



**Nombre de alumnos:** Edgar David Salvatierra rocha.

**Nombre del profesor:** Fernando romero peralta.

**Nombre del trabajo:** ensayo del sistema cardiovascular.

**Materia:** anatomía y fisiología.

**Grado:** 1er cuatrimestre.

**Grupo:** A

## INDICE

<b>INTRODUCCION.</b>	<b>PAG. 03</b>
<b>2.0.-CONCEPTO DE ENFERMEDADES</b>	<b>PAG.04</b>
<b>2.1.-EPIDEMOLOGIA DE LAS ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES.</b>	<b>PAG. -04</b>
<b>2.2. ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES MAS FRECUENTES</b>	<b>PAG.05</b>
<b>2.3.-PRESION ARTERIAL</b>	<b>PAG.05</b>
<b>2.4.-INSUFICIENCIA CARDIACA.</b>	<b>PAG.06</b>
<b>2.5.-CARDIOPATIA ISQUEMICA.</b>	<b>PAG.06</b>
<b>3.0.-ANTECEDENTES FAMILIARES.</b>	<b>PAG.07</b>
<b>4.0.-OBESIDAD.</b>	<b>PAG.07</b>
<b>4.1.-HABITOS DE ALIMENTACION.</b>	<b>PAG.07</b>
<b>4.2.-ACTIVIDAD FISICA POCO FRECUENTE.</b>	<b>PAG.07</b>
<b>5.0.- CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS</b>	<b>PAG.08</b>
<b>6.0.-CONCLUSION.</b>	<b>PAG.09</b>

## **1.-INTRODUCCION**

Se ha dicho muchas veces que con la vejes el corazón se enfría. Pocas afirmaciones están tan alejadas de la realidad, desde el punto de vista de los efectos, que siguen fluyendo a lo largo de toda nuestra vida, como en lo relativo a los padecimientos del órgano aludido.

Es en la vejes donde las dolencias cardiacas se presentan y expresan con mayor intensidad, condicionando una sustancia perdida de nuestra calidad de vida.

El envejecimiento es un proceso natural que se caracteriza por efectuar a todos los órganos de los seres vivos y a cada uno de los órganos que los componen. Igual que envejecen los músculos y los huesos, también lo hace el cerebro, las arterias, y el corazón. Entre las características que identifican el proceso normal del envejecimiento hay una que destaca de manera singular: los cambios que se asocian al envejecimiento conducen una disminución en nuestra capacidad de reserva funcional. Como consecuencia directa, la capacidad de adaptación y de respuesta a los cambios de los órganos afectado por el envejecimiento se ve disminuida y el corazón y el sistema cardiovascular en su conjunto no son una excepción a esta regla. Con el paso de los años la capacidad de adaptación de nuestro sistema cardiovascular disminuye y esa perdida va afectar tanto a actividades habituales incluso saludables como a situaciones de enfermedad.

Las enfermedades cardiovasculares están entre las primeras causas de muerte por enfermedades no transmisibles, cada vez se aprecian un mayor de números de personas que sufren de algunas enfermedades algunas con secuelas graves u otros que han fallecido por esta causa.

Una labor de enfermería es mejorar la calidad de vida de la persona dando cuidados al paciente enfermo o brindando educacion para prevenir enfermedades.

## **2.- CONCEPTO DE ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES.**

Las enfermedades cardiovasculares son un conjunto de trastornos del corazón y de los vasos sanguíneos. La denominación “enfermedades cardiovasculares” es utilizada para agrupar distintos tipos de enfermedades relacionadas con el corazón o los vasos sanguíneos (arterias y venas), dicha expresión describe cualesquiera padecimientos que comprometa el sistema cardiovascular, es comúnmente utilizado para referirse a la arterosclerosis. Estas patologías poseen causas, mecanismos y tratamientos afines.

### **2.1- EPIDEMIOLOGIA DE LAS ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES.**

Las enfermedades cardiovasculares son altamente prevalentes y es la causa mas frecuente de muerte en las diferentes regiones del mundo. Aunque sea mortalidad muestra una tendencia decreciente en los países desarrollados, aumentan en los países emergentes, como el nuestro, a medida que disminuye la prevalencia en enfermedades infecciosas o por desnutrición. la enfermedad cardiovascular se ha convertido en una epidemia no transmisible que genera un preocupante costo directo e indirecto, en el 2011 de las seis primeras causas de mortalidad a nivel nacional, tres de ellas están relacionadas a las patologías cardiovasculares, las cuales son: enfermedad isquémica del corazón, cerebrovasculares e hipertensiva, dándose mayor cantidad de casos en los varones y en la población mayor de 50 años. Según el lugar de residencia, se observa un mayor riesgo a poblaciones de la región costa, en comparación con la región sierra o selva y en la población urbana mas que en la rural.

