

Enfermedades Cardiovasculares



Idioma Español

Las enfermedades cardiovasculares se cobran 18,6 millones de vidas cada año y podemos evitarlo. Las enfermedades cardiovasculares (ECV), como las cardiopatías y los accidentes cerebrovasculares, matan a más personas en todo el mundo que cualquier otra enfermedad, con alrededor del 80% de estas muertes en países de ingresos bajos y medios. Mientras tanto, existen muchas políticas asequibles que los países pueden implementar para reducir la carga de ECV y mejorar la salud de sus poblaciones. Conoce más sobre las enfermedades cardiovasculares más comunes y cómo podemos prevenir y manejar mejor las enfermedades crónicas para salvar vidas, generar beneficios económicos y lograr el objetivo de desarrollo sostenible 3.4.

El corazón humano late unas 100,000 veces y bombea hasta 7,500 litros de sangre al día, transportando oxígeno y nutrientes a cada célula de nuestro cuerpo. Es nuestro músculo más fuerte, y es esencial para la vida. Por eso es tan importante proteger nuestros corazones de las enfermedades cardiovasculares, la principal causa de muerte y discapacidad en el mundo.

Datos y cifras

- Las enfermedades cardiovasculares (ECV) son un grupo de enfermedades que afectan el corazón y los vasos sanguíneos (venas y arterias).
- Las ECV, como las enfermedades cardíacas y los accidentes cerebrovasculares, son la principal causa de muerte en el mundo y se cobran 18,6 millones de vidas cada año, el 33 % de todas las muertes en el mundo. De estas muertes, el 85% se debe a cardiopatías isquémicas (por ejemplo, ataques cardíacos) y enfermedades cerebrovasculares (por ejemplo, accidentes cerebrovasculares).
- Más del 75 % de las muertes por ECV se producen en países de ingresos bajos y medios.
- Los [casos de enfermedades cardiovasculares casi se duplicaron](#) [1] de 271 millones en 1990 a 550 millones en 2019, y las muertes aumentaron de 12,1 millones a 18,6 millones durante el mismo período.
- Alrededor del 80% de las muertes prematuras (entre los 30 y los 70 años) por enfermedades cardiovasculares

se pueden prevenir.

- Los factores de riesgo clave para las enfermedades cardiovasculares incluyen el tabaquismo, la falta de actividad física y una dieta poco saludable, así como comorbilidades como la diabetes y la hipertensión.
- Las intervenciones para abordar las ECV que son asequibles y ampliables están disponibles, incluso en los PIBM que cuentan con recursos limitados en su sistema de salud.

¿Qué es la enfermedad cardiovascular?

La enfermedad cardiovascular es una clase de enfermedades que afectan el corazón y a los vasos sanguíneos (venas y arterias). Por lo general, son causadas por depósitos de grasa que se acumulan dentro de las arterias y dan como resultado un mayor riesgo de coágulos sanguíneos, pero también pueden estar relacionados con daños en las arterias de órganos como el cerebro, el corazón, los riñones y los ojos. Los accidentes cerebrovasculares pueden ser causados por sangrado de un vaso sanguíneo en el cerebro o por coágulos de sangre.

Hay muchos tipos diferentes de enfermedades cardiovasculares. Éstas son algunas de las más comunes.

Enfermedad isquémica del corazón

La cardiopatía isquémica, a veces llamada enfermedad de las arterias coronarias o cardiopatía coronaria, es el tipo más común de enfermedad cardíaca. Es causada por el estrechamiento de las arterias coronarias que suministran sangre al músculo cardíaco. Cuando las arterias se estrechan, llega menos sangre y oxígeno al músculo cardíaco, lo que puede causar un ataque al corazón. Para muchas personas, un ataque cardíaco será la primera vez que se den cuenta de que viven con una cardiopatía isquémica.

Ataque al corazón

Un ataque cardíaco, o infarto de miocardio, es una emergencia médica que ocurre cuando algo, generalmente un coágulo de sangre, interrumpe el flujo de sangre al corazón. Sin oxígeno y nutrientes, el músculo cardíaco comienza a morir. Es posible que un ataque al corazón no sea fatal, especialmente si recibe atención y tratamiento médico inmediato, pero aun así puede causar daños duraderos al corazón. Un ataque al corazón suele ir acompañado de síntomas como dolor en el pecho o ansiedad intensa. Es una de las causas más comunes de muerte.

