

Adultos con cardiopatía congénita. Factores de riesgo cardiovascular.

Teresa Segura de la Cal

Unidad Multidisciplinar de Hipertensión Pulmonar
Unidad de Cardiopatías Congénitas del adulto
Servicio de Cardiología. Hospital Universitario 12 de Octubre. Madrid

Adolescente y adulto con Cardiopatía Congénita

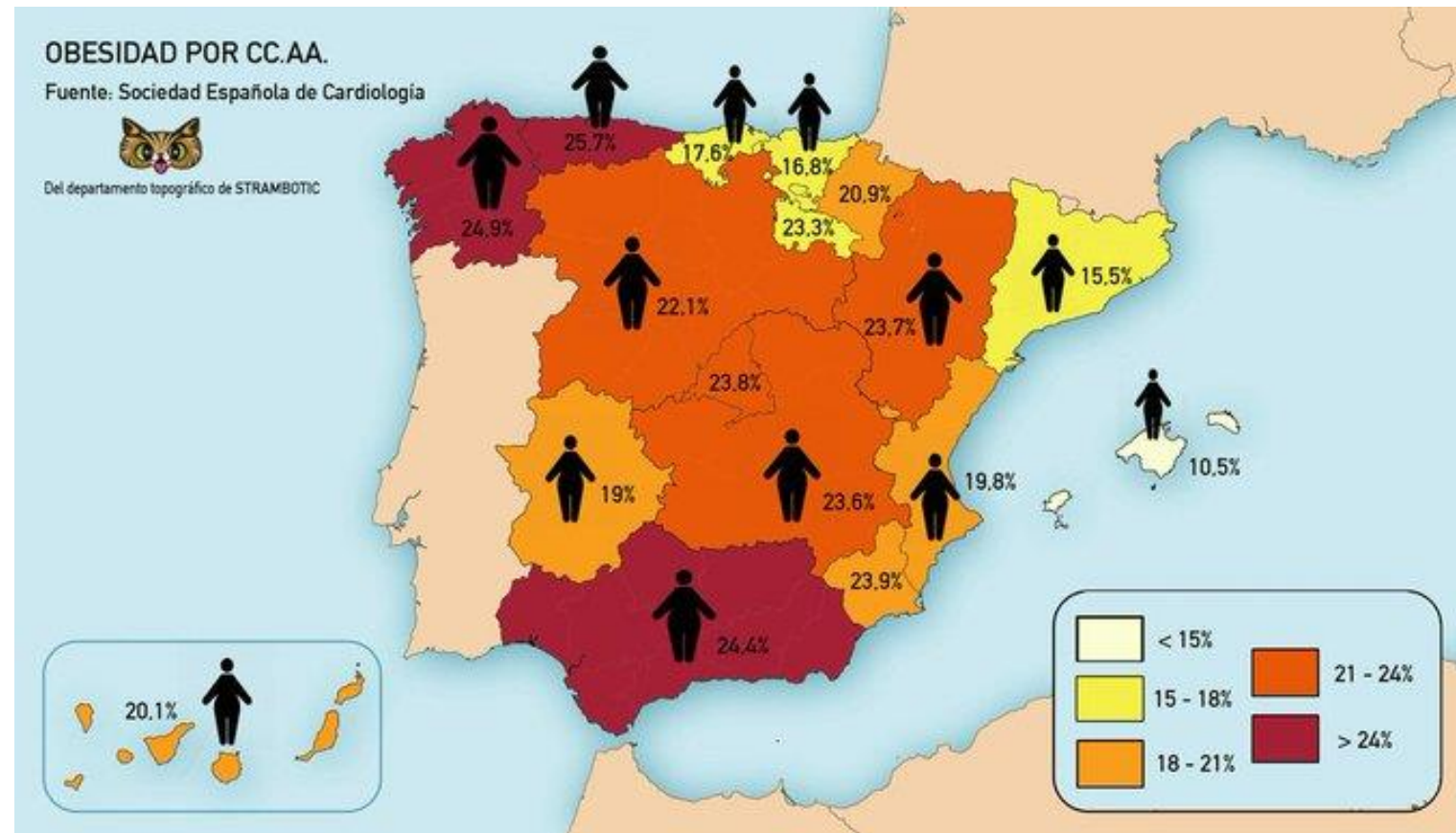
- 1) Sobrepeso y obesidad
- 2) Hipertensión arterial (HTA)
- 3) Diabetes
- 4) Arteriosclerosis y cardiopatía isquémica
- 5) Otros

