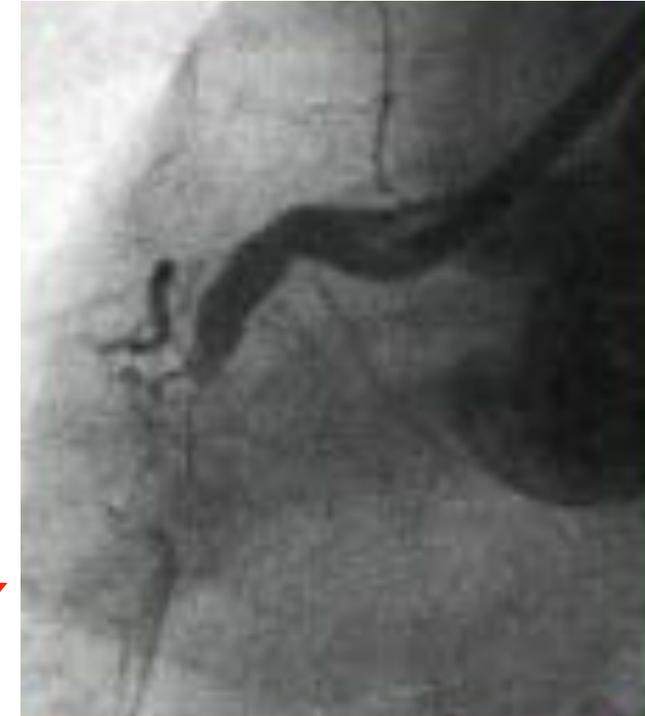
Asintomático



¿Qué síntomas puedo notar?

Dolor torácico que aparece con el esfuerzo y cede con el reposo, a veces irradiado al cuello o brazo

Consultar con su médico.



Dolor torácico que aparece en reposo, irradiado a cuello o brazo, en ocasiones se acompaña de sudoración, náuseas, malestar, ...A veces síntomas atípicos (ahogo, dolor epigástrico,...)

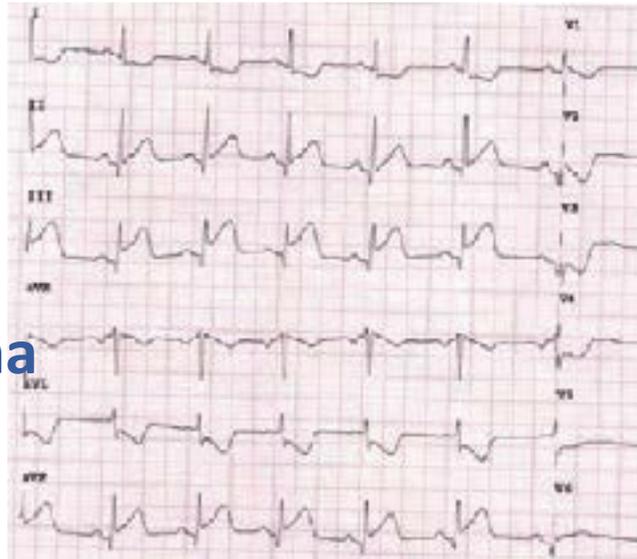


ACUDIR A URGENCIAS



Síntomas

¿Cómo se diagnostica un infarto ó angina?



Electrocardiograma



Troponinas



**¿Cuáles son los factores de riesgo cardiovascular?
(FRCV)**

¿Por qué me ha dado un infarto / angina?

Tabaco

Colesterol

Hipertensión

Edad

Diabetes

Sexo

Obesidad

Historia familiar

Sedentarismo



Estrés

TABACO

- Es el **principal FRCV**.
- El **50%** de los fumadores **mueren** a causa del **tabaco**; la mayoría por **enfermedad cardiovascular**.
- El riesgo cardiovascular es **5 veces mayor** en **fumadores** que no fumadores.
- **Dejar de fumar** es la medida preventiva **más efectiva** para disminuir el riesgo de **reinfarto ó muerte**.



