



*¿Qué
tan sano
está mi
corazón?*

HER HEART
community



*Guía para
controlar las
cardiopatías*



astellas
Astellas Pharma US, Inc.

¿Qué tan sano está mi corazón?

Guía para controlar las cardiopatías

Las cardiopatías son la causa principal de muerte entre las mujeres estadounidenses.¹ Pueden afectar el músculo cardíaco, los vasos sanguíneos que irrigan al corazón (llamados arterias coronarias) y el sistema eléctrico que mantiene su funcionamiento. **La forma más común de cardiopatía es la coronaria**² (con frecuencia denominada arteriopatía coronaria) en la que se acumulan depósitos de grasa, llamados placas, que obstruyen los vasos que transportan la sangre al corazón. Debido a este bloqueo en el suministro de sangre, la cardiopatía coronaria puede generar dolor de pecho, ataques cardíacos y, con el tiempo, insuficiencia cardíaca. Los primeros pasos para mantener al corazón lo más sano posible son conocer el riesgo de desarrollar una cardiopatía coronaria, saber si ya existen vasos obstruidos y conocer el nivel de funcionamiento del corazón.

Conozca sus factores de riesgo cardíaco

Ciertos factores aumentan su riesgo de padecer una cardiopatía. Es importante tener en cuenta sus factores de riesgo y analizarlos con su proveedor de atención médica. Algunos factores no pueden controlarse, como la edad, los antecedentes médicos familiares y las características raciales. Sin embargo, usted puede reducir otros factores de riesgo con una alimentación saludable, la práctica de ejercicios físicos periódicos, no fumando y tomando los medicamentos que su proveedor de atención médica le receta. Antes de su próxima consulta, asegúrese de descargar, imprimir y completar el Cuadro de Antecedentes Familiares que está disponible en **www.herheartcommunity.com**. Este cuadro lo ayudará a analizar los factores de riesgo con su médico.



Factores de riesgo de cardiopatías³

♥ Antecedentes familiares
♥ Sobrepeso
♥ Falta de actividad física
♥ Alta presión arterial
♥ Colesterol elevado
♥ Diabetes
♥ Tabaquismo
♥ Envejecimiento y menopausia

Escuche a su cuerpo

Los síntomas comunes de cardiopatías son malestar, opresión o dolor de pecho que se extiende a los brazos, el cuello, la espalda o la mandíbula, dificultad par respirar y sensación de cansancio.³⁻⁶ Muchos de estos síntomas pueden presentarse durante periodos de actividad física o estrés.

La enfermedad cardiaca y su diagnóstico pueden ser diferentes en las mujeres de lo que lo son en los hombres; hecho que está comenzando a comprenderse mejor en el entorno de los profesionales médicos. Por este motivo, muchas mujeres con cardiopatías experimentan síntomas que pueden no reconocerse de inmediato como una enfermedad cardiaca o es probable que no manifiesten ningún síntoma.⁴ Éste es el motivo por el cual las consultas periódicas al proveedor de atención médica son tan importantes. Informe a su proveedor de atención médica sobre cualquier síntoma que experimente, especialmente si no los ha sentido antes.

Consulte a su proveedor de atención médica

Si cree que está en riesgo de experimentar síntomas de una cardiopatía o los está experimentando actualmente, considere la posibilidad de consultar a su proveedor de atención médica para analizar sus inquietudes. Se le realizarán preguntas específicas sobre sus síntomas (por ejemplo, durante cuánto tiempo los ha experimentado, cuándo y con qué frecuencia los siente, etc.) y sobre sus factores de riesgo y antecedentes médicos. Si completó el *Cuadro de Antecedentes Familiares*, lleve una copia a la consulta con su médico.

Su proveedor de atención médica evaluará la salud de su corazón; para hacerlo, controlará su pulso, escuchará los latidos y medirá la presión arterial. El profesional lo examinará para determinar si hay signos de insuficiencia cardiaca, problemas en las válvulas y evidencia de bloqueo en los vasos sanguíneos. Si su proveedor de atención médica cree que existe un motivo para preocuparse, le recomendará que se realice estudios más específicos o lo remitirá a un especialista del corazón, llamado cardiólogo.



Exámenes para detectar cardiopatías

Existen varios estudios que su proveedor de atención médica o cardiólogo pueden usar para determinar si usted padece una cardiopatía. Es importante que usted sepa de qué se tratan estos estudios y cómo se implementan, qué tipo de información proporcionan sobre su corazón y cuándo deben llevarse a cabo.

Análisis de sangre

Los análisis de sangre miden el nivel de ciertos componentes de la sangre que ayudan al médico a determinar el estado del corazón o si usted está en riesgo de padecer una cardiopatía.

