

UNA CALCULADORA ESTIMA Y PREVIENE EL RIESGO DE ENFERMEDAD CARDÍACA

¿Conoces la edad real de tu corazón?

Un estudio publicado en la revista *Heart* pone de manifiesto una nueva evaluación de los riesgos cardiovasculares que tiene como objetivo comenzar su prevención lo antes posible. Se trata de una calculadora para computar dicho riesgo.

SINC

26/3/2014 11:06 CEST



Las muertes por ECV casi se han reducido a la mitad en los últimos 40 a 50 años, especialmente en los países enriquecidos. / Fotolia

Tener un corazón sano es un seguro de vida. Por eso, científicos de Reino Unido han establecido una serie de recomendaciones, elaboradas por once sociedades profesionales y organizaciones, para la prevención de enfermedades cardiovasculares (ECV). Junto al informe proponen el uso de un nuevo método de evaluación, la [calculadora de riesgo cardiovascular JBS3](#).

Este documento de consenso, publicado por las *Joint British Societies* en la revista *Heart*, hace hincapié en la importancia de dejar a los pacientes que controlen ellos mismos la situación y comiencen una acción preventiva desde el principio.

Según los autores, el objetivo de dicha calculadora es ayudar a los profesionales sanitarios y a los pacientes a comprender mejor su riesgo acumulado de por vida y qué se puede hacer para disminuirlo.

"La mayoría de los ensayos sugieren que la sociedad subestima su riesgo de desarrollar y morir de enfermedad cardiovascular"

Así, las nuevas recomendaciones aumentan el tratamiento preventivo actual que se centra en el riesgo de un [ataque cardíaco o derrame cerebral](#) en aquellas personas cuyo estilo de vida a edades tempranas indica un bajo riesgo a corto plazo pero representa un alto riesgo de desarrollar ECV.

El enfoque del estudio se basa en la creciente evidencia que muestra que hay un largo proceso de desarrollo (fase preclínica) para las ECV, y que la mayoría de los ataques cardíacos y accidentes cerebrovasculares ocurren en personas que están en la categoría de riesgo intermedio.

Sin embargo, "la mayoría de los ensayos sugieren que la sociedad subestima su riesgo de desarrollar y morir de enfermedad cardiovascular y considera el cáncer una amenaza mayor, a pesar de la evidencia de lo contrario", explican los autores.

Las claves de la calculadora

Una característica clave de la calculadora es una mejor comprensión de la verdadera edad del corazón. Para ello, utiliza los factores de riesgo familiares y el estilo de vida actual para predecir cuántos años se puede vivir antes de sufrir un ataque cardíaco o derrame cerebral –si no se toman medidas correctivas– en comparación con alguien sin estos factores.

La calculadora será un componente fundamental del programa del Servicio Nacional de Salud de Inglaterra dirigido a las personas de 40 a 74 años de edad

Por ejemplo, una mujer fumadora crónica de 35 años, con una presión arterial sistólica de 160 mm Hg y un colesterol total de 7 mmol/L además de una historia familiar de enfermedad cardiovascular prematura, tendría una edad real del corazón de 47 años y una esperanza de vivir hasta los 71 años sin tener un ataque cardíaco o derrame cerebral. Sin embargo, su riesgo a los 10 años sería de menos de 2%.

Pero si esta mujer dejara de fumar y redujera el colesterol total a 4 mmol/L y la presión arterial sistólica a 130 mm Hg, su edad real del corazón caería a 30. De esta forma, ella podría vivir hasta los 85 años antes de tener estos episodios cardiovasculares y reducir su riesgo a los 10 años hasta menos del 0,25%.

Tal y como afirman los expertos, la calculadora de riesgo JBS3 será un componente fundamental del programa del Servicio Nacional de Salud de Inglaterra dirigido a las personas de 40 a 74 años de edad, que pretende evitar una vertiginosa prescripción de estatinas y otros medicamentos para el corazón.

"La atención cardiovascular aguda es cara y como la esperanza de vida sigue aumentando también lo hace la prevalencia de ECV", apuntan los autores. "Las ganancias recibidas a través de la inversión nacional en la atención cardiovascular aguda durante más de una década ahora tienen que complementarse con un enfoque moderno de su prevención".

El papel de la prevención

Tal y como sostiene el artículo, "las muertes por ECV casi se han reducido a la mitad en los últimos 40 a 50 años especialmente en los países enriquecidos, en gran parte gracias a la identificación de los factores de riesgo y las iniciativas nacionales de salud pública".

Sin embargo, "a pesar de los avances, aún queda mucho por lograr en la prevención y la gestión de la atención cardiovascular", concluyen los autores. "No hay lugar para la complacencia".

TAGS

CORAZÓN

ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR

COLESTEROL

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)