1) Sobrepeso y obesidad I

- Los cambios en los hábitos alimenticios y el estilo de vida sedentaria ha contribuido a que más **millones** de adultos en todo el mundo presenten **obesidad y sobrepeso y se ha convertido en un problema de salud pública**
 - La OMS estima que en torno al **46% de la mortalidad mundial guarda relación con problemas complejos derivados de aspectos tan simples como la dieta y el ejercicio.**
 - Prevalencia de **obesidad en mayores de 15 años**. Ranking de la OCDE (52 países)
 - o **Sobrepeso y obesidad:**
España ocupa la 18ª posición
Si sólo se considera la Unión Europea, España ocupa la 7ª posición.
 - o **Obesidad:**
España ocupa la 22ª posición, siendo la prevalencia del 23,8 %.
Si solo se consideran los países de la Unión Europea, España pasa a ocupar la 9ª posición.
- España ocupa la 43ª posición de los países con insuficiente actividad física según la OCDE, es decir, es de los países más activos.
- Menos del 50% de la población cumple con la recomendación de tomar 5 porciones de fruta y verdura al día

Adolescente y adulto con Cardiopatía Congénita

1) Sobrepeso y obesidad II

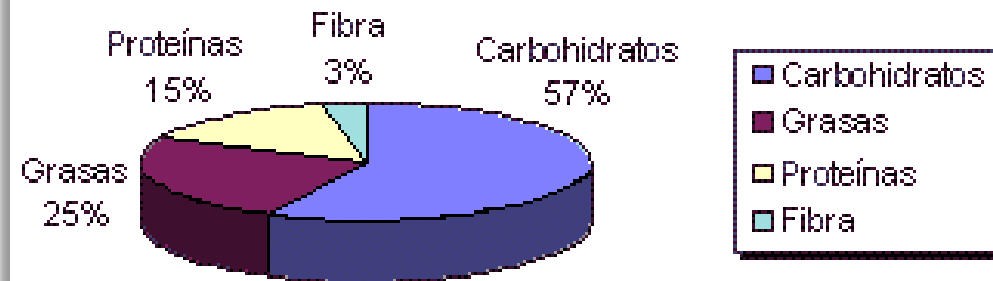


1) Sobrepeso y obesidad III

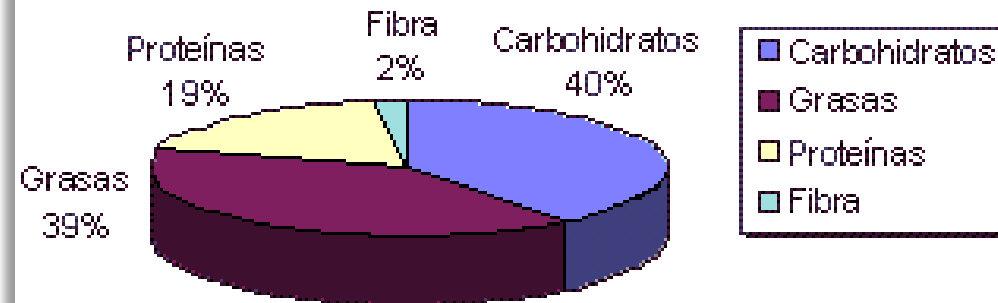
Importancia de una dieta equilibrada



La dieta equilibrada (RDA)



La dieta de los españoles



Adolescente y adulto con Cardiopatía Congénita

1) Sobrepeso y obesidad V

Importancia del ejercicio físico. Recomendaciones de la OMS: Los adultos de 18 a 64 años dediquen como mínimo:

