

DETERMINACION DEL RIESGO CARDIOVASCULAR GLOBAL

**Profesor Dr. Alfredo Dueñas Herrera
Instituto de Cardiología y Cirugía Cardiovascular**

II

RIESGO CARDIOVASCULAR GLOBAL. DEFINICION.

- Es la probabilidad que tiene un individuo de contraer una enfermedad cardiovascular en los próximos 10 años, basado en el número de factores de riesgo presentes en el mismo individuo (riesgo cualitativo) o teniendo en cuenta la magnitud de cada uno de ellos (riesgo cuantitativo).

III

- Aterosclerosis
- Lesión arterial
- Daño en órgano
Diana
- Inicio en edades tempranas
- Progresa gradualmente con la edad
- Corazón
- Cerebro
- Riñón
- Arterias periféricas

IV

Para que sirve la determinación del RCG.

1. Para clasificar a un individuo según riesgo alto, medio, bajo. Y clasificar poblaciones.
2. Determinar la frecuencia de cada uno de los factores de forma individual.
3. Establecer las estrategias de prevención, según los niveles de riesgo y los recursos con que se cuente.
4. Evaluar el impacto de las acciones preventivas (medidas sucesivas).

V

Elementos básicos en la prevención cardiovascular.

- Dieta saludable:
 - Ambos deben controlar la hiperlipidemia y la obesidad.
- Ejercicio físico
- Cesación del habito de fumar y no iniciación.
- Control de la hipertensión arterial, Diabetes Mellitus.

(Detección precoz-Diagnostico-Tratamiento adecuado-control)

Determinación del riesgo cardiovascular por las tablas de la OMS. Variables a utilizar.

1. Si es o no diabético.
2. Sexo.
3. Si es o no fumador
4. Edad
5. Cifra de PA sistólica.
6. Cifra de colesterol sanguíneo total.

Diabético:

Que refiere ser diabético y usa insulina o toma hipoglicemiantes orales, o que tiene cifra de glucosa en plasma en ayunas 7 mmol/l (126mg/dl) o glicemia postprandial (2 horas después de una comida principal) 11 mmol/l (200 mg/dl). Si se hace con tiras reactiva harán dos determinaciones.

***** Para llevar de mg a mmol/l dividir por 38.**

**** PA sistólica:**

Determinada por la aparición del 1er ruido de Korotkoff en un sujeto, sentado con el brazo descansando sobre un plano duro, después de 15 minutos sin ejercicio, fumar o tomar café, con esfigmomanómetro calibrado (apto), sin ropas entre el brazo y el equipo.

VII

TECNICA PARA LA DETERMINACION DEL RCG. TABLA DE LA OMS. (si tiene cifra de colesterol)

- 1.- **Seleccione la carta apropiada según el lugar de residencia de la persona. En el caso de Cuba se realizaran las cartas para AMERICA A.**
- 2.- **Seleccione la tabla apropiada si la persona es o no diabética.**
- 3.- **Seleccione la tabla acorde al sexo. Hombres o mujeres.**
- 4.- **Seleccione el cuadro según corresponda si es o no fumador.**
- 5.- **Seleccione el cuadro según corresponda a la edad.***
- 6.- **Seleccione la línea horizontal que corresponda a la cifra de presión arterial sistólica.****
- 7.- **Seleccione en la línea vertical la casilla de corresponda a la cifra de colesterol sanguíneo total.*****

•Si	edad	40-49	-	Seleccionar	40
Si	edad	50-59	-	Seleccionar	50
Si	edad	60-69		Seleccionar	60
Si	edad	70-79		Seleccionar	70

Y así sucesivamente.

** Si PA 140 - Seleccionar 120
 Si PA 140 - 159 Seleccionar 140
 Si PA 160 - 179 Seleccionar 160
 Si PA 180 Seleccionar 180

*** Cifra de colesterol

4 - 4.9 Seleccionar 4
 5 - 5.9 Seleccionar 5
 6 - 6.9 Seleccionar 6
 7 - 7.9 Seleccionar 7
 8 Seleccionar 8

Fumador: Aquel que fuma regularmente o el fumador hasta 1 año antes de la encuesta

Niveles de riesgo según los colores. Probabilidad de enfermedad cardiovascular.