ACV

El accidente cerebrovascular (ACV) sucede cuando se interrumpe el suministro de sangre al cerebro, lo que resulta en la falta de oxígeno, el daño cerebral y la pérdida de funciones. La causa más frecuente es un coágulo en una arteria que suministra sangre al cerebro. También puede ser causado por una hemorragia cuando un vaso reventado hace que la sangre se filtre hacia el cerebro. El accidente cerebrovascular puede causar daños permanentes, incluida la parálisis parcial y el deterioro del habla, la comprensión y la memoria. La parte del cerebro afectada y la cantidad de tiempo que se ha interrumpido el suministro de sangre determinan el tipo y la gravedad de la discapacidad.

El [accidente cerebrovascular ya ha alcanzado proporciones epidémicas](#) [2]. A nivel mundial, 1 de cada 4 adultos mayores de 25 años sufrirá un ictus en su vida. 12,2 millones de personas en todo el mundo tendrán su primer accidente cerebrovascular este año y 6,5 millones morirán como resultado de éste. La incidencia de accidentes cerebrovasculares aumenta significativamente con la edad. Sin embargo, más del 60% de los accidentes cerebrovasculares lo sufren personas menores de 70 años y el 16 % en personas menores de 50 años. Uno de los principales factores de riesgo clínicos de accidente cerebrovascular es la presión arterial alta.

Cardiopatía reumática

La cardiopatía reumática es una enfermedad cardiovascular prevenible y potencialmente mortal que afecta a [40 millones de personas en todo el mundo](#) [3], en su mayoría niñas, niños y personas adultas jóvenes. Cada año, se cobra más de 300,000 vidas, lo que representa casi el 2% de todas las muertes por ECV. La mayoría de los pacientes

con cardiopatía reumática no llegan a los 40 años.

La cardiopatía reumática comienza con la bacteria *Streptococcus pyogenes*, que puede transmitirse fácilmente de persona a persona a través de infecciones del tracto respiratorio superior que son más comunes en la infancia. En algunos casos, las infecciones repetidas por estreptococo pueden provocar fiebre reumática, que causa inflamación y cicatrización en las válvulas cardíacas y en el propio corazón. Esta cicatrización e inflamación causa la enfermedad cardíaca reumática.

Las infecciones por estreptococos se tratan fácilmente con penicilina en países de altos ingresos; es por eso que casi no hay casos en estos países. Pero en los países de ingresos bajos y medianos, la penicilina es difícil de conseguir, por lo que las infecciones por estreptococos a menudo provocan fiebre reumática y cardiopatía reumática. Sin embargo, también hay prevalencia en los países de altos ingresos entre las comunidades más marginadas, incluidas las poblaciones indígenas. Ésta es, realmente, una enfermedad de la pobreza.

Otras condiciones cardíacas

Las enfermedades mencionadas anteriormente representan la gran mayoría de las muertes y discapacidades por ECV, pero [las condiciones a continuación](#) [4] también son parte de la carga de ECV.

- **Arritmia:** latidos cardíacos irregulares o anormales
- **Enfermedad aórtica** (incluido el aneurisma aórtico): una enfermedad que hace que la aorta se ensanche o se rompa
- **Miocardiopatías:** enfermedades del músculo cardíaco
- **Enfermedad cardíaca congénita:** problemas con el corazón o los vasos sanguíneos que existen al nacer
- **Trombosis venosa profunda y embolia pulmonar:** coágulos de sangre en las venas de las piernas, que pueden desprenderse y viajar al corazón y los pulmones.
- **Insuficiencia cardíaca:** cuando su corazón no bombea tan bien como debería
- **Enfermedad de las válvulas cardíacas:** una enfermedad de las válvulas cardíacas que mantienen el flujo de sangre a través del corazón.
- **Enfermedad pericárdica (pericarditis):** inflamación del saco de tejido delgado que rodea el corazón
- **Enfermedad vascular (enfermedad de los vasos sanguíneos):** cualquier afección que afecte el sistema circulatorio
- **Enfermedad vascular periférica (incluida la enfermedad arterial periférica):** una enfermedad de los vasos sanguíneos que irrigan los brazos y las piernas

Factores de riesgo y prevención de enfermedades cardiovasculares

Los [factores de riesgo y las causas](#) [5] detrás de las ECV son diversos e incluyen presión arterial alta, colesterol alto, diabetes, obesidad y enfermedad renal, así como inactividad física, una dieta poco saludable, contaminación del aire, tabaquismo, consumo de alcohol y estrés. Millones de personas en todo el mundo luchan por controlar los factores de riesgo que conducen a las enfermedades cardiovasculares, mientras que muchas otras no saben que corren un alto riesgo.