Claudicación intermitente

Cancer pulmón

Bronquitis crónica

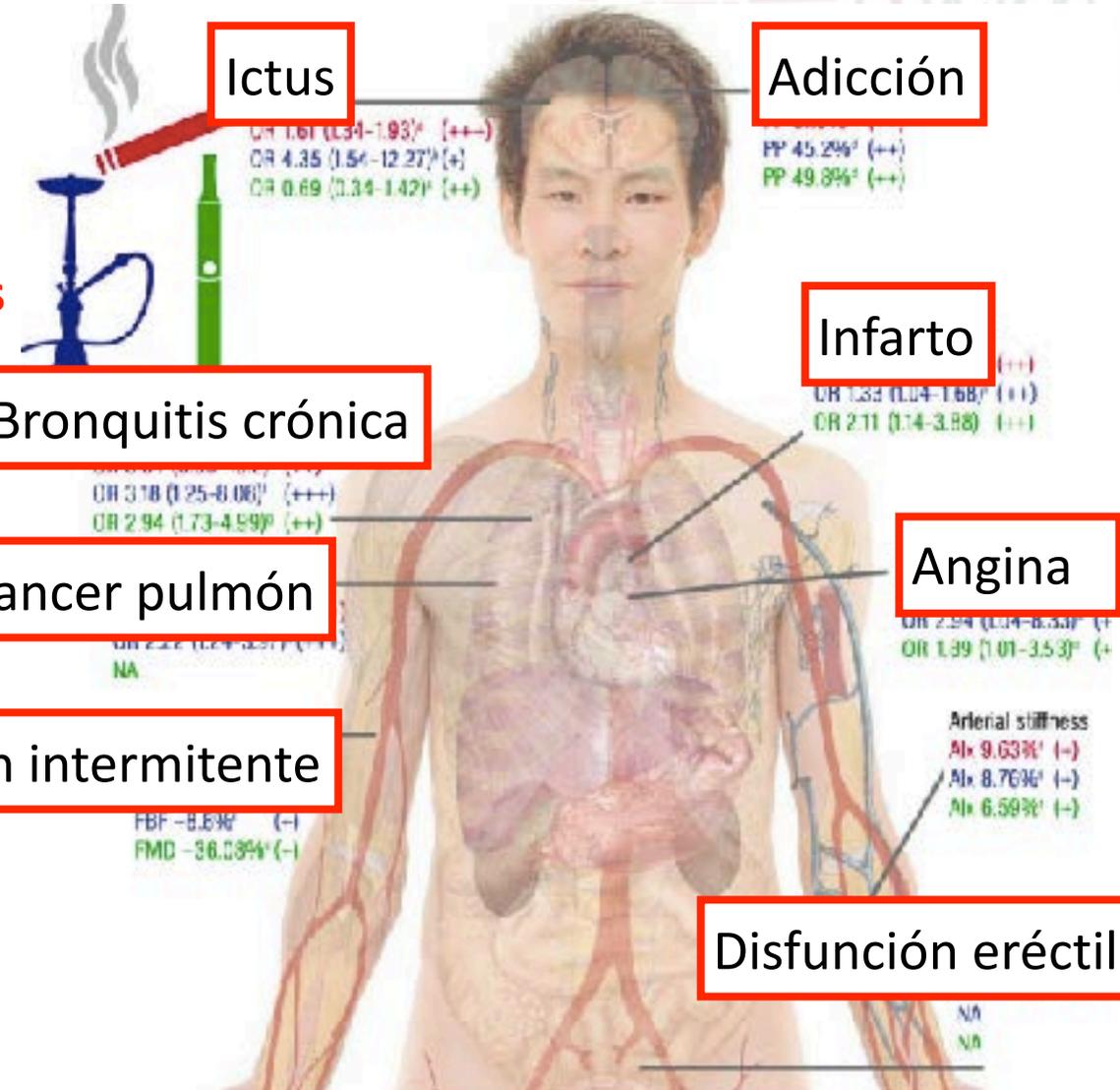
Ictus

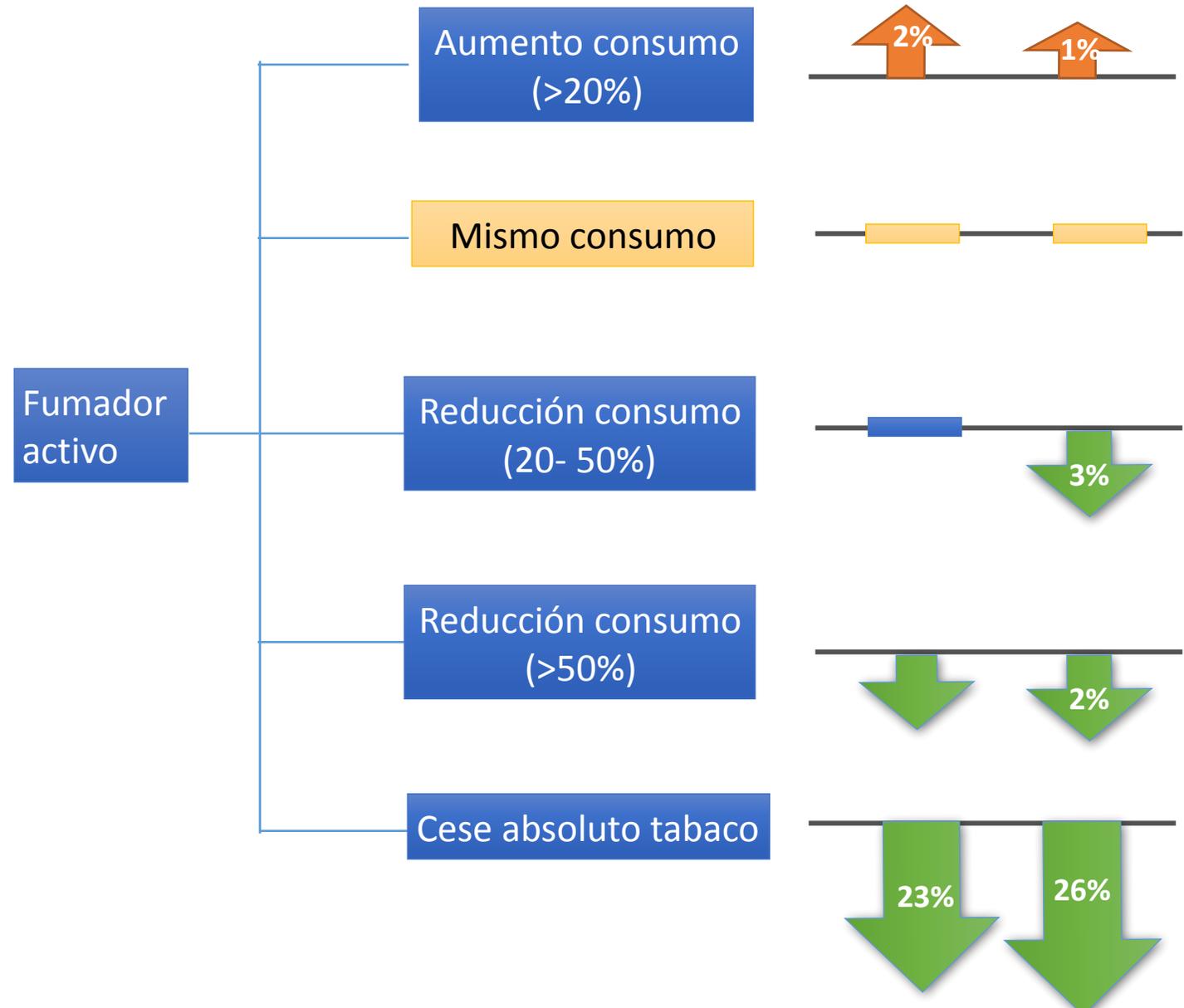
Adicción

Infarto

Angina

Disfunción eréctil





NO hay un nivel seguro de **tabaco**.
El beneficio está en **NO FUMAR**



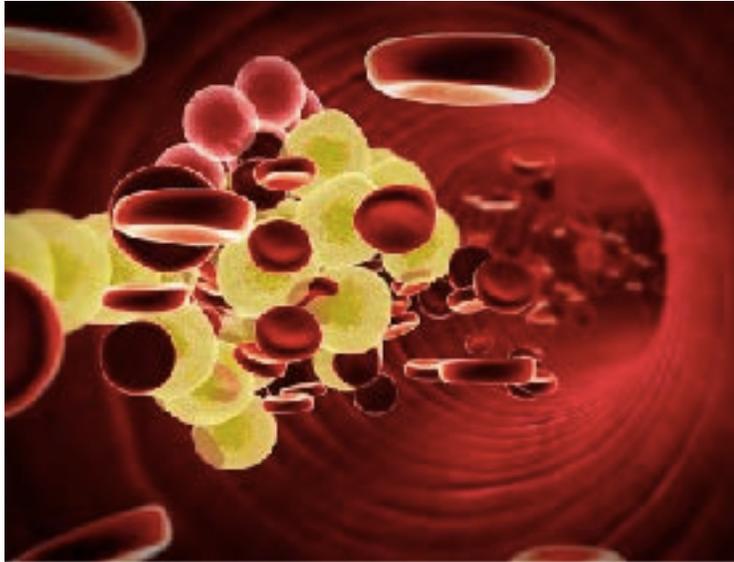


*"Soy **Johan Cruyff**. En mi vida he tenido dos grandes vicios: fumar y jugar al fútbol. El fútbol me lo ha dado todo en la vida; en cambio, fumar, casi me lo quita"*





