

Comprender y Lograr la Salud Cardíaca en Mujeres

Escrito por Dr. Ramin Manshadi MD
Miércoles 21 de Septiembre de 2016 12:55



Hoy se está surgiendo una conciencia y una preocupación por el tema debido a que cada año fallecen más mujeres que hombres por una enfermedad coronaria en el país. De hecho, el 52 por ciento de las mujeres que sufren un primer ataque al corazón fallecen por fallo cardíaco súbito- y un 42 por ciento de los hombres. Esto es así aunque las mujeres no presenten

Comprender y Lograr la Salud Cardíaca en Mujeres

Escrito por Dr. Ramin Manshadi MD
Miércoles 21 de Septiembre de 2016 12:55

bloqueos importantes en sus vasos sanguíneos.

La explicación detrás de esto es que la enfermedad se ha desarrollado sin que la mujer se dé cuenta necesariamente y, en parte, ocurre porque las mujeres no visitan al cardiólogo con la misma frecuencia que lo hacen los hombres. Además, los doctores no dan tratamientos agresivos a las mujeres como lo hacen con los hombres. Utilizan muy poco las pautas de la American Heart Association con las mujeres, a pesar de que en este sentido son idénticas que los hombres.

La predisposición femenina ante las enfermedades cardíacas no es solo algo nuevo para muchos doctores, también contradice las expectativas de la mayoría de las mujeres que se preocupan más por el cáncer que por una enfermedad cardíaca.

No obstante, las estadísticas muestran que el 2.6 de los fallecimientos de mujeres en los EE. UU. se debe a una enfermedad del corazón, mientras que el 4.6 lo hacen por cáncer.

Las Mujeres tienen Diferentes Síntomas

Otro aspecto que contribuye a esta percepción errónea de que las mujeres son menos propensas a las enfermedades cardíacas que los hombres es que hay diferencias en los síntomas que se muestran entre hombres y mujeres. Las mujeres padecen de algo llamado "angina microvascular" y pueden sentir dolor en la parte superior de la espalda, fatiga, dificultad respiratoria o sudores. Esto no es muy dramático ni tampoco claro, además no es conocido.

Otras Diferencias

A parte de lo que hemos descrito en cuanto a la disparidad entre hombres y mujeres ante las enfermedades cardíacas, las mujeres tienen diferencias distintivas en cuanto a:

Disfunción Microvascular Problemas Coronarios Alto Nivel de Colesterol Niveles de Calcio
Resultados de las pruebas CIMT

Comprender y Lograr la Salud Cardíaca en Mujeres

Escrito por Dr. Ramin Manshadi MD
Miércoles 21 de Septiembre de 2016 12:55

Resultados del Estudio Cardíaco Framingham

Reacción ante el Estrés Emocional

Probabilidad de Obesidad

Veamos esto con más detalle

Veamos esto con más detalle.

Disfunción Microvascular

Cuando se comparan los efectos de una enfermedad cardíaca entre hombres y mujeres, hay que tener en cuenta el factor de que las mujeres tienen más probabilidades de sufrir disfunción microvascular. Y la razón principal es que las mujeres no muestran los mismos síntomas que los hombres-cuyos síntomas y dolor se presentan a nivel microvascular.

¿Qué significa esto?

Una enfermedad cardíaca no implica necesariamente el bloqueo de una gran arteria: puede presentarse bloqueos a nivel microvascular (micro significa muy pequeño). Estas micro venas controlan el aporte de sangre al tejido cardíaco en los momentos de mayor demanda, por ejemplo cuando se hace ejercicio o se siente estrés. Y estos bloqueos pueden causar isquemia (falta de oxígeno y de nutrientes en el tejido). Si esto dura mucho tiempo, se puede dar un ataque al corazón.

Parece que esto le ocurre más a las mujeres que a los hombres y la explicación es la variabilidad de los niveles hormonales a lo largo de la vida de una mujer (cambian durante el embarazo, el parto y la menopausia) que aumenta el riesgo de la enfermedad microvascular.

Así que las mujeres no tienen bloqueos importantes en las arterias principales por encima del corazón, sino que tienen pequeños bloqueos dentro de los músculos y órganos. Estos

Comprender y Lograr la Salud Cardíaca en Mujeres

Escrito por Dr. Ramin Manshadi MD
Miércoles 21 de Septiembre de 2016 12:55

bloqueos microvasculares generan más síntomas, pero los doctores no pueden saber a qué se deben. Y como resultado, muchas mujeres que llegan con este problema no son elegidas como candidatas para un tratamiento. Si su médico no conoce estos síntomas, debería tratar de explicarle en medida de lo posible y llamar su atención sobre esto.

Problemas coronarios

Las mujeres también pueden padecer problemas coronarios, esto es, que sus vasos sanguíneos reaccionan de forma distinta antes el estrés. Esto no supone que tengan necesariamente un bloqueo o coágulo, pero debido a la reacción ante el estrés son más propensas a sufrir espasmos arteriales que disminuyen el flujo sanguíneo hacia el corazón y que causa dolor torácico. Si estos espasmos son importantes y duran mucho tiempo, se puede dar un ataque al corazón.

Alto Nivel de Colesterol

Las mujeres tienen también tendencia a presentar un mayor índice de colesterol que los hombres. Y dentro de este colesterol también tienen menos HDL, o buen colesterol. Además, un alto nivel de los triglicéridos¹ suele afectar de forma más negativa a la mujer causándole bloqueos y ataques al corazón.