- ◆ Un **lipidograma** mide la cantidad de colesterol negativo (lipoproteínas de baja densidad, LBD), colesterol positivo (lipoproteínas de alta densidad, LAD) y triglicéridos que están presentes en el torrente sanguíneo. Si tiene un nivel elevado de LBD, está en riesgo de sufrir una cardiopatía. El control de lípidos debe realizarse a la edad de 20 años y repetirse cada 5 años si los niveles están dentro de los parámetros saludables, y con más frecuencia si no lo están.⁷
- ◆ Los **análisis de azúcar en sangre (glucosa)** determinarán si tiene diabetes o intolerancia a la glucosa (prediabetes). Ambas enfermedades aumentan el riesgo de desarrollar una cardiopatía.

- ◆ **Los hemogramas completos, los estudios de tiroides, la gasometría arterial y otros análisis** pueden ayudar a su proveedor de atención médica a determinar si existen otras enfermedades que puedan afectar a su corazón.



Electrocardiografía

Un **electrocardiograma** (ECG) mide la frecuencia y el ritmo de los latidos del corazón a través de electrodos pequeños que se colocan en el pecho, ya sea mientras está recostado (ECG en reposo) o durante una actividad (ECG en ejercicio). Un estudio de este tipo puede detectar si su corazón recibe la suficiente cantidad de sangre y si el músculo cardiaco había estado dañado anteriormente. No obstante, al igual que en casi todos los estudios, es posible que un ECG presente algún inconveniente. Especialmente, este puede ser el caso si le realizan un ECG en ejercicio pero no siente síntomas mientras se está realizando la prueba.



Es probable que su proveedor de atención médica decida realizarle otros estudios, según los resultados del ECG.



Radiografía de tórax

Una **radiografía de tórax** muestra una imagen del corazón y los pulmones. En este estudio se puede observar el tamaño y la forma del corazón, se detectan signos de insuficiencia cardíaca y se pueden encontrar problemas en los pulmones y en los vasos sanguíneos principales del tórax. Esta prueba supone la exposición a una pequeña cantidad de radiación, es por eso que antes de realizar este examen debe informar a su proveedor de atención médica si cree que puede estar embarazada.

Pruebas de esfuerzo



Cuando el corazón hace un mayor esfuerzo, por ejemplo, durante la actividad física, cualquier bloqueo que exista en las arterias coronarias puede causar que se desarrollen síntomas de cardiopatías. En una

prueba de esfuerzo, su proveedor de atención médica le pedirá que realice ejercicio físico o le administrará un medicamento que simula los efectos del ejercicio, y luego controlará su corazón.

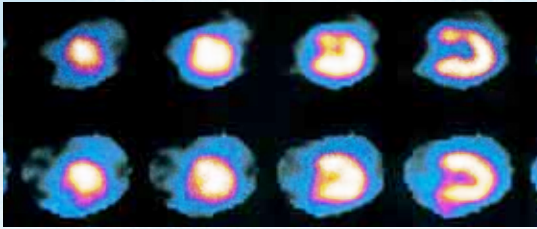
Debido a que los ECG en ejercicio pueden ser menos precisos en las mujeres debido a las fluctuaciones hormonales, además de otros factores,^{8,9} es probable que se utilicen diferentes tipos de pruebas (que incluyen medicina nuclear o ecocardiografía, que se analizan a continuación) en combinación con ejercicios de esfuerzo o estrés farmacológico para que su proveedor de atención médica pueda tener información más precisa sobre la salud de su corazón.

- ◆ Las **pruebas de esfuerzo** controlan el corazón mientras usted camina en un cinta mecánica o pedalea en una bicicleta fija. Durante este estudio se observan y registran datos sobre el tiempo que puede realizar el ejercicio, su presión arterial, los resultados del ECG y cómo se siente cuando se esfuerza.
- ◆ Para aquellos pacientes que no pueden realizar ejercicio físico a una frecuencia cardíaca máxima, las **pruebas de estrés farmacológico** utilizan un medicamento que reproduce los efectos del ejercicio físico en el corazón. Esta es una alternativa reconocida



para muchas mujeres que no pueden realizar el nivel de actividad necesario para una prueba de esfuerzo, posiblemente debido a edad avanzada, exceso de peso u otras razones.