- Seleccione la carta apropiada según el lugar de residencia de la persona. En el caso de Cuba se realizarán las cartas para AMERICA A.

Verde - 10 % - Bajo

Amarillo 10 – 19.9 % Moderado

Naranja 20 – 29.9 % Alto

Rojo 30 – 39.9 % Muy alto

Marrón ≥ 40 % muy alto intervención inmediata

VIII

Técnica para la determinación del RCQ. Tablas de la OMS si no se puede determinar cifra de colesterol total.

1. Seleccione la carta apropiada según el lugar de residencia de la persona. En el caso de Cuba se utilizarán las cartas para América A.
2. Seleccionar la tabla apropiada si la persona es o no diabética.
3. Seleccionar la tabla apropiada según sexo. Hombre o mujer.
4. Seleccione la columna correspondiente a fumar si o no.
5. Seleccionar el grupo correspondiente a la edad.
6. Por último seleccione la casilla que corresponda a la cifra de PA sistólica.

Individuo en alto riesgo donde no tienen que ser utilizadas las tablas.

1.- Personas con una enfermedad cardiovascular aterosclerótica establecida (angina de pecho, enfermedad coronaria, infarto miocárdico). Isquemia cerebral transitoria. Ictus, enfermedad vascular periférica o individuos sometidos a revascularización coronaria.

2.- Aquellos con:

- **HVI o retinopatía III o IV**
- **Colesterol total ≥ 8 mmol/l (320 mg/dl)**
- **Colesterol LDL ≥ 6 mmol/l (240mg/dl)**
- **Índice Colesterol total/HDL ≥ 8**
- **Diabéticos con lesión renal**
- **Con insuficiencia renal crónica**

OTROS ASPECTOS A TENER EN CUENTA.

El riesgo cardiovascular global puede ser superior al señalado en la tabla, si un individuo:

- 1.- Tiene una obesidad central cintura \geq 102 cm en hombres \geq 88 cm en mujeres**
- 2.- Estilo de vida sedentario.**
- 3.- Historia familiar (1ra línea(de enfermedad coronaria en hombres $<$ 55 años y mujeres $<$ 65 años)**
- 4.- Cifra de triglicéridos \geq 2.0 mmol/l (180 mg/dl)**
- 5.- Cifra de col HDL bajo $<$ 1 mol/l en hombres (40mg/dl)
1.3 mmol/l en mujeres (50mg/dl)**

Continuación

6.- Niveles elevados de:

- Proteína C reactiva
- Fibrinogeno
- Homocisteina
- Apolipoproteina B
- Lp (a)
- Microalbuminuria
- Frecuencia cardiaca elevada persistente.

XII

Metas a alcanzar con las recomendaciones de la prevención:

No iniciación o creación del hábito de fumar. Si no es posible: disminución en la cantidad de cigarrillos o tabacos/d.

2.- Seleccionar alimentos sanos para la dieta diaria.

3.- Ser físicamente activos.

4.- Alcanzar un IMC ≤ 25 KG/m² circunferencia de la cintura ≤ 102 cm en el hombre y 88 en la mujer.

Índice cintura/cadera ≤ 0.8 de mujeres y 0.9 en hombres.

5.- Cifras de Presión arterial $\leq 140/90$ mmHg. 130 y 80 en enfermo CV y 135/85 en alto riesgo.

6.- Cifra de colesterol sérico ≤ 5 mmol/l (190mg/dl) 4 mmol/l si enfermo o alto riesgo.

7.- Cifra de colesterol LDL ≤ 3 mmol/l (115 mg/dl) 100 mgdl si enfermo o alto riesgo.

8.- Control de glicemia en diabético.

9.- Aspirina: 75 mg/d si no hay contraindicación.