



Mi Universidad

Investigación

Nombre del Alumno: Mariam de los ángeles Martínez Villagrán

Nombre del tema: enfermedades cardiovasculares en México

Parcial: 4

Nombre de la Materia: nutrición en enfermedades cardiovasculares

Nombre del profesor: Italia Yamilet Hernández Figueroa

Nombre de la Licenciatura: nutrición

Cuatrimestre: 6to

Lugar y fecha: Tapachula Chiapas 28/07/23

Introducción

Las enfermedades cardiovasculares constituyen la primera causa de muerte en la mayoría de los países pero sobre todo en México por qué se tiene la falta de cuidado y la falta de importancia hacia estas enfermedades. Por lo que es un riesgo para aquellas personas que padecen de un enfermedad cardiovascular por qué a veces no están conscientes de el riesgo que esto conlleva al no haber un tratamiento o un cuidado como tal, sobre todo en la alimentación.

Enfermedades cardiovasculares en México

Las enfermedades cardiovasculares (ECV) como un grupo de desórdenes del corazón y de los vasos sanguíneos entre las que se consideran la enfermedad coronaria, enfermedad cerebrovascular, hipertensión, enfermedad arterial periférica, cardiopatía reumática o insuficiencia cardíaca, entre otras. Sin lugar a duda, las enfermedades cardiovasculares son un problema de salud pública debido al incremento de sus factores de riesgo asociados como la obesidad, diabetes mellitus y tabaquismo que afectan a un gran porcentaje de la población mexicana, lo cual se ve reflejado en el número de muertes que provocan anualmente; de las cuales el 80 por ciento ocurren de manera prematura, es decir, antes de los 70 años, lo cual visiblemente no sólo tiene un componente de salud sino también de productividad, ya que afectan gravemente a la población económicamente activa.

1. **Arritmias:** Las arritmias pueden producir irregularidades en el ritmo cardíaco, o bien, un latido muy lento o muy rápido, y son una de las enfermedades cardiovasculares más frecuentes.
2. **Arteriopatía coronaria:** Se trata del endurecimiento de la arteria que da el oxígeno vital y los nutrientes al corazón. Este endurecimiento también es conocido como aterosclerosis.
3. **Insuficiencia cardíaca:** el corazón no bombea tanto como debería y esto puede ocasionar la retención de agua y sal, provocando la inflamación y la falta de aire en quienes la padecen.
4. **Miocardopatías:** Esto incluye las enfermedades del músculo cardíaco. Las personas con estas condiciones tienen corazones más grandes, más gruesos o más rígidos de lo normal. Como resultado, el corazón no bombea sangre adecuadamente y, sin el tratamiento adecuado, puede empeorar con el paso del tiempo.
5. **Pericarditis:** La pericarditis es una condición rara en la que el revestimiento que envuelve el corazón se inflama. Usualmente aparece a causa de una infección.
6. **Hipertensión arterial:** Debido al estrechamiento de las arteriolas, el corazón debe esforzarse más en su capacidad para cumplir con su función, resultando en presión de los vasos sanguíneos.

7. Valvulopatía: Cuando una de las cuatro válvulas que tiene el corazón tiene afectaciones puede generar estrechamiento, filtrados o cierres inadecuados, terminando en falta de aire o desmayos.
8. Angina de pecho: Se debe a la obstrucción en las arterias coronarias, impidiendo el flujo de la sangre necesaria hacia el corazón.
9. Infarto al miocardio: Se produce tras la obstrucción de una arteria, lo que provoca una disminución del oxígeno en las células del corazón y provocando la muerte de estas.
10. Trastorno del ritmo cardíaco: Alteración en la frecuencia o regularidad del pulso normal de una persona; normalmente son consecuencia de alguna otra enfermedad cardiovascular.
11. Fibrilación auricular: La fibrilación auricular es un tipo de arritmia, es decir, una enfermedad del corazón que implica un fallo en el sistema de conducción eléctrico cardíaco, y que presenta un ritmo de latido acelerado e irregular.
12. Disnea: La disnea es la falta de capacidad para inhalar o exhalar con normalidad. Este padecimiento puede comenzar súbitamente, en minutos u horas, y puede extenderse hasta por semanas o incluso meses.
13. Tromboembolia pulmonar: La tromboembolia pulmonar implica la obstrucción del flujo sanguíneo hacia los pulmones a causa de un coágulo dentro de las arterias, comúnmente proveniente de las venas de las extremidades inferiores, siendo potencialmente fatal.
14. Enfermedad cardio pulmonar: La hipertensión pulmonar define la elevación de la presión dentro de las arterias pulmonares, es decir, aquellas que llevan sangre del corazón de los pulmones, por encima de lo normal y como consecuencia, el corazón tiene que trabajar demás para vencer esta presión.

Conclusión

En conclusión general de las enfermedades cardiovasculares en México siguen siendo la primera causa de muerte en la población anciana y, en su mayoría, serían evitables si se aplicaran programas de medicina preventiva más eficientes. También incluyendo un tratamiento médico y nutricional que vayan de la mano para poder evitar problemas más graves dentro de las propias enfermedades.

Bibliografía:

- <https://www.unotv.com/ciencia-y-tecnologia/enfermedades-del-corazon-cuales-son-las-que-mas-afectan-a-mexicanos/>
- <https://www.hospitalsanangelinn.mx/post/enfermedades-mas-comunes-en-mexico>