Niveles de calcio

Cuando se forma placa en las paredes internas de las arterias, ésta puede calcificarse lo que es preocupante. Los niveles de calcio varían entre 0 y 1000. Tener muchas diferencias en estos niveles indica la probabilidad de padecer una enfermedad cardíaca dentro de los próximos 10 años. Esto es un buen indicador, sobre todo para pacientes con alto riesgo (como los que tienen antecedentes en su familia o los que padecen de diabetes).

Esto es muy significativo en el caso de las mujeres ya que si tienen desniveles de calcio, las probabilidades de desarrollar una enfermedad cardíaca y, consecuentemente ataques al corazón, son 10 por ciento mayores que para los hombres.

Resultados de las pruebas CIMT

Otra diferencia entre hombres y mujeres son los resultados CIMT. Las pruebas CIMT miden el espesor de la línea interior de la arteria carótida del cuello que llega hasta el cerebro. Normalmente, cuando el resultado es bueno, calculamos el riesgo a 1 por ciento. Pero si esta medida se eleva por encima de lo que debería ser para alguien de la misma edad, el riesgo de padecer bloqueos y ataques al corazón en los próximos 10 años es mucho mayor que cuando los resultados son normales.

Aún así, cuando el espesor es mayor, los riesgos son mucho más elevados para las mujeres que para los hombres.

Resultados del Estudio Cardíaco Framingham

Esta es otra razón por la que las mujeres no deberían ser diagnosticadas igual de rápido que los hombres sobre cuestiones relacionadas con el corazón.

Una prueba conocida como Estudio Cardíaco Framingham se utiliza comúnmente para comparar variables como edad, sexo, colesterol total, colesterol HDL, presión sanguínea y si se es fumador. Se diseñó para determinar si se tiene un perfil de alto o bajo riesgo de desarrollar una enfermedad cardíaca o sufrir un paro cardíaco en el futuro. Pero pasa por alto algunos de los marcadores biológicos femeninos. Esto es muy importante porque si el resultado es relativamente bajo, muchos doctores no continuarán la evaluación con otras pruebas.

Corazón Roto

El corazón no está literalmente roto, pero existe algo que se conoce como el “síndrome del corazón roto” y, como se puede imaginar, tiene que ver con la tristeza.

Comprender y Lograr la Salud Cardíaca en Mujeres

Escrito por Dr. Ramin Manshadi MD
Miércoles 21 de Septiembre de 2016 12:55

A menudo se usa para describir la condición de una mujer de edad avanzada que vive un estrés emocional y sufre un ataque al corazón. Todo parece apuntar que es paro cardíaco, pero no hay ningún bloqueo. Lo que ha ocurrido probablemente es que el corazón se ha quedado sin oxígeno y unos momentos después ha vuelto a la normalidad. El músculo queda fuertemente dañado y no sobrevive mucho tiempo más.

Entonces, ¿hay una conexión emocional? ¿La “tristeza del corazón” afecta de alguna manera a la salud? La ciencia sigue buscando esas respuestas.

El peso

Otro factor que afecta más a las mujeres es el peso. Parece que la epidemia de la obesidad en los EE. UU. está afectando más a las mujeres que a los hombres. Dos tercios de la población femenina es obesa y la obesidad es un factor de riesgo para desarrollar una enfermedad del corazón y también diabetes.

El mito de que la mujer es de alguna forma más inmune a las enfermedades coronarias que los hombres está claramente perdiéndose. Las mujeres tienen que ser igual de conscientes sobre sus hábitos de vida que los hombres al igual que consultar un cardiólogo cuando sea necesario. Sus síntomas pueden ser más variados que los indicadores clásicos, lo que significa en muchos casos, que las mujeres deben “educar” de forma proactiva a sus doctores y mostrarles la información actual.

[Traducciones del inglés por Amina Ortega que es, entre otros, licenciada en Traducción e Interpretación. Pueden contactar con ella en mortega@megadiversidad.co]

1 Un triglicérido es un éster (éster es un componente químico formado de carbonilo adyacente al éter) derivado de la glicerina y tres ácidos grasos.

Fuente: www.wikipedia.org

El Dr. Manshadi MD, FACC, FSCAI, FAHA, FACP es uno de los mejores cardiólogos estadounidenses. Es el autor de The Wisdom of Heart Health. El médico, que es cardiólogo intervencionista, trata a los pacientes desde la prevención hasta la intervención. Es miembro de la Asociación Médica de California (CMA por sus siglas en inglés) desde el 2001. El doctor Manshadi también es médico certificado del Consejo ante la Junta Americana de Cardiología Intervencionista de la Junta Americana de Cardiología. El doctor combina la práctica privada con la medicina académica. En la actualidad, se desempeña como Profesor Clínico Asociado del UC Davis Medical Center y como Profesor Clínico de la Pacific University, entre otras. Además, es Presidente de Relaciones Mediáticas del American College of Cardiology, en la sede de California. El multifacético médico tiene licencia y está certificado en medicina nuclear, una subespecialidad de la radiología. Por esto, es miembro de la Junta Americana de Cardiología Nuclear. Vale la pena mencionar que en su práctica le gusta usar pruebas innovadoras. Si usted quiere saber más sobre el Dr. Manshadi, puede hacer clic aquí:

[Dr. Ramin Manshadi-Cardiologist](#)

. El Dr. Manshadi es nuestro columnista en los temas de salud y está disponible para responder a sus preguntas. Usted puede enviarle un correo electrónico a la dirección

drmanshadi@megadiversities.com

y a su página web oficial:

www.DrManshadi.com

.