Al menos el 75 % de las muertes por ECV en el mundo ocurren en países de ingresos bajos y medianos (PIBM), que a menudo no cuentan con programas sólidos y ampliamente accesibles de atención primaria de la salud para la detección temprana de ECV y factores de riesgo clave como la hipertensión y la diabetes. Como resultado, para muchas personas en estos países, la detección llega tarde en el curso de la enfermedad cuando ya se han desarrollado complicaciones. Esto da como resultado costos de tratamiento más altos, que a menudo deben pagarse de su bolsillo y pueden ser catastróficos para los hogares y pueden impedir que las personas busquen o cumplan con el tratamiento. A nivel macroeconómico, los CVD imponen una pesada carga a las economías de todos los países,

especialmente a los PIBM.

Se estima que el 80% de las ECV se pueden prevenir. Se ha demostrado que dejar de fumar, comer menos sal y más frutas y verduras, hacer actividad física regular y evitar el alcohol reduce el riesgo de enfermedad cardiovascular. Sin embargo, si bien las elecciones individuales juegan un papel en estos comportamientos, las políticas de salud también tienen un papel importante para garantizar que las personas tengan lo que necesitan para vivir una vida saludable, como un aire limpio, acceso a alimentos saludables y espacios urbanos que fomenten un estilo de vida activo.

Políticas para las ECV

Hay muchas políticas asequibles que los países pueden implementar para reducir la carga de ECV y mejorar la salud de la población. Las [mejores inversiones \(best buys\) de la OMS](#) [6], por ejemplo, son rentables y factibles de implementar para los países. Las 16 intervenciones propuestas cubren seis áreas políticas: consumo de tabaco; consumo nocivo del alcohol; dieta no saludable; la inactividad física; el manejo de enfermedades cardiovasculares y diabetes y el manejo del cáncer. La implementación de estas mejores inversiones costaría alrededor de US\$1,27 por persona en los PIBM y evitaría más de 17 millones de casos de cardiopatía isquémica y accidente cerebrovascular para el año 2030. De hecho, reduciría las muertes prematuras (entre los 30 y 70 años) por ENT en un 15%, generando también US\$350 mil millones en ahorros en atención médica y aumento de la productividad para el mismo año.

Un [estudio de 2022](#) [7] realizado como parte de la cuenta regresiva para las ENT al 2030 de The Lancet se basa en las mejores inversiones, identificando cinco intervenciones adicionales para evitar 39 millones de muertes y generar un beneficio económico neto promedio de US\$2,7 billones, o US\$390 per cápita, entre 2023 y 2030. Esta inversión, que es realista y urgente, permitiría a la mayoría de los países alcanzar o casi alcanzar la meta 3.4 del Objetivo de Desarrollo Sostenible de reducir la mortalidad prematura por ENT en un tercio para 2030.

Related Content: ['Share the power' on World Heart Day](#) [8]

Panel Image Link Text: Infografía

Search Keywords: enfermedad cardíaca, ENT

Source URL: <https://ncdalliance.org/es/sobre-las-ent/ent/enfermedades-cardiovasculares>

Enlaces

[1] <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7755038/>

[2] <http://www.world-stroke.org/world-stroke-day-campaign/why-stroke-matters/learn-about-stroke>

[3] <http://world-heart-federation.org/what-we-do/rheumatic-heart-disease/>

[4] <https://world-heart-federation.org/what-is-cvd/>

[5] [https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-\(cvds\)](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-(cvds))

[6] <https://www.who.int/publications/i/item/9789240041059>

[7] [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(21\)02347-3/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(21)02347-3/fulltext)

[8] <https://ncdalliance.org/es/node/9382>