

Riesgos cardiovasculares y consideraciones económicas y sociales

Doctor Miguel R. González Corona, Profesor Consultante, Especialista en Ortopedia, Medicina Física y Rehabilitación

Reconocido por más de 80 años en la literatura médica, el Síndrome Metabólico (SM) está conformado por una asociación de problemas de salud, entre ellos la hipertensión arterial, aumento de triglicéridos, disminución del colesterol HDL (colesterol bueno), aumento del LDL (colesterol malo), diabetes y obesidad.

La asociación entre la obesidad y sus complicaciones se reconoce debido al valor que actualmente se concede a la acumulación de grasa en el abdomen, denominada obesidad visceral. Este tejido adiposo facilita la transportación de los esteres del colesterol, lo que permite comprender las manifestaciones clínicas y las estrategias terapéuticas.

No es el SM una simple enfermedad sino de un grupo de problemas de salud causados por la combinación de factores genéticos y otros asociados al estilo de vida, **especialmente la sobrealimentación y la ausencia de actividad física.**

Este síndrome se ha convertido en una epidemia mundial por afectar al ser humano a partir de los 20 años y con mayor frecuencia después de los 40, reduciendo la capacidad productiva de esta población.

Durante las 3 ó 4 últimas décadas las enfermedades crónicas no transmisibles han emergido de forma tal que constituyen un grave problema de salud para la humanidad.

Un ejemplo: la hipertensión arterial afecta a casi 1 de cada 3 adultos en el mundo. Según los doctores Macías de Castro, Dueñas y de la Noval (1995), el 15% de la población cubana rural y el 30% de la urbana es hipertensa.

En un futuro inmediato, en Cuba las personas de la tercera edad, principalmente los jubilados, serán más numerosos que la población apta para el trabajo social.

Los gobiernos con otros sistemas sociales no han encontrado solución para esta situación que se incrementa inexorablemente, ya que en algunos de esos países la expectativa de vida es de 86 años.

Cuba tiene un sistema de salud gratuito, que garantiza una seguridad social estable y los medios terapéuticos adecuados desde la atención primaria, con policlínicos dotados con servicios de diagnóstico y fisioterapia para ofrecer una mejor calidad de vida del adulto mayor, que además permite disminuir o evitar gastos extraordinarios en insumos por el Estado cubano y por la familia.

¿Cómo llegar a los 80 años?

Las instituciones de salud, principalmente las de atención primaria, son el eslabón principal en la cadena asistencial docente que garantizará la salud del adulto mayor. Por ello, se ha de capa-

citar y explicar a la población la importancia de este Síndrome Metabólico como factor de alto riesgo para las enfermedades cerebrovasculares y las cardiovasculares, que ocasionan la muerte.

Un estudio epidemiológico para conocer la prevalencia de algunos factores de riesgo cardiovasculares en la población de 30 años y más del municipio de Playa, realizado en el año 2003, ofreció que de una muestra de mil 583 pacientes (pertenecientes a 35 consultorios del médico de la familia), 793 (50,1%) eran hipertensos y 468 con sobrepeso corporal.

Según la Dirección Nacional de Estadísticas del MINSAP, la prevalencia de las afecciones componentes de este síndrome, hasta el mes de noviembre del 2004, era:

	Enfermos	Tasa x mil hab.
Hipertensión arterial	2 099,327	186,5
Diabetes Mellitus	328,992	29,2
Dislipidemia	82,193	7,3
Obeso o sobrepeso		40%

En el 2005, al estudiar la situación de estos pacientes según grupo de edades a partir de 25 años, se conoció que hubo incremento de hipertensos y diabéticos.

Si consideramos la prevalencia de estas enfermedades podemos tener una aproximación de la presencia del Síndrome Metabólico por lo que se impone tratar oportunamente a estos pacientes.

