LA CONSULTA Dr. Rayco Cabeza

Especialista en Cardiología de Hospital Perpetuo Socorro

LAS ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES SON LA PRIMERA CAUSA DE MORTALIDAD FEMENINA, POR ENCIMA DEL CÁNCER DE MAMA, SOBRE EL QUE EXISTE UNA MAYOR CONCIENCIACIÓN.

«El infarto es más grave en mujeres tras la menopausia»

CANARIAS7 / LAS PALMAS DE GRAN CANARIA



C7

La importancia de la prevención. *El cardiólogo Rayco Cabeza.*

— El infarto suele ser considerado como un evento cardiovascular que afecta fundamentalmente a hombres, ¿es cierto?

— Tradicionalmente se ha considerado una patología masculina pero lo cierto es que las enfermedades cardiovasculares son incluso más frecuentes entre mujeres. De hecho, es la primera causa de mortalidad femenina, por encima del cáncer de mama, sobre el que existe una mayor concienciación. Respecto al infarto de miocardio, en las féminas presenta una mortalidad más alta y mayor riesgo de complicaciones en caso de supervivencia. Concretamente, el riesgo de muerte en los primeros seis meses tras el ataque cardíaco es casi el doble que en los hombres, un 50% mayor en los seis meses siguientes y en los seis años posteriores el peligro de un segundo ataque casi se duplica.

— ¿Por qué esa mayor gravedad entre mujeres?

— El infarto es poco frecuente en mujeres menores de 50-55 años. Mientras, en los hombres la prevalencia es alta diez años antes aunque luego las tasas se igualan e incluso las féminas los superan. Ello es debido la protección que ejercen los estrógenos, que preservan la función de las arterias y disminuyen el colesterol, y cuyo efecto desaparece del organismo con la retirada de la menstruación. El hecho de que se produzcan con mayor edad lleva asociadas más complicaciones y además se presenta con síntomas diferentes que hasta hace poco tiempo no estaban bien definidos y aún son desconocidos por buena parte de la población femenina.

— Tampoco se tomarán entonces las medidas preventivas adecuadas...

— Al considerar las enfermedades cardiovasculares como más propias de hombres no suelen preocuparse tanto por tomar medidas preventivas como hacen con el cáncer de mama que sin embargo cuenta con una menor mortalidad femenina (actualmente, mas del 85% de los cánceres de mamá tienen una supervivencia >5 años). Además, respecto al infarto, al ser como explicaba los síntomas diferentes que en los varones, hace más difícil que identifiquen los avisos previos y los síntomas de lo que está pasando, creen en muchas ocasiones que pueden ser producto de problemas respiratorios, digestivos y de ansiedad y tardan mucho más en solicitar asistencia médica, lo que puede ser fatal. Por ello es muy importante concienciar a la población sobre estas diferencias y el riesgo cardiovascular existente en las mujeres.

— ¿Qué síntomas presenta en mujeres?

— Náuseas, vómitos, acidez o sensación de indigestión, fuerte ansiedad, dificultad para respirar o fatiga inusual, que es un síntoma que se produce en más de la mitad de los infartos en mujeres, al igual que s náuseas y vómitos son el doble de frecuentes que en hombres. Dolor agudo en el centro del pecho que puede ser intermitente e irradiarse a la espalda, hombros, cuello y mandíbula; sudores fríos, mareos, palidez y sensación de falta de ritmo en el latido del corazón son otras señales. Si se producen varias de ellas de forma simultánea hay que acudir a un centro médico o llamar a Emergencias sin dilación. Y si los síntomas desaparecen no deben olvidarse sino consultar con un médico para determinar si se debe a alguna dolencia cardíaca. En definitiva, es el retraso en el reconocimiento de síntomas y de su importancia lo que conlleva un retraso del diagnóstico y condiciona en buena medida el peor pronóstico de la enfermedad coronaria en mujeres.

FACTORES DE RIESGO

■ Ser conscientes de la peligrosidad y prevalencia que las enfermedades cardiovasculares y en concreto, el infarto de miocardio presentan en el sexo femenino es importante para su prevención, especialmente a partir de los 50-55 años; así como controlar los factores de riesgo, una de las medidas preventivas de mayor importancia. Entre estos factores de riesgo se encuentra la hipertensión; el sobrepeso y particularmente el perímetro abdominal, que no debe superar en mujeres los 88 centímetros. Este factor de riesgo es especialmente importante en mujeres puesto que aquellas con perímetros de cintura respecto a cadera elevado tienen un 15% mas de riesgo de infarto de miocardio que los hombres en la misma situación. Además, son importantes factores de riesgo el sedentarismo, practicando al menos 30 minutos diarios de ejercicio que puede consistir en caminar; el estrés o la depresión; el azúcar alto; el tabaquismo y la menopausia. Y además realizarse controles periódicos como se hacen con mayor frecuencia los hombres, especialmente tras la menopausia, para que el diagnóstico sea precoz y no se produzca con la patología cardiovascular ya en estado avanzado.

