

MATERIA:
NUTRICION EN ENFERMEDADES
CARDIOVASCULARES

PROFESORA: DANIELA MONSERRAT
MENDEZ GUILLEN

ENSAYO

ALUMNO:

JONATHAN JIMENEZ GOMEZ

6° CUATRIMESTRE



COMITÁN DE DOMÍNGUEZ CHIAPAS A
25 DE MAYO DEL 2024

ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

Las enfermedades cardiovasculares son afecciones que afectan el corazón y los vasos sanguíneos, siendo una de las principales causas de muerte en todo el mundo. Estas enfermedades pueden manifestarse de diversas formas, como enfermedad coronaria, aterosclerosis, hipertensión, cardiopatía isquémica, insuficiencia cardíaca (IC) y enfermedad vascular periférica.

La aterosclerosis es el proceso que conduce al desarrollo de aterosclerosis que es una enfermedad crónica y progresiva que afecta a las arterias, causando el estrechamiento y endurecimiento de las mismas debido a la acumulación de placas en sus paredes internas. Esta placa se compone de colesterol, lípidos, calcio y otras sustancias, y puede desarrollarse durante muchos años sin tener síntomas evidentes. A medida que la placa se acumula, las arterias se vuelven menos elásticas y más estrechas, lo que dificulta el flujo sanguíneo normal hacia los órganos y tejidos del cuerpo (ECAE). Esto puede conducir a una serie de complicaciones graves, como angina de pecho, infarto de miocardio, accidente cerebrovascular e incluso la muerte. El proceso de la formación de la placa de ateroma comienza con una pequeña lesión o daño en la capa interna de las arterias (endotelio) causando que el sistema inmunológico del cuerpo responde enviando glóbulos blancos (macrófagos) al sitio afectado. Estos macrófagos intentan eliminar las partículas de colesterol LDL que se ha depositado en la pared arterial. Sin embargo, en lugar de eliminar el colesterol LDL, los macrófagos se pegan al intentar eliminar el colesterol LDL pasando a convertirse en células espumosas, formando la primera etapa de la enfermedad conocida como la "estria grasa". Con el tiempo, si el paciente no lo trata o no sabe de su existencia la placa de ateroma puede continuar creciendo, estrechando aún más la arteria y reduciendo el flujo sanguíneo. Además, la placa puede volverse inestable y propensa a la ruptura, lo que puede desencadenar la formación de un coágulo de sangre (trombo), si este coágulo bloquea por completo el flujo sanguíneo en una arteria coronaria, puede provocar un infarto de miocardio; si ocurre en una arteria cerebral, puede causar un accidente cerebrovascular causando la muerte de la persona. Para el diagnóstico de la aterosclerosis a menudo se realiza a través de pruebas como el análisis de sangre para medir los niveles de colesterol, ecografías, pruebas de estrés cardíaco y angiografías. El tratamiento generalmente implica cambios en el estilo de vida, como dejar de fumar, hacer ejercicio regularmente, seguir una dieta saludable y tomar medicamentos para controlar la presión arterial y el colesterol.

Por otro lado, tenemos las lipoproteínas que varían en cuanto a composición, tamaño y densidad. Las lipoproteínas medidas en la práctica clínica son quilomicrones, lipoproteínas de muy baja densidad (VLDL), lipoproteínas de baja densidad (LDL) y lipoproteínas de alta densidad (HDL), y están compuestas por cantidades variables de triglicéridos, colesterol, fosfolípidos y proteínas. La determinación del colesterol total en la sangre proporciona una medida del colesterol contenido en todas las lipoproteínas. Las lipoproteínas LDL llevan aproximadamente el 60-70% del colesterol, mientras que las HDL llevan alrededor del 20-30%, y las VLDL alrededor del 10-15%. Estudios han demostrado que concentraciones elevadas de colesterol sérico, especialmente el colesterol LDL, son causas de enfermedad cardiovascular, accidente cerebrovascular y mortalidad.

Los pacientes con dislipidemia familiar, un trastorno genético que afecta el metabolismo de los lípidos, a menudo tienen concentraciones elevadas de triglicéridos en la sangre, conocido como hipertrigliceridemia. Cuando los triglicéridos están en el intervalo muy alto, existe un mayor riesgo de desarrollar pancreatitis, una inflamación del páncreas que puede ser grave y potencialmente mortal. Las dislipidemias pueden ser:

- Hiperlipidemias genéticas, trastornos hereditarios que afectan el metabolismo de los lípidos, con niveles anormalmente altos en la sangre.
- La hipercolesterolemia familiar (HF) es un trastorno genético hereditario que se caracteriza por niveles elevados de colesterol LDL (lipoproteína de baja densidad) en la sangre desde el nacimiento.
- Hiperlipidemia familiar combinada La hiperlipidemia familiar combinada (HFC) es un trastorno en el que dos o más personas de la familia presentan concentraciones séricas de colesterol de LDL o triglicéridos.

El diagnóstico de enfermedades cardiovasculares incluye historia clínica, exámenes físicos, pruebas de laboratorio como análisis de sangre, electrocardiogramas, ecocardiografías y, en casos necesarios, pruebas de imagen avanzadas como la angiografía. La identificación de los factores de riesgo de aterosclerosis, ictus y ECC ha supuesto un hito. La prevención primaria de estos trastornos consiste en la evaluación y el tratamiento de los factores de riesgo en personas asintomáticas. La adopción de estilos de vida saludables, el diagnóstico temprano y el tratamiento adecuado, podemos reducir factores de riesgo y la muerte del px.

Referencias:

Universidad del sureste (2024) Antología Enfermedades cardiovasculares (pág.10-20)