Medicina nuclear



La **medicina nuclear** mide la cantidad de flujo sanguíneo en el corazón. En un estudio de este tipo, se inyecta una pequeña cantidad de líquido radioactivo, denominado trazador, en el torrente sanguíneo y se lo deja fluir por las arterias coronarias. Este estudio de medicina nuclear puede realizarse mientras está en reposo, después de un ejercicio de esfuerzo o de una prueba de estrés farmacológico para medir los cambios en el flujo sanguíneo. Mientras está recostado en la mesa de exploración, una cámara especial se mueve por encima de su tórax y toma imágenes del trazador a medida que se mueve a través de las arterias coronarias y en el corazón. Si hubiera un bloqueo en las arterias coronarias, el corazón no recibiría la suficiente cantidad de sangre. Las imágenes de medicina nuclear están diseñadas para mostrar los problemas de flujo sanguíneo en las arterias coronarias y el daño en el músculo cardíaco. Debido a que la arteriografía supone la exposición a una pequeña cantidad de radiación, antes de realizarse este examen informe a su proveedor de atención médica si cree que puede estar embarazada.

La **tomografía computarizada por emisión monofotónica**, o SPECT (single-photon emission computed tomography), es un tipo de estudio de medicina nuclear. En una SPECT, se usa una cámara de gammagrafía para obtener imágenes del flujo sanguíneo en su

corazón, mostrar las alteraciones del flujo cuando está en reposo y después de realizar ejercicios o de un estrés farmacológico.



La **tomografía por emisión de positrones (positron emission tomography, PET)** es un estudio de diagnóstico por imágenes nuclear que muestra la cantidad de flujo sanguíneo en el corazón, además

de otros aspectos de la función cardíaca. La PET genera imágenes de alta calidad y es un procedimiento más breve que otros tipos de estudios de medicina nuclear.

Ecocardiografía (Eco)



Durante una **ecocardiografía**, se utiliza un dispositivo pequeño, denominado transductor, que se mueve alrededor del

pecho y toma imágenes en movimiento de su corazón con ondas de ultrasonido. Este estudio puede detectar problemas en el músculo cardíaco, las válvulas, las cavidades y los vasos sanguíneos principales que rodean al corazón, además de poder medir la presión arterial dentro del corazón y los pulmones.

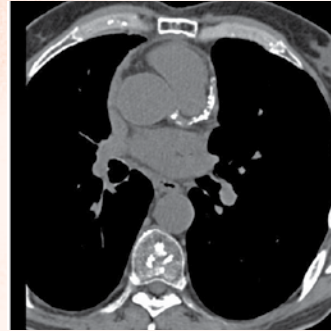
Resonancia magnética



La **resonancia magnética (magnetic resonance imaging, MRI)** utiliza imanes potentes que detectan las señales eléctricas que emite el corazón. Mientras está recostada en una camilla que

se mueve a través de una cámara circular, se generan imágenes muy claras del corazón. Las imágenes de MRI detectan bloqueos en los vasos sanguíneos coronarios en reposo y después de realizar ejercicio físico o de un estado de estrés farmacológico. Actualmente, la MRI no se utiliza con demasiada frecuencia para detectar cardiopatías coronarias ya que aún no está disponible en todos los centros, pero los avances en esta tecnología pueden convertirla en un estudio más práctico y accesible en el futuro.

Tomografía computarizada



La **tomografía computarizada (computed tomography, CT)**, algunas veces llamada tomografía axial computarizada (computed axial tomography, CAT),

es un tipo avanzado de radiografía que puede usarse para medir el calcio y encontrar bloqueos o placas en las arterias coronarias. En algunos casos, es probable que se le administre un tinte llamado agente de contraste que ayudará a producir imágenes más claras del corazón y sus vasos sanguíneos. Existen 2 tipos de CT que se usan para detectar las cardiopatías coronarias:

- ◆ La **tomografía computarizada con rayo de electrón** (electron-beam computed tomography, EBCT), algunas veces llamada CT ultrarrápida o exploración cardiaca, mide los niveles de calcio en las arterias coronarias, que es un signo de cardiopatía. Mientras está recostada en una mesa especial para radiografías, los rayos de electrones exploran su corazón para generar una imagen de las áreas de los vasos sanguíneos coronarios que han acumulado calcio con el paso del tiempo.
- ◆ La **tomografía computarizada multicorte o multidetector** (multislice o multidetector computed tomography, MSCT o MDCT) utiliza una máquina radiográfica que tiene la forma de una rosquilla que se mueve rápidamente alrededor de su cuerpo mientras está recostada en un mesa especial. A medida que se desplaza, toma varias imágenes de diferentes ángulos para obtener un mapa detallado del corazón y las



arterias coronarias. Al igual que la EBCT (tomografía computarizada con rayo de electrón), la MSCT (tomografía computarizada multicorte) puede identificar y medir los depósitos coronarios de calcio. Además, la claridad de las imágenes que se generan también permite la detección de placas muy pequeñas, que pueden no ser visibles en otros estudios pero que bloquean el flujo sanguíneo hacia el corazón.

