

advance FOR

NURSES

Desde el Corazón

Los hombres y las mujeres son diferentes en muchas formas, incluyendo cómo ellos experimentan los ataques al corazón.

Los hombres y las mujeres responden diferente a las enfermedades incluyendo las enfermedades cardíacas y los ataques al corazón.

Causa y Efecto

De acuerdo con la Asociación Americana del Corazón (AHA, por sus siglas en inglés), los ataques al corazón son el resultado de la enfermedad cardiovascular, que ocurre por una variedad de factores. Tanto los hombres como las mujeres son afectados por una combinación de factores de riesgo. Algunos de estos factores pueden ser controlados y otros no.

- **Los factores que no se pueden controlar** incluyen la herencia (un historial familiar de enfermedades del corazón); la edad; y la raza (los afro-americanos, los mejicanos- americanos, los nativo-americanos, los nativos de Hawai y algunos asiáticos- americanos son los que parecen estar en un mayor riesgo).
- **Las condiciones médicas**, incluyendo los niveles de colesterol, la presión sanguínea alta y la diabetes, aumentan el riesgo de la enfermedad cardiovascular y deben ser monitorizados.
- **Los factores del comportamiento** también afectan su riesgo de enfermedad cardíaca. Estos incluyen la falta de actividad física, el fumar, la dieta, la obesidad (estar en un 20 por ciento o más por encima de su peso corporal ideal), la circunferencia de la cintura, el uso excesivo de alcohol y el estrés.

Mientras más sepa

La enfermedad cardíaca se pensaba que era una enfermedad de hombres, pero ya ese no es el caso. Las nuevas investigaciones nos cuentan una historia diferente. Las mujeres tienen más probabilidades de desarrollar una enfermedad cardíaca que los hombres, especialmente en la medida en que envejecen y realmente tienen más probabilidades de morir como resultado.

La AHA menciona algunas combinaciones de factores de riesgo que pudieran tener un impacto mayor en las mujeres. El síndrome metabólico, que incluye obesidad abdominal, presión arterial alta, desorden de las grasas en sangre (altos triglicéridos, bajo HDL y alto LDL); y la resistencia a la insulina o la intolerancia a la glucosa, todos afectan a la mujer más fuertemente que al hombre.

También las mujeres son más propensas a interiorizar el estrés, la depresión y la furia, que tienen un efecto adverso en la salud del corazón. Las mujeres en edad peri- menopáusica pueden experimentar bajos niveles de estrógenos, lo que contribuye a la enfermedad cardiovascular en los vasos capilares menores.

De corazón a corazón

La mayoría de la gente dice que el síntoma clásico del ataque al corazón es un dolor que aprieta el pecho en el lado izquierdo y que

irradia al brazo, como el de una indigestión severa. Los pacientes que llegan a la sala de urgencias se evalúan tanto para descartar un ataque al corazón como para ser tratados en lo que se llama la Hora de Oro, el período de tiempo cuando los anticoagulantes pueden funcionar más eficazmente en su magia sobre los coágulos o la formación de placa que detiene el flujo sanguíneo al corazón.

Este método funciona bien para la mayoría de los hombres, quienes usualmente se quejan de dolor en el pecho, ansiedad y náuseas. Con menor frecuencia, ellos experimentan falta de aire y se sienten mareados y sudorosos.

De acuerdo con un estudio de la AHA, las mujeres pueden sentir el mismo dolor en el pecho que los hombres, pero son más propensas a pensar que es una indigestión. En muchos casos, las mujeres no sienten ningún dolor en el pecho. Ellas tienden a sentir dolor en el medio de la espalda, la mandíbula o el hombro, se sienten con náuseas, tienen falta de aire y lo que ellas consideran que es acidez y se sienten muy cansadas.

Sonar la alarma

Muchos cardiólogos ahora están interesados en un "sistema de alerta" que pudiera sonar varios meses o semanas antes que una mujer tenga un ataque al corazón.

En un estudio publicado por la AHA en el 2003, "Los Síntomas Tempranos de Alerta de Infarto Agudo del Miocardio en las Mujeres", de 500 mujeres que participaron, el 95 por ciento reportó una preocupación de salud hasta un mes antes de que sufrieran un ataque al corazón. Cerca de tres cuartos reportaron haberse sentido extremadamente fatigadas y cerca de la mitad dijo que tenían trastornos del sueño. La indigestión y la falta de aire fueron reportadas por el 40 por ciento y más de un tercio dijo que se sentían ansiosas.

Más del 70 por ciento de las mujeres reportaron no sentir dolor en el pecho durante el proceso.

Debido a que las mujeres no reconocen sus síntomas como los de ataque al corazón de forma inmediata, tienden a esperar para obtener atención médica. Cuando llegan a su médico o a la sala de urgencias, su corazón se ha dañado.

Por esta razón, de acuerdo con el Instituto Nacional del Corazón, Pulmones, y Sangre, sólo un tercio de las mujeres que ha tenido un ataque al corazón logran recuperarse completamente. Para las que no lo logran, el 50 por ciento son propensas a morir en el primer año siguiente al infarto. Ellas también son casi dos veces más propensas a tener un segundo infarto dentro de 6 años.

Candy Goulette es la editora regional editor de ADVANCE.



Notas