- A. 150 minutos semanales a la práctica de actividad física aeróbica, de intensidad moderada,
- B. 75 minutos de actividad física aeróbica vigorosa cada semana,
- C. Una combinación equivalente de actividades moderadas y vigorosas



Adolescente y adulto con Cardiopatía Congénita

1) Sobrepeso y obesidad V

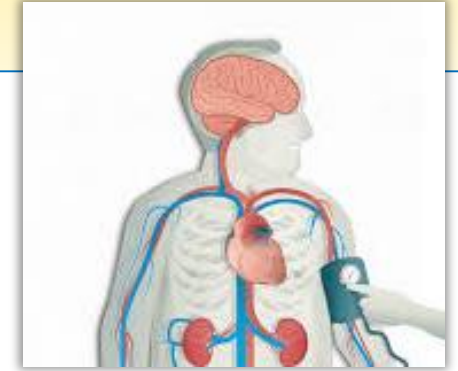
Datos del INE (2017)



Fuente: Encuesta Nacional de Salud 2017. MSCBS e INE

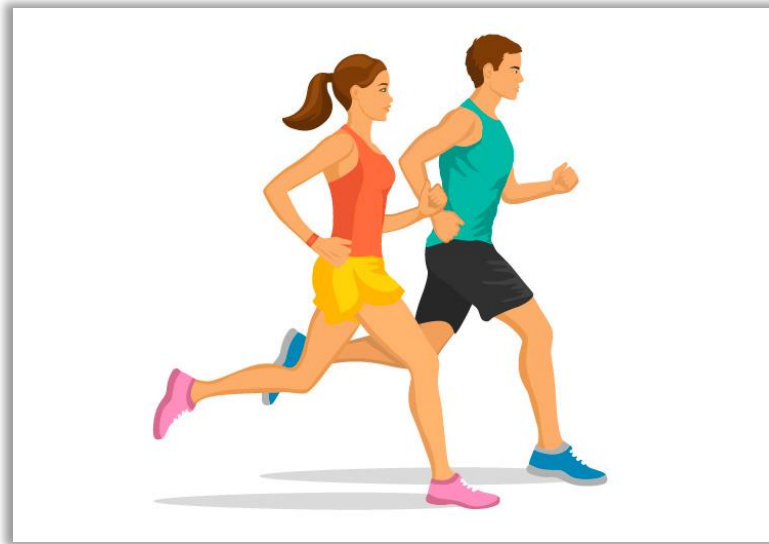
2) Hipertensión arterial (HTA) I

- Es un importante factor de riesgo cardiovascular
- Se define por la presencia de una TA $> 140/90$ mmHg
- Cifras 130-139/85-89 mmHg se consideran cifras de TA elevadas.
- En pacientes que reciben tratamiento antihipertensivo, se recomienda que las cifras de TA $< 130/80$ mmHg, salvo que exista mala tolerancia que suele darse en pacientes más añosos.