## **2.2.-ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES MAS FRECUENTES.**

Son múltiples las enfermedades del aparato circulatorio y del corazón que puede aparecer en edades avanzadas, tanto por su frecuencia como por su influencia en producir fragilidad e incapacidad de los ancianos, son de destacar las siguientes: hipertensión arterial, insuficiencia cardiaca, cardiopatía isquémica, arteriopatía periférica.

Cada una de ellas tendrán unas características diferentes en cuanto a su forma de incidir en la salud y capacidades de los mayores. La hipertensión arterial será el primer factor de riesgo cardiovascular en el anciano y por tanto incidirá directamente en la aparición del resto de las patologías cardiovasculares. La cardiopatía isquémica y la insuficiencia cardiaca son fuente directa de pérdida de autonomía, ingreso hospitalario y muerte. La arteriopatía periférica puede terminar, tras limitar la de ambulación del paciente, en la amputación de un, miembro.

## **2.3.-HIPERTENCION ARTERIAL.**

Es de destacar la importancia de esta enfermedad, de elevadísima frecuencia en la población anciana, como factor de riesgo para producir cardiopatía isquémica, insuficiencia cardiaca, enfermedad cerebrovascular con ictus y arteriopatía periférica, por tanto, su tratamiento hace el factor prevenible.

Se han comentado los cambios en las arterias que se produce con el envejecimiento y la predisposición a padecer un tipo de hipertensión llamada hipertensión sistólica aislada, en la que solamente elevadas las cifras de tensión arterial sistólica. Al padecer esta hipertensión en los ancianos también supone padecer riesgo cardiovascular como el que se ha comentado.

## **2.4.- INSUFICIENCIA CARDIACA**

La insuficiencia cardiaca puede definirse como alteración de la función del corazón, en la que este es incapaz de bombear sangre de la forma adecuada a las necesidades del organismo. Cualquier patología del corazón con suficiente intensidad puede producirla, aunque, la mayor parte de los ancianos con este problema padecen hipertensión arterial o una enfermedad coronaria que produce cardiopatía isquémica. La hipertensión condicionará una sobrecarga de esfuerzo del corazón y a su vez favorecerá la aparición de una enfermedad coronaria que puede dañar el musculo cardiaco.

## **2.5.- CARDIOPATIA ISQUEMICA.**

La cardiopatía isquémica es una enfermedad cardiaca donde se produce un defecto de perfusión sanguínea del miocardio (que se le llama musculo cardiaco) debido a obstrucción de las arterias coronarias. Las consecuencias de esta falta de perfusión pueden ser de forma de dolor torácico como ocurre en la angia de pecho o en el infarto agudo al miocardio. Al angia puede presentarse de forma brusca como el infarto o de forma crónica desencadenada por un aumento de las demandas del corazón como ocurre en la angia del pecho. La isquemia cardiaca puede tener también consecuencias no dolorosas como el deterioro silencioso de ese musculo cardiaco, pudiendo hacer de ese corazón insuficiente.

### **3.0.- ANTECEDENTES FAMILIARES.**

Es uno de los factores de mayor riesgo de mayor importancia e interés y algunos autores han llegado a establecer un valor predictivo del 50% para este factor.

La historia familiar o antecedentes familiares de enfermedad cardiovascular es uno de los principales factores de riesgo no modificables, junto al sexo, y la edad, determinantes en riesgo coronario, como, por ejemplo, edad, sexo, nivel de triglicéridos, diabetes o tabaquismo.

### **4.0.-OBESIDAD.**

La obesidad se define como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. Los pacientes que tienen aumento de la grasa abdominal presentan un incremento importante del riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, por ello mantener el peso dentro de los límites razonables es muy importante para el normal funcionamiento del corazón, los vasos sanguíneos, el metabolismo, los huesos y otros órganos del cuerpo.

#### **4.1 HABITOS DE ALIMENTACION.**

El efecto fundamental de la dieta relacionada con el aumento del riesgo cardiovascular tiene lugar en el metabolismo de las lipoproteínas y ello se debe fundamentalmente a la influencia de los distintos ácidos grasos de la dieta.

Es muy importante mantener los horarios de las comidas principales, ya que esto ayudaría a mantener el peso. Es perjudicial acudir a las comidas con hambre, por que llevara a consumir mas alimentos y de manera más rápida.

#### **4.2.-ACTIVIDAD FISICA POCO FRECUENTE.**

La inactividad física o falta de ejercicio se considera uno de los mayores factores en el desarrollo de la enfermedad cardiaca e incluso se ha establecido una relación directa entre estilo de vida sedentario y la mortalidad cardiovascular. Una persona sedentaria tiene mas riesgo de sufrir arterioesclerosis, hipertensión y enfermedades respiratorias, existen diversos mecanismos que explicaran la influencia beneficiosa de la actividad física sobre las enfermedades isquémicas del corazón, tales como los efectos antitrombóticos, el aumento de la vascularización del miocardio y una mejor estabilidad de los impulsos eléctricos del corazón.

#### **5.0.- CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS.**

**TABACO:** el tabaco es el factor del riesgo cardiovascular mas importante, como la particularidad que es la más fácil de evitar, está demostrado que la enfermedad coronaria es tres veces mayor en fumadores.