CT puede usarse para detectar signos precoces de cardiopatías coronarias en mujeres que tienen factores de riesgo o síntomas de esta enfermedad. También puede ayudar a su proveedor de atención médica a decidir si usted necesita someterse a otros estudios o procedimientos, o si debe comenzar a tomar medicamentos para prevenir un ataque cardíaco.

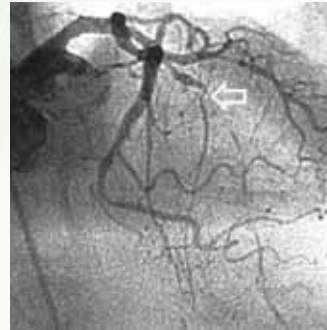
Ya que la CT supone la exposición a una pequeña cantidad de radiación, antes de realizarse estos exámenes informe a su proveedor de atención médica si cree que puede estar embarazada.

La angiografía por CT (CTA) utiliza un tinte de contraste inyectado que hace visible el flujo sanguíneo en las arterias coronarias a través de una exploración con CT. La CTA puede detectar los bloqueos en el flujo sanguíneo coronario y mostrar su ubicación.

Este estudio puede usarse para descartar cardiopatías coronarias en pacientes que tienen un riesgo bajo a moderado de padecer esta enfermedad.¹⁰



Angiografía coronaria



Una **angiografía** implica la inserción de una sonda larga y delgada, denominada catéter, a través de un vaso del brazo o pierna para llegar a las arterias coronarias. Se inyecta un tinte de contraste en

el catéter y luego se utiliza una radiografía para observar el movimiento del tinte en los vasos sanguíneos para detectar la ubicación exacta y el tamaño de los bloqueos. Una angiografía es un procedimiento “invasivo” e implica riesgos leves de padecer complicaciones. Normalmente se recomienda para mujeres con síntomas graves que no responden al tratamiento o a quienes se le realizaron otras pruebas que no proporcionaron información útil. Como se expresó anteriormente, ya que la angiografía supone la exposición a una pequeña cantidad de radiación, antes de realizar este examen informe a su proveedor de atención médica si cree que puede estar embarazada.

Referencias

1. American Heart Association. *Heart Disease and Stroke Statistics—2009 Update*. Dallas, TX: American Heart Association; 2009.
2. US Department of Health and Human Services. *The Heart Truth for Women: If You Have Heart Disease*. Bethesda, MD: National Institutes of Health; 2006. NIH publication no. 06-5225.
3. American Heart Association. *Heart and Stroke Facts*. Dallas, TX: American Heart Association; 2003.
4. McSweeney JC, et al. *Circulation*. 2003;108:2619-2623.
5. Chen W, et al. *Heart Lung*. 2005;34:240-247.
6. Milner KA, et al. *Am J Cardiol*. 1999;84:396-399.
7. Executive summary of the Third Report of the National Cholesterol Education Program (NCEP) Expert Panel on Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Cholesterol in Adults (Adult Treatment Panel III). *JAMA*. 2001;285:2486-2497.
8. Isaac D, et al. *Can J Cardiol*. 2001;17(suppl D):38D-48D.
9. Mieres JH, et al. *J Nucl Cardiol*. 2003;10:95-101.
10. Escobar E, et al. *Can Med Assoc J*. 2006;174:487-495.

Preguntas que puede formularle a su proveedor de atención médica

Separe esta tarjeta y tráigala a la próxima consulta con su médico para conocer más detalles sobre las pruebas cardiacas que se indican en el interior.

- ◆ ¿De qué se trata este examen y qué datos proporcionará?
- ◆ ¿De qué manera los resultados afectarán mi atención médica?
- ◆ ¿Qué nivel de precisión tiene este examen?
- ◆ ¿Cómo debo prepararme para el examen?
- ◆ ¿Quién lo realizará?
- ◆ ¿Dónde se llevará a cabo?
- ◆ ¿Cuáles son los peligros o riesgos asociados con él?
- ◆ ¿Estaré despierto durante el examen?
¿Será doloroso o incómodo?
- ◆ ¿Cuánto dura el examen?
- ◆ ¿Sentiré dolor o algún efecto secundario una vez que termine el examen?
- ◆ ¿Cómo y cuándo recibiré los resultados?
- ◆ ¿Cuál será el costo que deberé pagar por este examen?

Participe hoy mismo.
www.herheartcommunity.com

HHHC

La información que se presenta en este folleto no reemplaza las conversaciones que pueda tener con su médico.

Esta información se proporciona como un servicio educativo por parte de



Astellas Pharma US, Inc.
3 Parkway North
Deerfield, IL 60015 USA
1-800-888-7704

www.herheartcommunity.com

©2009 Astellas Pharma US, Inc. 009L-012-1090 12/09 Printed in USA

COMMITTED TO HER HEART™