COLESTEROL

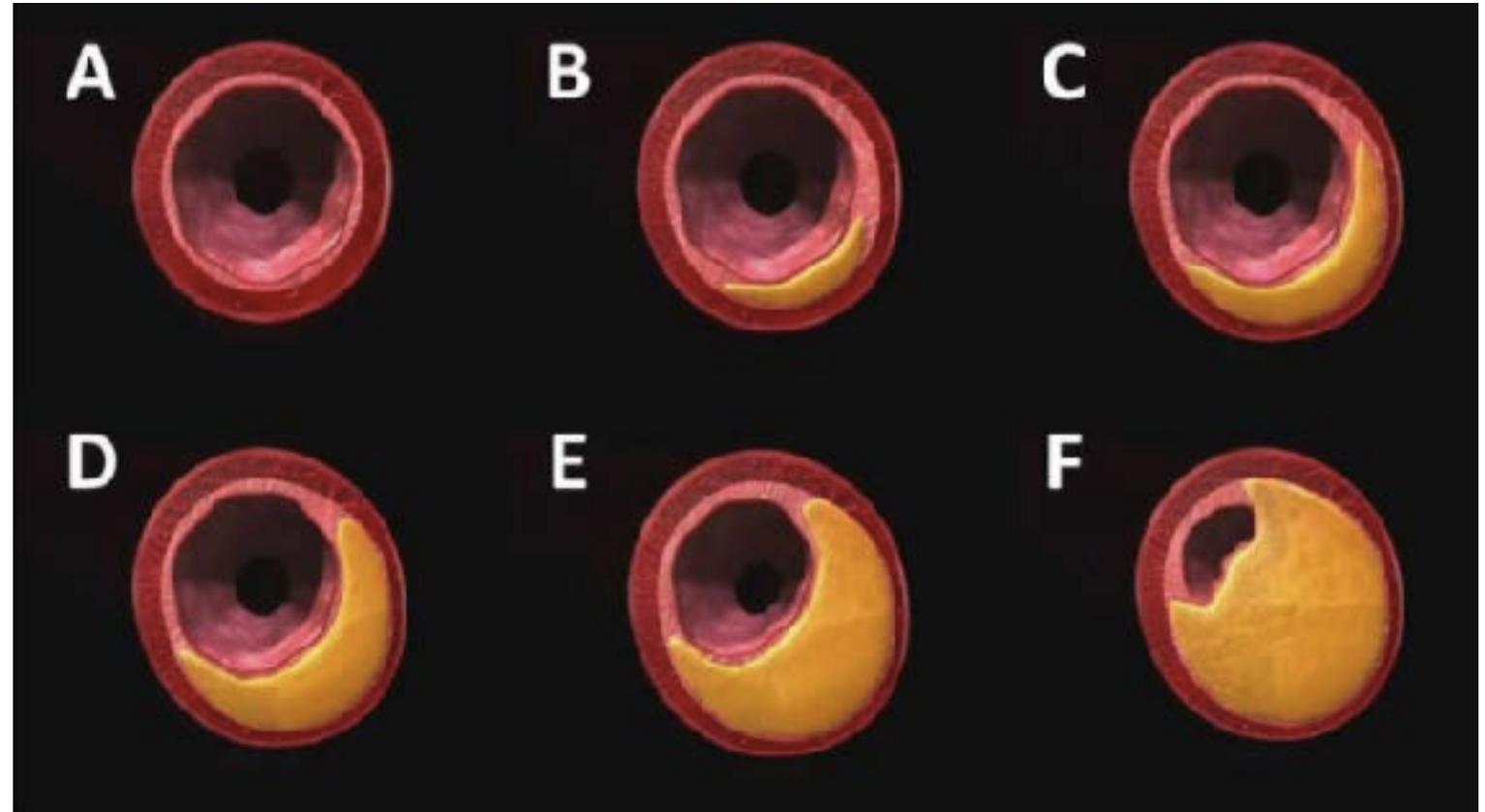


Objetivos tras un IAM:

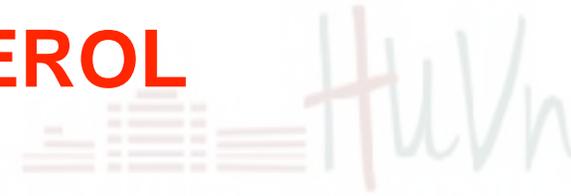
LDL (malo) < 55 mg/dL

HDL (bueno) > 35 mg/dl

Triglicéridos < 150mg/dl

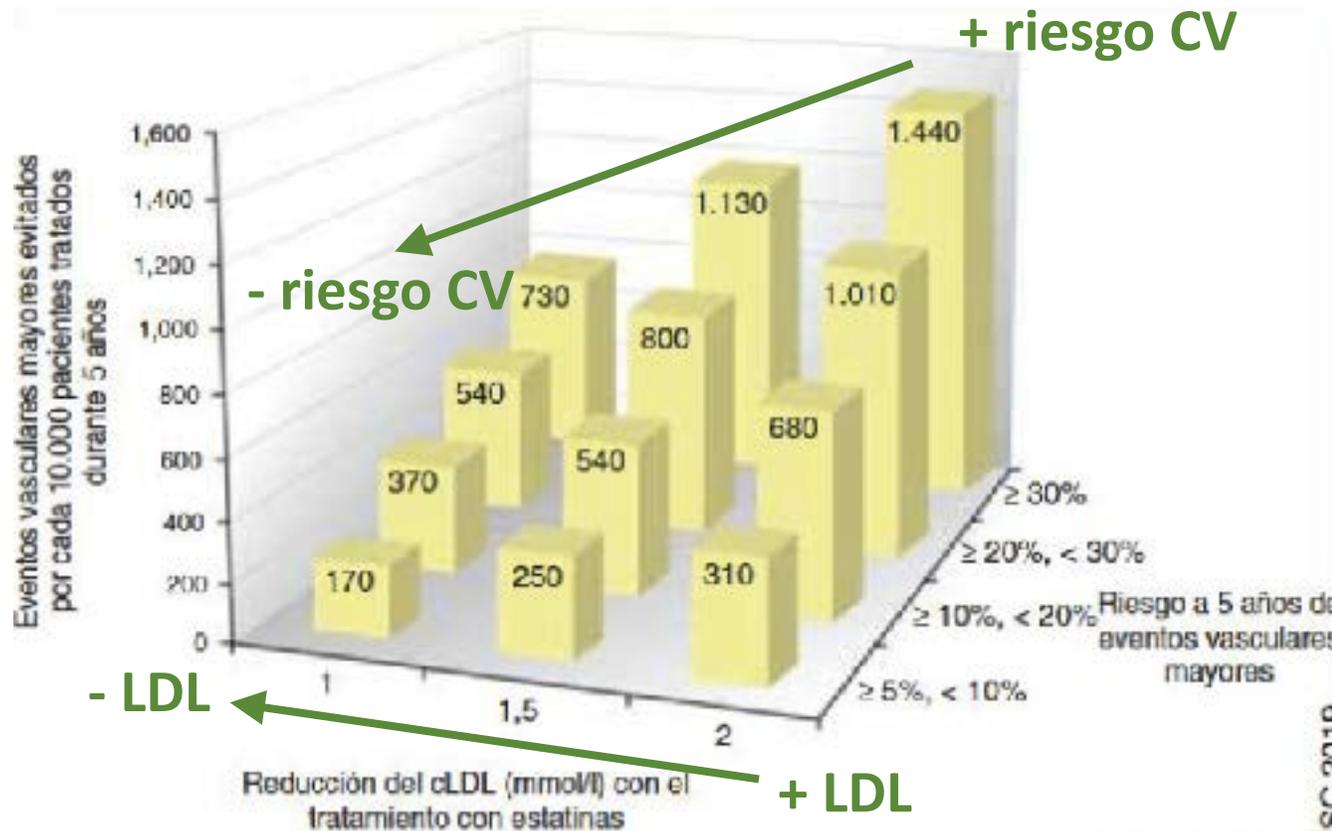


COLESTEROL



A menor LDL,
menor riesgo cardiovascular

**EI LDL,
cuanto más bajo,
mejor**



HIPERTENSIÓN ARTERIAL

< 140/90 mmHg

Preferiblemente < 130 /80mmHg



Mortalidad CV
21%

Enfermedad coronaria
14%

Ictus
40%



¿Qué hacemos para controlar la tensión?





¿Cómo medimos la tensión arterial?

Antes de tomar la tensión arterial debería reposar en posición sentada durante al menos 5 minutos.

Mantenga el brazo inmóvil sobre la mesa

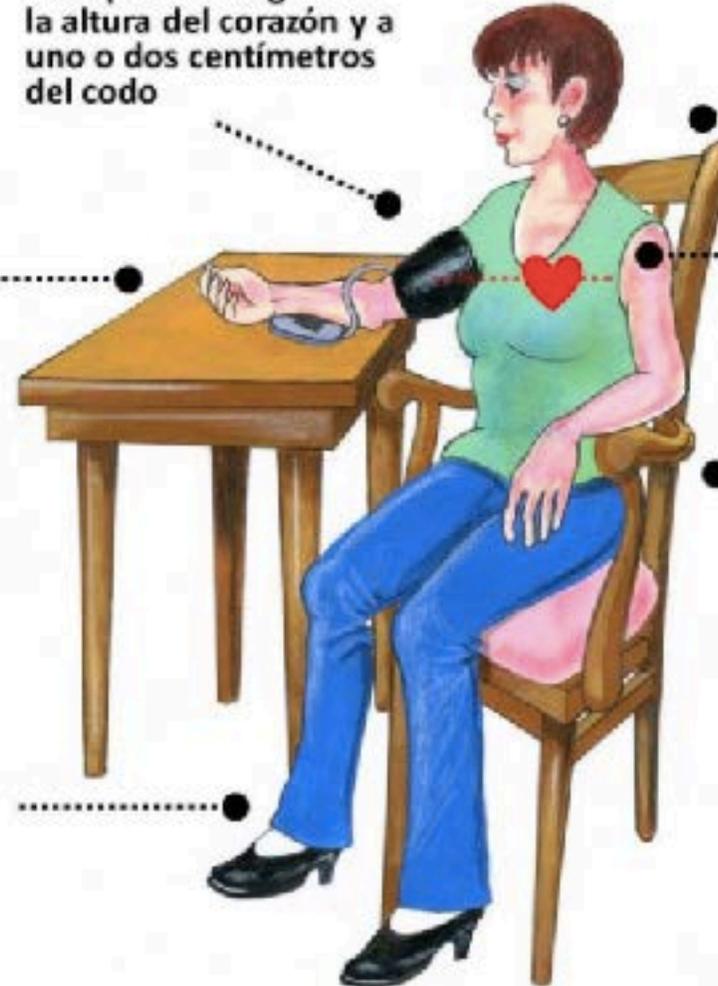
Coloque el manguito a la altura del corazón y a uno o dos centímetros del codo

Permanezca en una posición cómoda apoyando la espalda sobre el respaldo de la silla

