



Universidad del sureste

Medicina Interna

Asesora: Ricardo Acuña del Saz

**“Insuficiencia cardiaca e hipertensión arterial
sistémica”**

Alumno: Noé Agustín Nájera Zambrano

Medicina humana

La Insuficiencia Cardíaca (IC) es una enfermedad crónica y degenerativa del corazón que impide que éste tenga capacidad suficiente para bombear la sangre y por lo tanto de hacer llegar suficiente oxígeno y nutrientes al resto de los órganos. Puede manifestarse a cualquier edad, aunque la probabilidad de sufrirla aumenta con los años. Según su forma de manifestarse, se clasifica en:

Insuficiencia Cardíaca Crónica:

La enfermedad se va manifestando gradualmente, pero los síntomas se intensifican con el paso del tiempo. Es la más frecuente.

Insuficiencia Cardíaca Aguda:

Los síntomas aparecen de forma repentina y son graves desde el principio. Con un tratamiento adecuado, los pacientes pueden mejorar rápidamente.

La IC genera fatiga, ya que el corazón no puede distribuir la sangre suficiente que necesita el organismo. Además, puede provocar una acumulación de sangre, que puede salir de los vasos sanguíneos y congestionar los pulmones.

Causas de la insuficiencia cardíaca

Haber sufrido un evento cardiovascular puede dejar secuelas, como, por ejemplo, la aparición de la Insuficiencia Cardíaca. La IC puede presentarse tras sufrir...

- Un Infarto de Miocardio o una Angina de Pecho
- Enfermedades del músculo del corazón
- Enfermedades de las válvulas del corazón
- Una arritmia, como la Fibrilación Auricular

Síntomas de la insuficiencia cardíaca

Los síntomas pueden variar de una persona a otra, en función del grado de la enfermedad.

Los más comunes son:

- Dificultad para respirar

- Fatiga y cansancio muscular
- Retención de líquidos e hinchazón en tobillos, piernas y abdomen
- Pérdida de apetito
- Confusión, mareos y en algunos casos, pérdida del conocimiento
- Tos seca
- Taquicardias y palpitaciones más rápidas de lo normal
- Poca tolerancia al ejercicio, debido a la fatiga

Diagnóstico de la insuficiencia cardíaca

Para diagnosticar la IC, el médico analizará tu historia clínica a partir de:

- Factores de riesgo
- Antecedentes de eventos de Angina de Pecho o Infarto de Miocardio
- Antecedentes familiares de miocardiopatías u otras enfermedades valvulares
- Infecciones recientes
- Alteraciones del ritmo cardíaco

En otros casos

(la gran mayoría), serán necesarias pruebas complementarias como:

Pruebas de esfuerzo

Permite analizar la respuesta del corazón al realizar ejercicio continuo sobre una cinta rodante o bicicleta estática. Detecta alteraciones cardiovasculares que no son visibles cuando el paciente está en reposo.

Electrocardiograma

Permite registrar la actividad eléctrica del corazón y es una prueba sencilla y no dolorosa. La evaluación se puede complementar con el dispositivo Holter, que permite realizar un electrocardiograma y registrar, durante 24 o 48 horas, el funcionamiento del corazón mientras se realizan las actividades habituales.

Ecocardiografía

Es la prueba más eficaz, ya que proporciona información inmediata del funcionamiento del corazón.

Es indolora y permite obtener imágenes del corazón en movimiento, para evaluar su forma, el estado de las válvulas, aurículas y ventrículos y su funcionamiento.

Analítica de sangre completa

Particularmente de los niveles de los péptidos natriuréticos, hormonas que poseen propiedades diuréticas y vasodilatadoras.

Tratamiento de la insuficiencia cardíaca

Existen varios tratamientos eficaces para la IC que retrasan la progresión de la enfermedad, mejoran la calidad de vida y alargan la supervivencia de la persona afectada.

Fármacos:

- Inhibidores de la enzima convertidora de angiotensina: Bloquean los efectos de una hormona producida naturalmente por los riñones denominada angiotensina II. Al bloquear el efecto de la angiotensina II, relajan los vasos sanguíneos y la sobrecarga del corazón.
- Inhibidores de la aldosterona: Bloquean los efectos de la aldosterona, una hormona que empeora la IC. Afectan a la cantidad de agua y sales que se eliminan por la orina y son diuréticos débiles. Disminuyen la presión arterial, reducen la congestión y, por tanto, protegen el corazón.
- Betabloqueantes: Reducen la presión arterial y mejoran la circulación de la sangre. Ayudan al corazón a latir con más lentitud, disminuyen la presión arterial y, en consecuencia, protegen al corazón de los efectos nocivos de la prolongada actividad de la adrenalina y la noradrenalina.