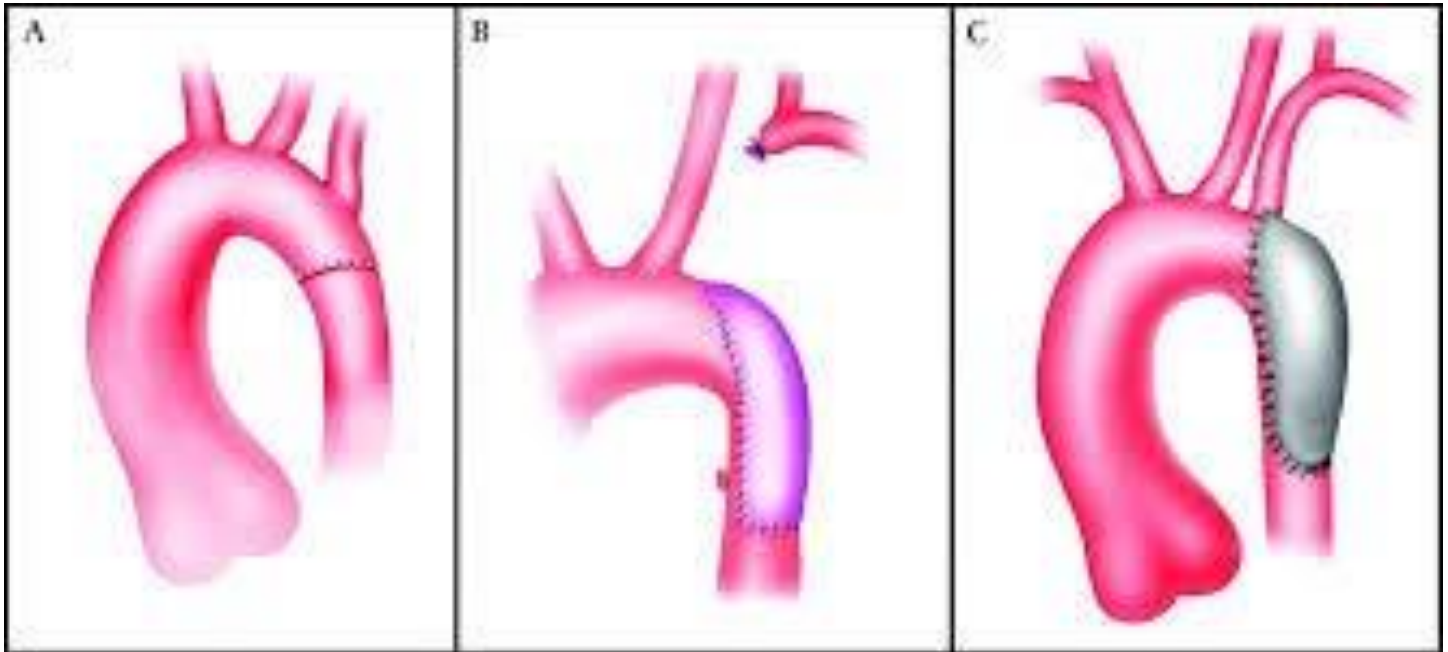
2) Hipertensión arterial (HTA) II

➤ Existen multitud de fármacos disponibles para su tratamiento PERO!! Fundamental tener unos hábitos de vida cardiosaludables (actividad física, evitar el sobrepeso...)



2) Hipertensión arterial (HTA) III

➤ **Es especialmente importante en pacientes con historia de coartación aórtica.** La necesidad de emplear medicación en pacientes con historia de coartación de aorta, **incluso en etapas precoces** de la vida, es frecuente y debe existir una adecuada adherencia terapéutica.