El sobrepeso y la obesidad son reconocidos como responsables del riesgo vascular y del exceso de mortalidad por enfermedades cardiovasculares y cerebrovasculares. Esto es especialmente evidente en presencia de un incremento en la distribución visceral (abdominal) de la grasa.

La dislipidemia y las diabetes contribuyen de manera significativa al incremento de riesgo de enfermedades cardiovasculares y la arteriosclerosis.

Más del 65% de la población diabética española padece del Síndrome Metabólico y el 13% de la población adulta padece del referido síndrome.

Cuarenta y siete millones de norteamericanos también sufren del Síndrome Metabólico.

Un reciente estudio norteamericano ha demostrado que aproximadamente 1 de cada 5 hombres y casi 1 de 4 mujeres tienen el SM, debido a la obesidad y al envejecimiento de la población.

En la tabla siguiente se muestra una guía para identificar los factores de riesgos.



Aproximadamente un 40% de la población cubana es obesa o tiene sobrepeso. | foto: Aimée Leiva

Factor de riesgo	Definición
Obesidad abdominal	Circunferencia de la cintura > 102 cm (40 pulg) en hombres y > 88 cm (35 pulg) en mujeres
Triglicéridos altos	= 150 mg/dL o = 1,7 mmol/L
Colesterol HDL bajo	< 40 mg/dL o < 1,03 mmol/L en hombres y < 50 mg/dL o < 1,4 mmol/L en mujeres
Hipertensión arterial	= 130/85 mmHg
Hiper glucemia en ayunas	= 110 mg/dL o 6,1 mmol/L

Debido al aumento de los factores de riesgo y al incremento del envejecimiento de la población cubana, el número de personas con este síndrome aumentará en los próximos años y se afectará la calidad de vida de los trabajadores, jubilados y de la familia, constituyendo un serio problema de salud, social y económico para el país.

Por lo tanto es necesario considerar lo siguiente:

- Que la población conozca la existencia del Síndrome Metabólico, por ser considerado en el momento actual una epidemia mundial.
- Su identificación y tratamiento posibilitará una mejor calidad de vida.
- Conocer su importancia económica, pues una población sana aumenta su capacidad productiva y eficiencia en el trabajo.
- Mejorar la calidad de vida de la tercera edad con expectativas de vida de 80 años en Cuba.
- Mantener la estabilidad económica y social de la familia.
- Ayudar a concientizar la importancia del SM y la necesidad de repetir las visitas o consultas médicas para el control de las diferentes enfermedades y hacer importantes cambios en el estilo de vida.
- La utilización de los servicios de fisioterapia de la atención primaria para la realización de ejercicios y control terapéutico de las enfermedades que componen este síndrome.
- La pérdida de peso es la única intervención que ha demostrado mejorar todos los factores de riesgo observados en los portadores del Síndrome Metabólico.

Este tema es de suma actualidad mundial sobre todo en el primer mundo y también en países pobres por causar muertes y enfermedades vasculares. Nuestro país no escapa a esta enfermedad.

Gotas del saber

Escoliosis

La escoliosis es una curvatura anormal de la columna vertebral, caracterizada por una desviación lateral. No se considera propiamente una enfermedad, sino una deformidad producida por múltiples factores.

Puede presentarse en cualquier época de la vida de una persona que está en crecimiento, y en especial son más afec-

tadas las niñas en proporción aproximada de 7 hembras por cada varón.

Es posible detener su evolución cuando es detectada tempranamente y con un desarrollo óseo que no esté próximo a su terminación.

La escoliosis es un proceso progresivo que cuando llega a ser severo puede provocar afectaciones respiratorias y cardiovas-

culares, así como trastornos neurológicos y artrosis.

Si encuentra una pequeña deformidad en la espalda de su hija o familiar al tomar las medidas para una ropa o en cualquier otra circunstancia, llévala a su médico, pues esta apariencia anormal pudiera ser la primera manifestación de la escoliosis, mínima en los primeros momentos.

El Síndrome Metabólico