- Inhibidores de la neprilisina y la angiotensina: Mejoran la capacidad de respuesta del corazón y la eliminación de líquido. Tienen los mismos efectos que los vasodilatadores y también impiden los efectos nocivos de la activación del sistema de respuesta patológico de la IC.
- Digitálicos: Reducen la acumulación de líquido en el corazón. El más conocido es la digoxina.
- Estatinas: Reducen los niveles de colesterol en la sangre.
- Diuréticos: Permiten eliminar el exceso de líquidos y sodios del cuerpo. Ayudan a aliviar la carga de trabajo del corazón.
- Ivabradina: Reduce la frecuencia cardíaca y puede ser beneficioso en algunos casos de IC.

Estilo de vida:

- Introducir hábitos y estilos de vida saludables que permitan controlar los factores de riesgo cardiovascular.

Dispositivos:

- Marcapasos: Dispositivo metálico implantado debajo de la piel que ayuda al corazón a mantener su ritmo cardíaco.
- Desfibrilador Automático Implantable (DAI): Envía una descarga eléctrica al corazón en el momento que detecta una disfunción en el ritmo cardíaco, evitando una parada.
- Resincronización Cardíaca: Dispositivo que emite pequeñas señales eléctricas indoloras, que estabilizan los latidos.
- Modulación de la Contractilidad Cardíaca: Dispositivo implantable que emite impulsos eléctricos que mejoran la fuerza de contracción del corazón.

Tratamiento quirúrgico:

- Bypass o angioplastia: Ambos tratamientos quirúrgicos que eliminan la obstrucción de las arterias y mejoran el riego sanguíneo. Más información en Tratamiento del Infarto de Miocardio.
- Cirugía de recambio valvular: Sustitución de la válvula del corazón dañada por una artificial o por una de tejido humano o animal.
- Trasplante cardíaco: Si el paciente no mejora con los tratamientos anteriores, se podría plantear el trasplante de corazón.

Hipertensión arterial sistémica

La hipertensión arterial es una enfermedad crónica en la que aumenta la presión con la que el corazón bombea sangre a las arterias, para que circule por todo el cuerpo.

El sobrepeso y la obesidad pueden aumentar la presión arterial, sube los niveles de glucosa en la sangre, colesterol, triglicéridos y ácido úrico, lo que dificulta que la sangre fluya por el organismo.

A nivel mundial se estima que existen más de mil millones de personas con hipertensión. En México, se habla de 30 millones y el IMSS se atienden 6 millones de personas que acuden periódicamente a la consulta externa de Medicina Familiar para tratarla.

Síntomas

La mayoría de las personas que padecen de hipertensión arterial no lo saben, porque no tienen ningún síntoma, pero hay quien puede presentar:

- Dolor de cabeza intenso
- Mareo
- Zumbido de oídos
- Sensación de ver lucecitas

- Visión borrosa
- Dolor en el pecho y/o lumbar
- Tobillos hinchados
 - Afección en la que la presión de la sangre hacia las paredes de la arteria es demasiado alta.
 - Generalmente, la hipertensión se define como la presión arterial por encima de 140/90 y se considera grave cuando está por encima de 180/120.
 - En algunos casos, la presión arterial elevada no presenta síntomas. Si no se trata, con el tiempo, puede provocar trastornos de la salud, como enfermedades cardíacas y derrames cerebrales.
 - Seguir una dieta saludable con menos sal, ejercitarse regularmente y tomar medicamentos puede ayudar a bajar la presión arterial.

Tratamiento

Después de ser diagnosticado con hipertensión arterial, se recomienda:

- Tomarte la presión diariamente y apuntarla para llevar un control y poder mostrárselo al médico
- Ir a consulta de manera periódica, para que te tomen la presión y den medicamento
- Llevar una alimentación baja en grasas y sal
- Bajar de peso (si padeces obesidad o sobrepeso)
- Caminar mínimo 30 minutos al día
- Aprender a controlar el estrés
- Dejar de fumar
- Evitar tomar alcohol