3) Diabetes I



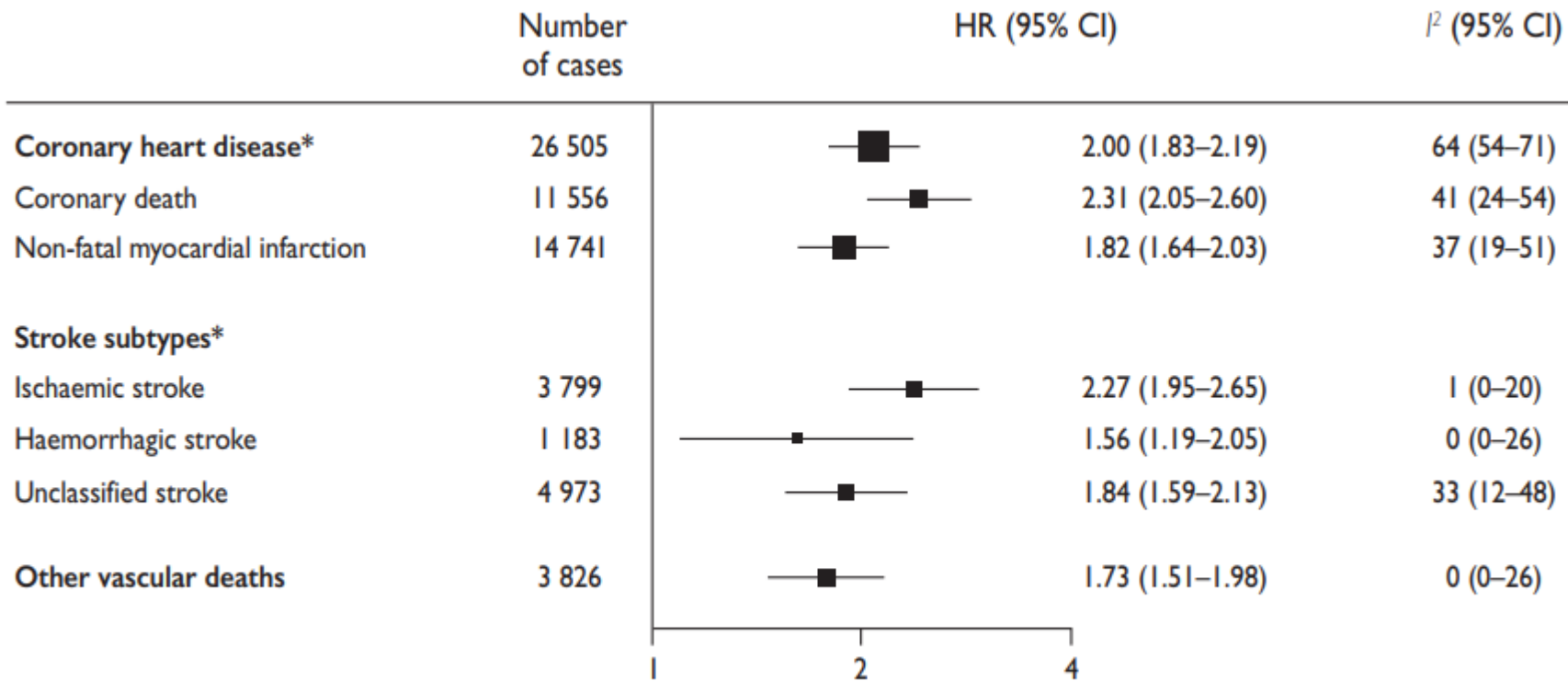
Diabetes Mellitus tipo 1 (DM1)

- Aparece con más frecuencia en la infancia. Su aparición en la edad adulta es más excepcional.
- En niños y adolescentes diagnosticados de DM1, en general existe mayor conocimiento de la enfermedad y realizan hábitos de vida cardiosaludables.

Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2)

- Incidencia anual de 11,58 casos / 1000 personas-año, lo que significa que la diabetes mellitus aparece en más de 386.000 personas cada año en nuestro país, con un promedio superior a 1000 personas al día. *Estudio diabet.es*
- Constituye un problema sanitario de primer orden en nuestro país.
- **La arteroesclerosis se desarrolla con más rapidez en los pacientes diabéticos.**
- Es necesario minimizar otros factores de riesgo predisponentes como la obesidad para evitar el desarrollo de diabetes tipo 2.
- En caso de desarrollar DM2, es necesario un control exhaustivo de los niveles de glucemia.