Utilice ropa que no le apriete el brazo

Permanezca quieto y no hable durante la medición

No cruce las piernas durante la medición de la tensión arterial



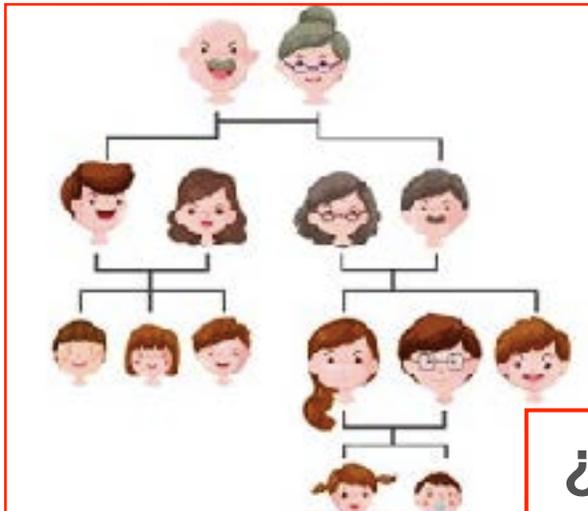


DIABETES MELLITUS



Glucemia basal > 126 mg/dL

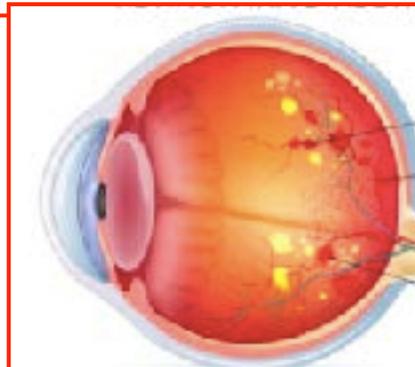
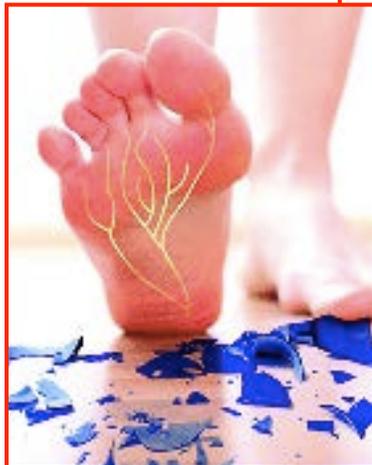
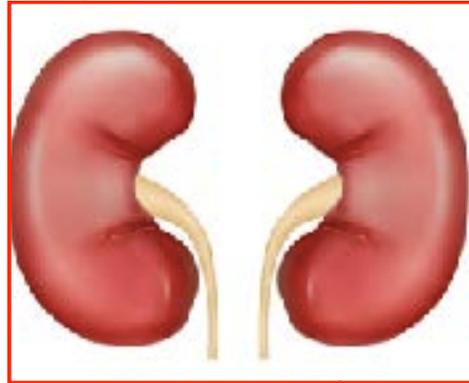
HbA1c (glicosilada) > 6,5mg%



¿Qué factores predisponen a desarrollar Diabetes?



537 Millones de personas con DM



Complicaciones de la Diabetes Mellitus



¿Cómo tratamos la Diabetes Mellitus?