**ALCOHOL:** el consumo moderado de alcohol se asocia a un descenso de la enfermedad coronaria de 40% a 50%. El mecanismo esta posiblemente en relación con un aumento del colesterol HDL reactividad vascular y factores hemostáticos.

**CAFÉ:** en la relación de consumo habitual de café y la HTA es dudosa.es posible que la cafeína, por sus efectos excitantes , aumente la prevalencia de la HTA la administración de 250 mg de cafeína tres veces al día producirá un aumento de la presión arterial en los primeros días, pero a medida que pasa el tiempo los efectos desaparecerán.



## 6.0.- CONCLUSION.

La importancia de las enfermedades cardiovasculares ha sobrepasado el ámbito científico para formar parte del dominio popular, por una parte, la influencia que tiene hábitos y estilos de vida perjudiciales sobre algunas de estas enfermedades, se encuentran permanente en los medios de comunicación.

Además, es destacables que este grupo de enfermedades ocupa una posición central entre los problemas de la salud de la población y particularmente entre los ancianos.

Si bien las enfermedades están presentes en la edad adulta precia ala vejes, alguna de ellas como a la insuficiencia cardiaca o la enfermedad coronaria se hacen mas frecuente en la edad avanzada. La mayor parte de los pacientes que padecen son mayores de 65 años por lo que probablemente haya que definir las conjuntamente con las características propias de la población.

Entre los ancianos las enfermedades cardiovasculares son la principal causa de enfermedad y muerte. Además de esta gran mortalidad produce una enorme morbilidad, causando un sinfín de ingresos hospitalarios y finalmente, pero no menos importante, son una fuente importante de incapacidad en una persona mayor limitada seriamente en su deambulaci3n, movilidad y autonomía, por problemas respiratorios secundarios a su patología cardiaca.

## **PREGUNTAS.**

**1.-¿Qué es un sistema nervioso autónomo?**

**R:es el que regula funciones involuntarias**

**2.-¿Cómo se divide el sistema nervioso autónomo?**

**R:se divide en simpático y para simpático**

**3.-¿de que se conforma el sistema autónomo?**

**R: se conforma del tronco encefálico o medula espinal**

**4.-¿Qué es el sistema nervioso central?**

**R:es un sistema de control integración y respuesta rápida y corta**

**5.-¿Cómo se forma el sistema nervioso central?**

**R: por el encéfalo y medula espinal**

**6.-¿Cómo se protege el sistema nervioso central?**

**R:se protege por el hueso, por una membrana y por líquido**

**7.-¿Qué detecta el sistema nervioso central?**

**R: detecta cambios en el medio interno y externo**

**8.-¿Qué dirige el sistema nervioso central?**

**R: dirige la actividad de neuronas motoras**

**9.-¿Qué mantiene la asociación de neuronas?**

**R: mantiene la homeostasis.**

**10.-¿Qué es las enfermedades cardiovasculares?**

**R:es el conjunto de trastornos del corazón y vasos sanguíneos.**

**11.-¿cuáles son las patologías cardiovasculares?**

**R: enfermedad isquemia del corazón, cerebrovascular e hipertensiva**

**12.-¿Cuáles son las enfermedades cardiovasculares más frecuentes.?**

**R: hipertensión cardiovascular, insuficiencia cardiaca, cardiopatía, isquemia, arteriopatía periférica.**

**13.-¿a que edad se presenta más las enfermedades cardiovasculares?**

**R: a la población mayor de 50 años**

**14.-¿Cuál es la enfermedad cardiovascular principal factor de riesgo?**

**R: la hipertensión arterial.**

**15.-¿Cuál patología puede ocasionar la amputación de un miembro.?**

**R: la arteriopatía periférica.**

**16¿ qué es la hipertensión sistólica aislada.?**

**R: son los cambios de arterias de envejecimiento y la predisposición.**

**17.-¿Qué es la insuficiencia cardiaca.?**

**R: es la alteración de la función del corazón.**

**18.-¿Qué produce la insuficiencia cardiaca?**

**R: produce que no deja bombear sangre adecuadamente al organismo.**

**19.-¿Qué es la cardiopatía isquémica?**

**R: es una enfermedad cardiaca que se produce un defecto de perfusión sanguínea al miocardio.**

**20.-¿Qué es el miocardio?**

**R: es el musculo cardiaco.**

**21.-¿Cuál es la consecuencia de una cardiopatía isquémica?**

**R: un infarto**

**22.-¿Cuál otro factor de riesgo causa las enfermedades cardiovasculares?**

**R: son los antecedentes familiares.**

**23.-¿Qué es bueno para prevenir la enfermedades cardiovasculares.?**

**R: la actividad física.**

**24.-¿Qué sustancias son causas de ocasionar las enfermedades cardiovasculares.?**

**R: el tabaco, el alcohol y café**

**25.-¿Quiénes tienen mayor riesgo de tener la enfermedad coronaria.?**

**R: los hombres.**