3) Diabetes II

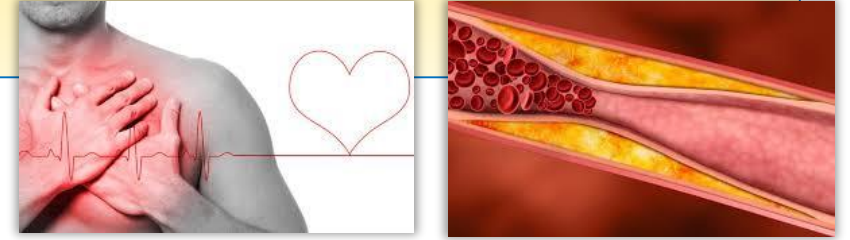


©ESC 2019



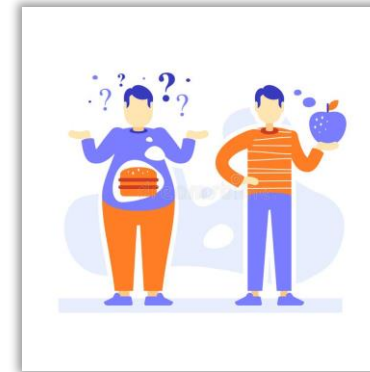
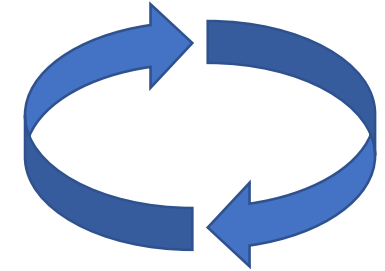
Adolescente y adulto con Cardiopatía Congénita

4) Arteriosclerosis y cardiopatía isquémica



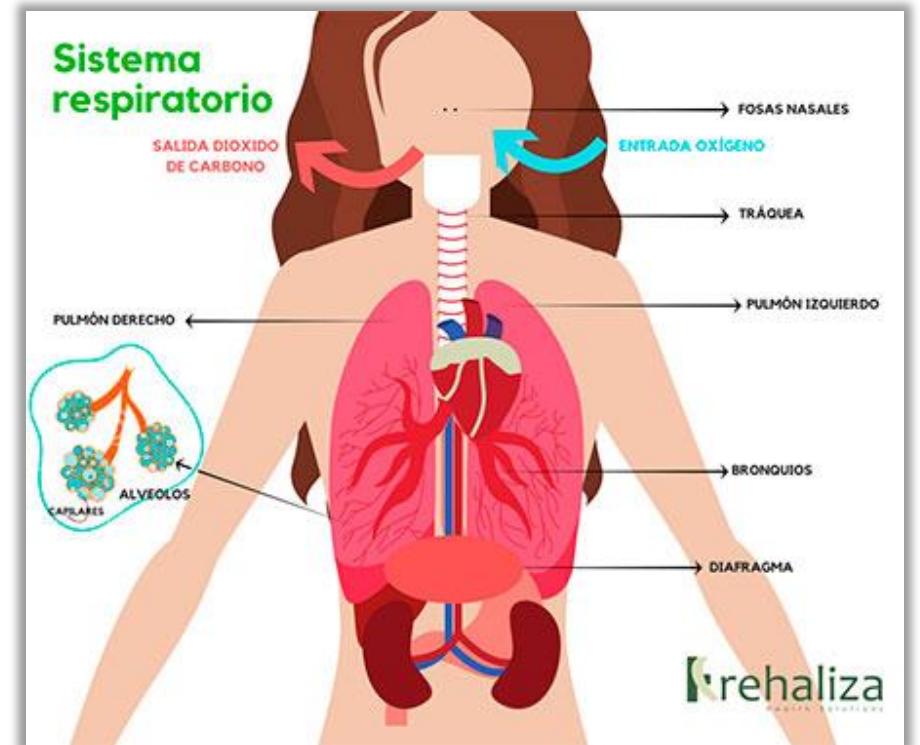
La patología coronaria es la principal cardiopatía en pacientes adultos y produce cardiopatía isquémica (infarto/angina...) y debilita el músculo cardíaco

¡Es fundamental **minimizar los factores de riesgo cardiovascular** que son quienes contribuyen al desarrollo de aterosclerosis (**hipertensión, diabetes mellitus, dislipemia, obesidad, tabaco**)!



5) Otros

- Las cirugías cardíacas pueden producir cierto grado de restricción pulmonar



5) Otros

- Los pacientes con circulación de Fontan necesitan un especial cuidado del hígado



Adultos con cardiopatía congénita

Teresa Segura de la Cal

Unidad Multidisciplinar de Hipertensión Pulmonar
Unidad de Cardiopatías Congénitas del adulto
Servicio de Cardiología. Hospital Universitario 12 de Octubre. Madrid