OBESIDAD

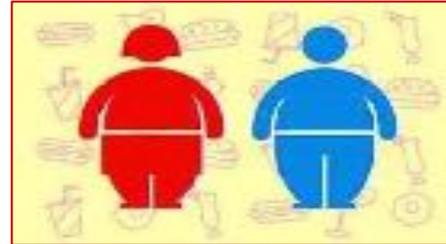
ÍNDICE DE MASA CORPORAL

$$\text{IMC} = \text{Peso (kg)} / \text{altura (metros)}^2$$

IMC < 25 Normopeso

IMC 25- 30 Sobrepeso

IMC >30 Obesidad

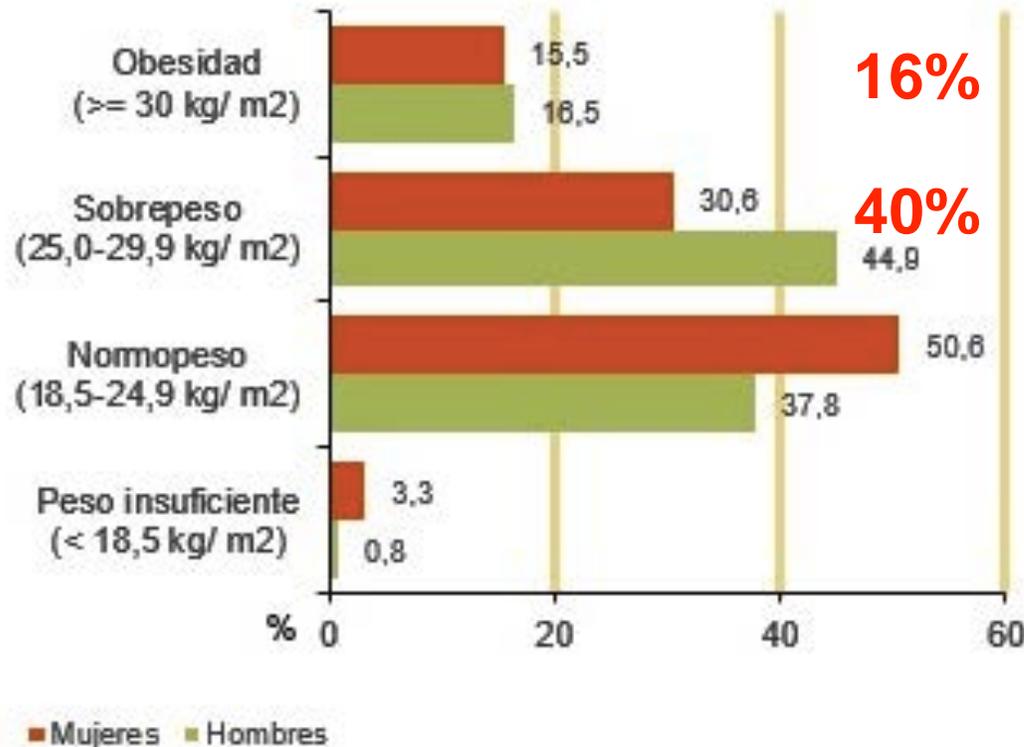


PERÍMETRO ABDOMINAL

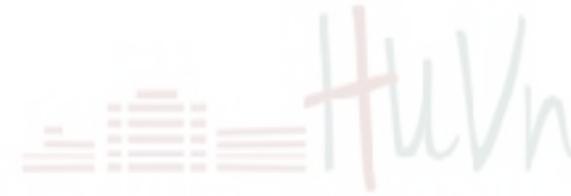
< 102 cm en hombres

< 88 cm en mujeres

Índice de masa corporal. 2020

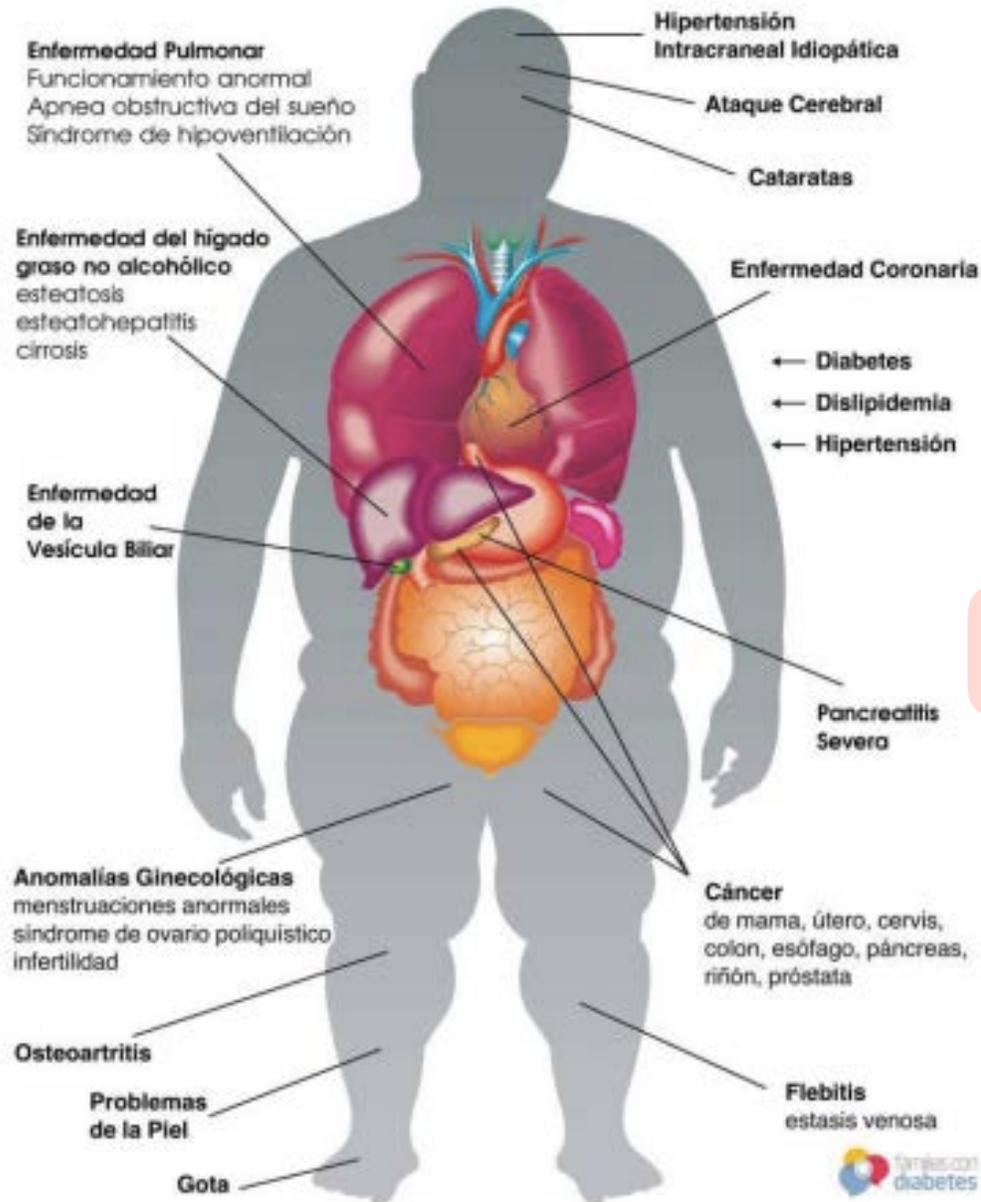


>50% de la población tiene sobrepeso u obesidad



OBESIDAD

La pérdida de peso mejora todos los problemas asociados a la obesidad



Mejora el control de SAOS

Reduce riesgo de enfermedad arterial coronaria

Mejora la calidad de vida

↓ 5-10% peso

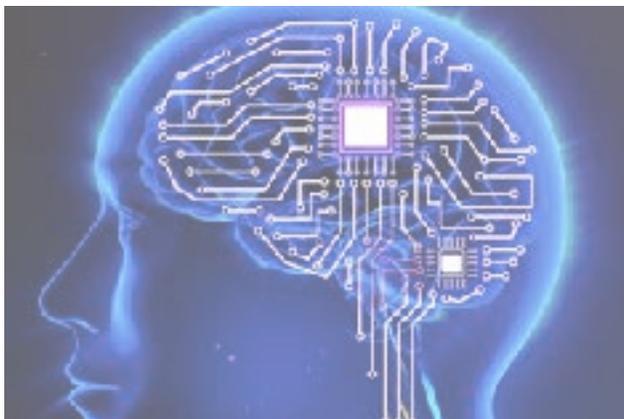
Mejora el control de Presión arterial

Reduce riesgo de desarrollar DM y mejora el control

Mejora el control del perfil lipídico



**Modificación estilo de vida
(recomendaciones dietéticas +
intervenciones conductuales)**



Dieta

¿Cómo tratamos la obesidad?

Ejercicio físico

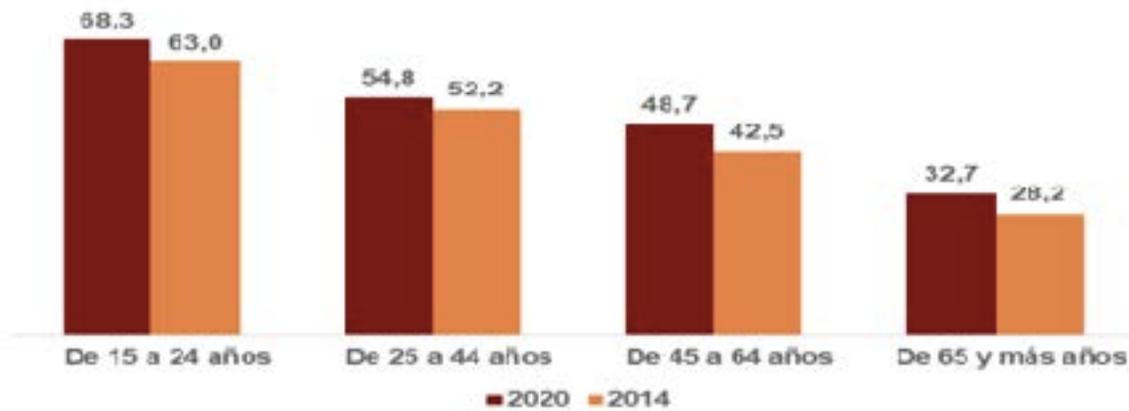


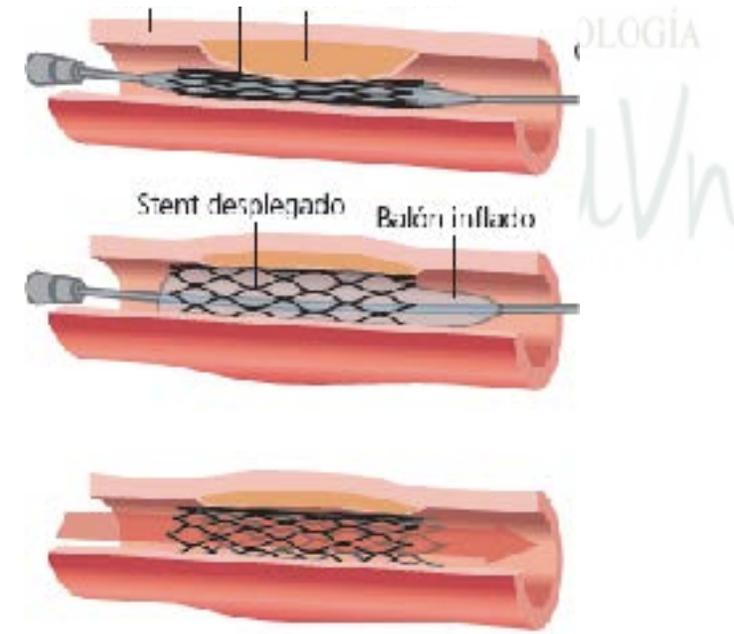
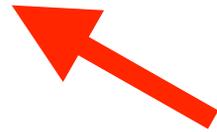
Fármacos



