
ENFERMEDADES DEL CORAZÓN

El corazón es una víscera intratorácica de tejido muscular cuya función de bomba sirve para hacer llegar la sangre (vehículo de nutrientes, entre otros el oxígeno) a todas las partes del cuerpo. Este trabajo cardíaco es de unos tres millones de litros de sangre al año.

Esta masa muscular o MIOCARDIO se nutre por arterias y venas a las que llamaremos VASOS CORONARIOS. Es aquí donde, debido al proceso natural de envejecimiento vascular, así como por diferentes enfermedades, tiene lugar la ENFERMEDAD de la ARTERIOSCLEROSIS que se caracteriza por el depósito de sales de calcio y grasa. Esta enfermedad es la primera causa de muerte a la que solo superan los accidentes de tránsito.

La arteriosclerosis puede ser acelerada por enfermedades, trastornos o hábitos que tenga el paciente a los que llamaremos FACTORES DE RIESGO. El conocimiento de estos factores de riesgo y su tratamiento evita o al menos atrasa el comienzo de esta enfermedad y sus complicaciones tales como la angina de pecho, infarto de miocardio, fallo cardíaco entre otros.

Los FACTORES DE RIESGO son: (1) Las DIETAS altas en GRASAS como son las de origen animal (cerdo, embutidos). Recomendamos las hortalizas, carnes de aves, pescado y las carnes magras. (2). Trastornos del metabolismo de las grasas o del COLESTEROL Y TRIGLICERIDOS, condición ésta que sabemos sólo a través de pruebas de laboratorio. (3) La HIPERTENSIÓN ARTERIAL entidad médica de evolución crónica cuando se tienen valores sostenidos sobre los 145/90. (4). El uso y abuso del CIGARRILLO por sufrir los fumadores una intoxicación crónica de monóxido de carbono (alto contenido de carboxi-hemoglobina). Estos pacientes tienen una mayor incidencia de ataques cardíacos y muerte súbita que los no fumadores, (33%). Sabemos por las estadísticas más confiables, que cuando se pasa de los veinte cigarrillos al día, el promedio de vida se acorta en unos quince años (15 años) cifra que debe preocupar a el que tiene este hábito. (5). La DIABETES o enfermedad del trastorno de los hidratos de carbonos (harinas, azúcar). Por último y ser menos importantes tenemos a la OBESIDAD, a la VIDA SEDENTARIA, aquellos pacientes de carácter irritable, compulsivo y poco tolerantes.

En resumen debemos de saber como estamos en relación a estos factores de riesgo y dar atención a su tratamiento bajo el cuidado de su MÉDICO DE CABECERA.

El paciente en ALTO RIESGO es aquel que tenga mayor el número de estos factores de riesgo.