



Corazón

Enfermedad cardíaca en la mujer: **la importancia de prevenir**



La enfermedad cardiovascular es la principal causa de muerte en el mundo que ocasiona cerca de 15,2 millones de defunciones al año, según la Organización Mundial de la Salud. Esta realidad es igual en hombres y mujeres.

Las causas y desarrollo de la cardiopatía son iguales para mujeres y hombres, lo que difiere es la edad de manifestación. En ellas comienza entre seis y ocho años después que, en ellos, por lo que su mayor frecuencia de aparición se da alrededor de los 60 años.

Los síntomas también pueden ser distintos. Es posible que sean poco claros y no tan perceptibles como el dolor de pecho opresivo que, a menudo, se asocia con los infartos. En comparación con los hombres, las mujeres tienden a tenerlos al estar en reposo o, incluso, cuando duermen.

■ Algunos se caracterizan por:

- Dolor o malestar en el pecho, que puede ser difuso, pesado o agudo
- Dolor en cuello, mandíbula, garganta, parte superior del abdomen o espalda
- Náuseas o vómitos
- Fatiga inusual
- Problemas para respirar durante la actividad física

Dado que la sintomatología en las mujeres puede ser diferente a la de los hombres, es posible que se les diagnostique una enfermedad cardíaca con menos frecuencia.



■ Los factores de riesgo

Se trata de las condiciones, conductas, estilos de vida o situaciones que exponen a la mujer a mayor riesgo de presentar una enfermedad cardiovascular. Entre ellos destacan los factores de riesgo:

- No modificables: edad o historia familiar de enfermedad cardíaca prematura
- Tradicionales: dislipidemias, diabetes, sobrepeso, obesidad, inactividad física, tabaquismo.
- Emergentes: estrés, depresión o presencia de enfermedad autoinmune
- Únicos: menopausia, terapia hormonal, menarquia, diabetes gestacional.
- Determinantes sociales y biológicos: educación, trabajo, rol social, ingresos, influencias culturales, sexo, edad, genética, raza y antecedentes familiares

Llevar un estilo de vida saludable, controlar el estrés y otras enfermedades metabólicas -como la hipertensión arterial, el colesterol alto y la diabetes- pueden ayudar a reducir el riesgo de enfermedad cardíaca femenina.

**El contenido de este artículo sólo cumple la función de informar, no sustituye ni reemplaza el consejo y/o las órdenes del médico tratante relacionadas con su salud, tratamiento medicamentos que hayan sido recetados*



■ Referencias

- Khiatah B, Jazayeri S, Yamamoto N, Burt T, Frugoli A, Brooks DL. Cardiovascular disease in women: A review of spontaneous coronary artery dissection. *Medicine (Baltimore)*. 2022;101(38):e30433
- Prabakaran S, Vitter S, Lundberg G. Cardiovascular Disease in Women Update: Ischemia, Diagnostic Testing, and Menopause Hormone Therapy. *Endocr Pract*. 2022;28(2):199-203.
- Adedinsewo DA, Pollak AW, Phillips SD, et al. Cardiovascular Disease Screening in Women: Leveraging Artificial Intelligence and Digital Tools. *Circ Res*. 2022;130(4):673-690.
- Hirsch H, Manson JE. Menopausal symptom management in women with cardiovascular disease or vascular risk factors. *Maturitas*. 2022;161:1-6.
- Oliveira GMM, Wenger NK. Special Considerations in the Prevention of Cardiovascular Disease in Women. *Considerações Especiais na Prevenção de Doenças Cardiovasculares nas Mulheres*. *Arq Bras Cardiol*. 2022;118(2):374-377.
- Guía de práctica clínica de la Sociedad Interamericana de Cardiología sobre prevención primaria de enfermedad cardiovascular en la mujer. <https://instituciones.sld.cu/iccc/files/2022/06/Gu%C3%ADa-de-pr%C3%A1ctica-cl%C3%ADnica-de-la-SIAC-2022.pdf>
- Heart Disease in Women. <https://medlineplus.gov/heartdiseaseinwomen.html>
- Heart disease in women: Understand symptoms and risk factors. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/heart-disease/in-depth/heart-disease/art-20046167>
- Heart disease. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/heart-disease/symptoms-causes/syc-20353118>



BienestarSAVAL tiene para usted descuento en más de 80 medicamentos

Seleccione marca

Seleccione marca

Seleccione presentación

Todas

BUSCAR