SEDENTARISMO

Población que realiza ejercicio físico en tiempo de ocio por sexo y grupos de edad
Porcentaje de personas de 15 y más años. Años 2020 y 2014





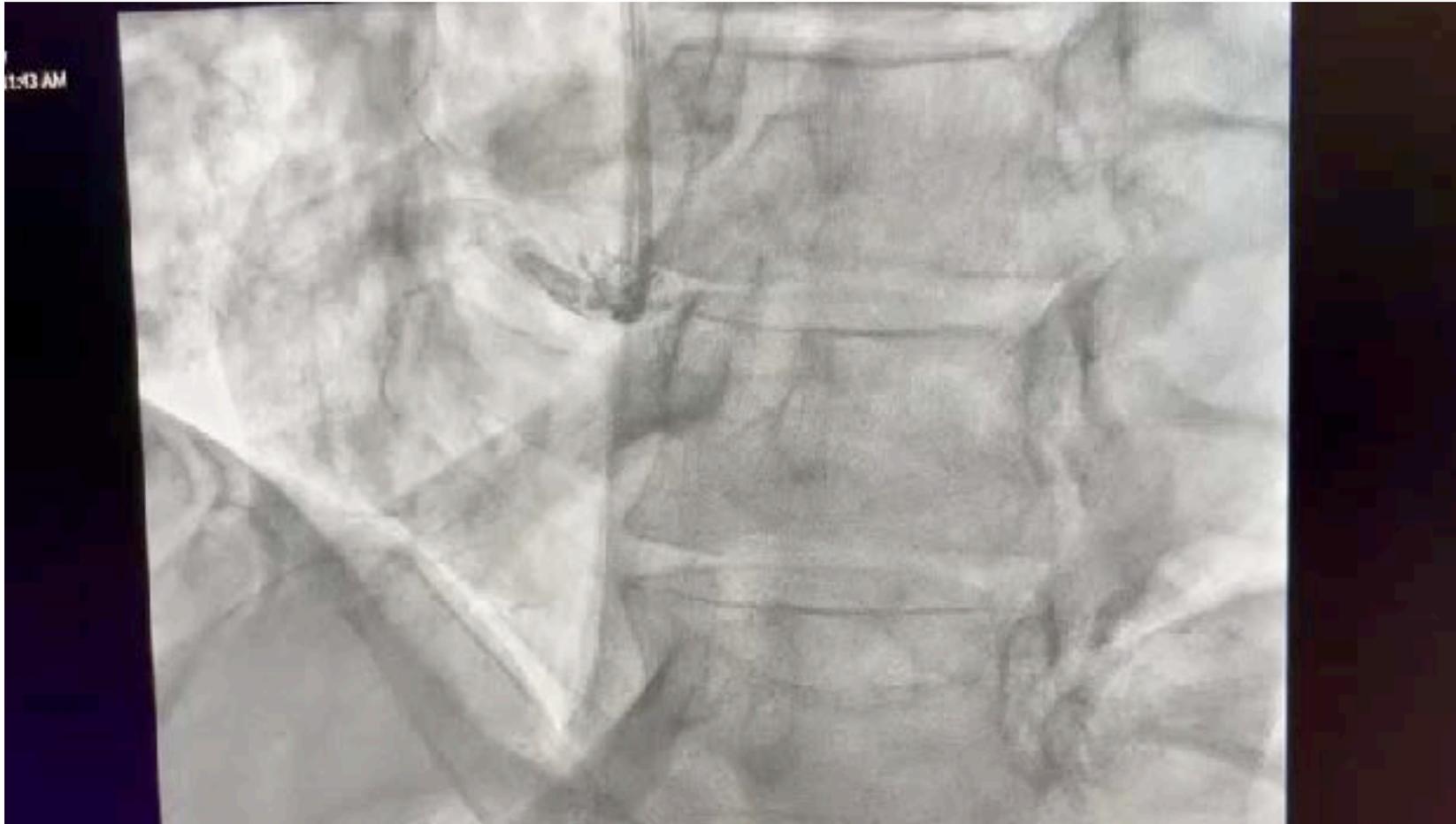
**¿Cómo se trata un infarto
ó angina?**

El mejor tratamiento es...

