

## Salud ► CARDIOPATÍAS



Información facilitada por:

# LATIDOS DE ALARMA

LA ANGINA DE PECHO SUELE APARECER CUANDO EL CORAZÓN AUMENTA SU TRABAJO, Y SE PREVIENE CON UNA DIETA SALUDABLE Y EJERCICIO FÍSICO



**CARLOS GONZÁLEZ  
JUANATEY**  
ESPECIALISTA EN  
CARDIOLOGÍA

La angina de pecho es una patología cardíaca que se caracteriza por la falta de aporte sanguíneo al corazón. Es la manifestación clínica principal que aparece ante una disminución del aporte de sangre y oxígeno al músculo cardíaco a través de las arterias coronarias.

Los síntomas de esta patología son, en su forma típica, un dolor opresivo en la parte central del tórax, que puede extenderse hacia el brazo izquierdo, el cuello, la mandíbula, los hombros y la espalda y que, en ocasiones, se acompaña de sudoración y malestar general. El dolor suele ser de intensidad progresiva y durar menos de veinte minutos.

La angina aparece, normalmente, en situaciones en las que el corazón aumenta su trabajo. Así, el ejercicio físico, el trabajo, la actividad sexual y las emociones, entre otras cosas, pueden aumentar la frecuencia cardíaca y la tensión arterial, haciendo que el corazón necesite un mayor aporte sanguíneo. Sin embargo, a diferencia del infarto de miocardio, el dolor torácico desaparece cuando cesa la situación que provocó la angina y con la administración de un medicamento vasodilatador coronario como la nitroglicerina.

En ocasiones, los síntomas de la angina pueden aparecer en reposo, sin realizar ningún tipo de esfuerzo o estrés, y en ese caso recibe el nombre de angina de reposo.

La angina de pecho se divide en dos grandes grupos: por un lado,

la angina de pecho estable, que es la que aparece siempre en relación con desencadenantes como los descritos anteriormente; por otro, la angina de pecho inestable —aquellos casos en los que los síntomas aparecen en reposo, son prolongados o no ceden con el tratamiento vasodilatador—, que se define como un síndrome coronario agudo y precisa atención

médica inmediata.

La causa principal de la angina de pecho es la enfermedad arteriosclerótica de las arterias coronarias. Se trata de un proceso patológico que comienza a desarrollarse a temprana edad y se caracteriza por la acumulación lenta y progresiva de lípidos, células inflamatorias y colágeno en la pared de las arterias, lo que las va estrechando

y reduce la cantidad de sangre que pasa a través de ellas. Cuando la estrechez es severa (reducción mayor del 70 por ciento del calibre de la arteria), la sangre que llega al miocardio es insuficiente para su correcto funcionamiento, con una reducción importante de oxígeno, produciéndose la angina de pecho.

Los factores de riesgo cardiovas-

cular clásicos como son el tabaquismo, la hipertensión arterial, la diabetes 'mellitus', las dislipemias y la obesidad o sedentarismo son las causas directamente relacionadas con el desarrollo de la arteriosclerosis coronaria. Por lo tanto, el primer tratamiento fundamental en la angina de pecho se centra en el control de estos factores de riesgo, favoreciendo el cambio en el estilo de vida mediante hábitos higiénicos y dietéticos cardiosaludables. El abandono del hábito tabáquico, la actividad física moderada de forma regular, el control del peso (Índice de Masa



El consumo de tabaco constituye uno de los principales factores de riesgo de enfermedad cardiovascular. PEPE ÁLVIZ

Corporal menor de 25) y la dieta con una alimentación saludable a base de frutas, verduras, cereales y pescados, moderando el consumo de grasas saturadas, colesterol y azúcares, así como evitando el consumo excesivo de sal son esenciales para el tratamiento de los pacientes con angina de pecho y para frenar la progresión de la arteriosclerosis coronaria.

La angina de pecho es una enfermedad controlable por parte del cardiólogo, que en la mayor parte de los casos permite a los pacientes una buena calidad de vida. Sin embargo, debemos recordar que la prevención sigue siendo el mejor tratamiento, por lo que controlar los factores de riesgo cardiovascular es fundamental en estos pacientes.

## Vivir con la enfermedad coronaria

Las personas que presenten enfermedad coronaria deben tomar un fármaco antiagregante plaquetario, para evitar la formación de trombos, y controlar de forma estricta las cifras de colesterol. Los pacientes hipertensos deben mantener la presión arterial por debajo de 130/80 milímetros de mercurio y tomar fármacos antihipertensivos.

**ANGINA.** Algunos pacientes con angina de pecho deben recibir tratamientos de revascularización coronaria, en el caso de que los fármacos no puedan controlar los síntomas o si su diagnóstico indica una enfermedad coronaria severa. La revascularización puede lograrse por cateterismo cardíaco ('stent' coronario o angioplastia) y cirugía cardíaca, mediante la aplicación de un 'bypass' coronario.