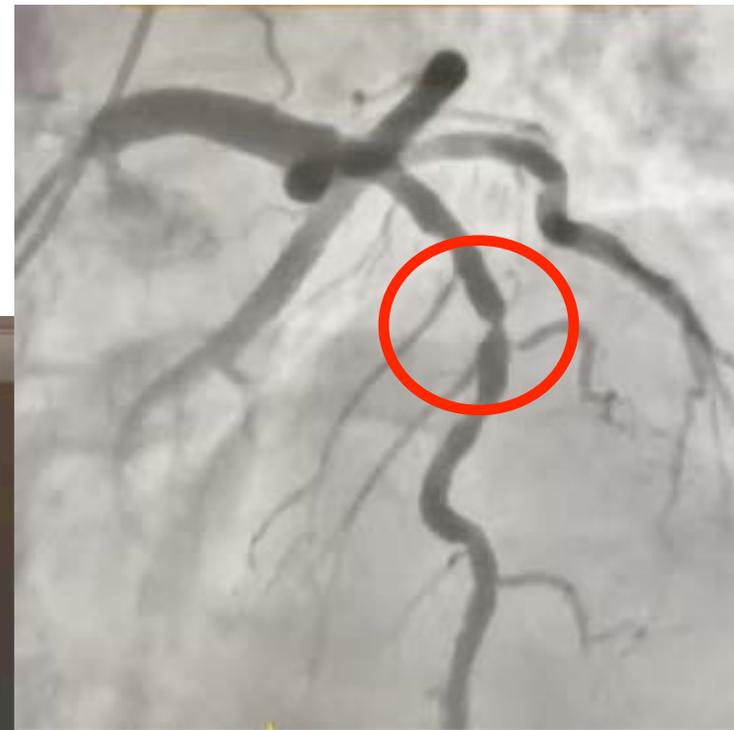
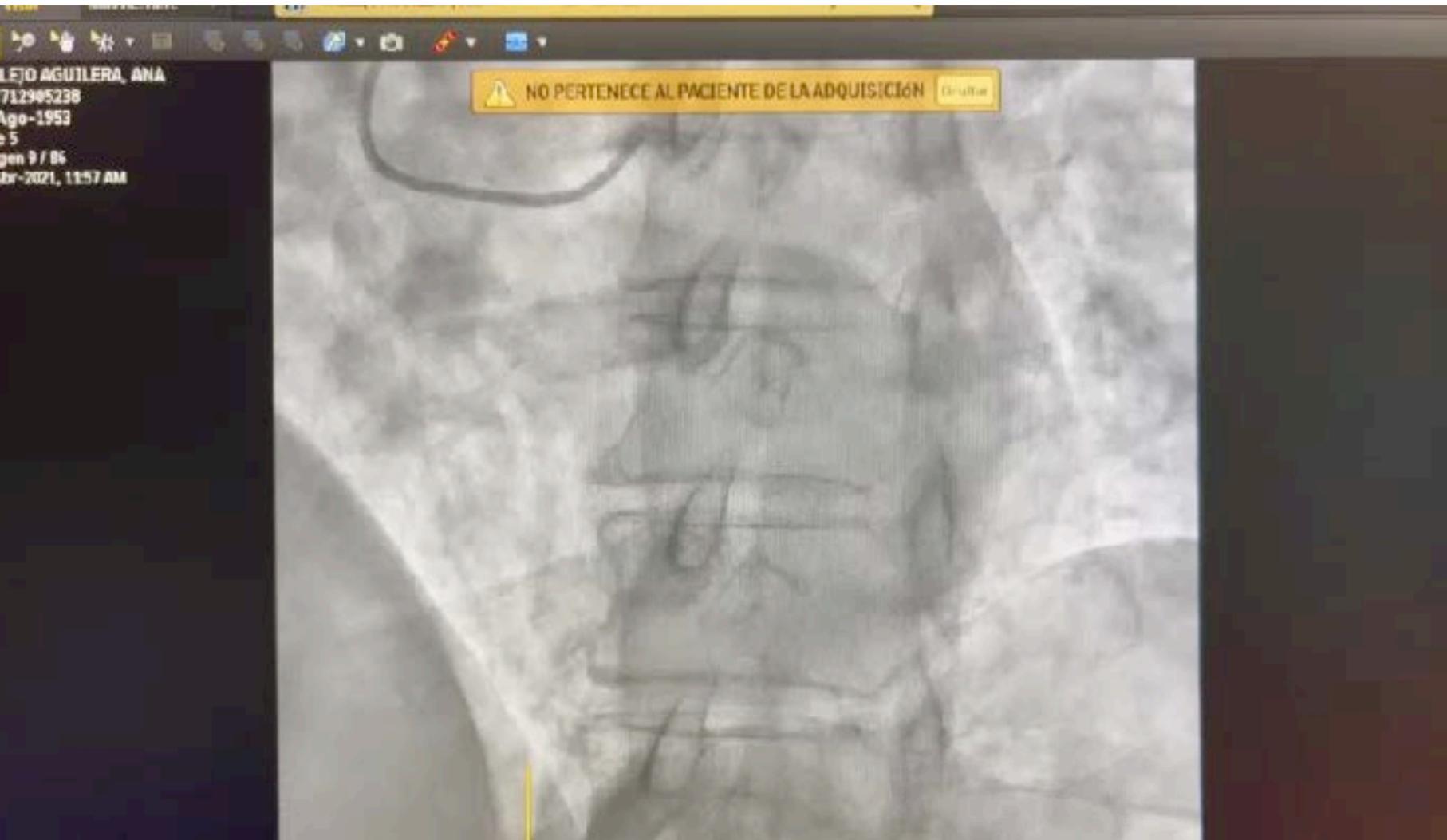
PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR



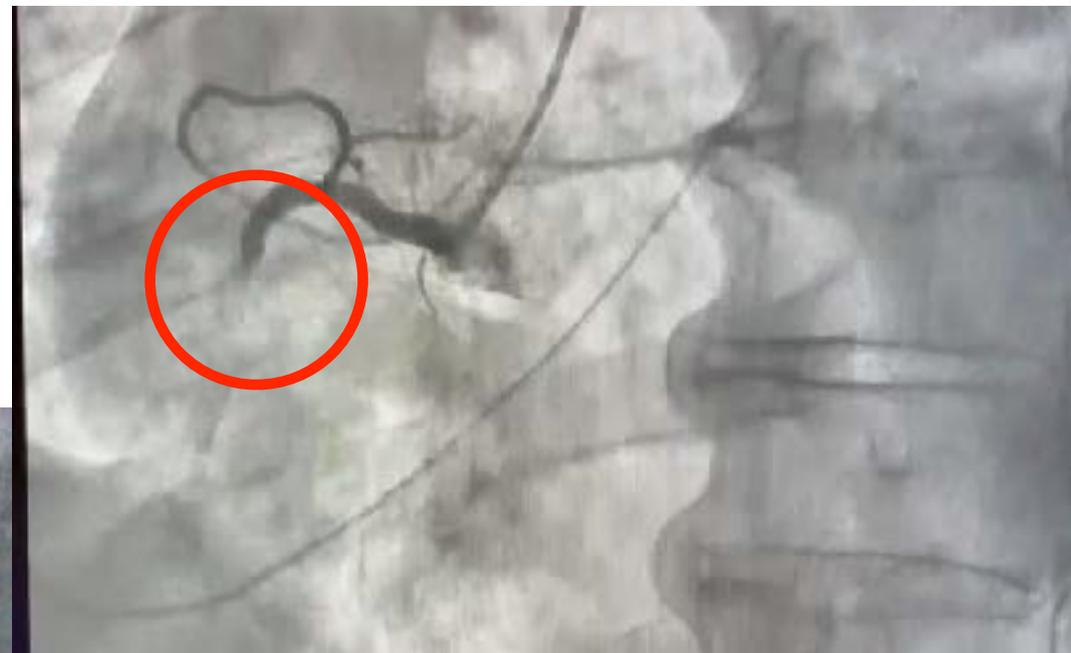
**Cateterismo / coronariografía:
arterias coronarias sin lesiones.**



Cateterismo / coronariografía: Estenosis severa en DA



**Cateterismo / coronariografía:
Infarto agudo de miocardio inferior**





UNIDAD DE REHABILITACIÓN CARDIACA

