

# MUJER MADURA Y RIESGO CARDIOVASCULAR



Las enfermedades cardiovasculares son la **principal causa de muerte entre las mujeres**.

La salud de la mujer está condicionada por diversos factores sociales, culturales y genéticos, y especialmente en la edad adulta presentan determinados tipos de enfermedades crónicas como consecuencia de determinantes biológicos y factores de riesgo a los que se han visto expuestas, durante las diferentes etapas de la vida.

La enfermedad cardiovascular (ECV) en mujeres se produce **entre 7 y 10 años más tarde** que en los hombres. Entre los factores de riesgo cardiovascular (FRCV) existen:

- » **No evitables o no modificables**, como son la edad avanzada, la historia familiar, la disposición genética.
- » **Evitables o modificables**, como son la hipertensión arterial, dislipidemia, diabetes mellitus (DM), tabaquismo, consumo excesivo de alcohol, sobrepeso/ obesidad, insuficiencia ovárica, menopausia, estrés, uso de anticonceptivos y sedentarismo.

En mujeres se ha observado el incremento de los FRCV relacionados con el tabaquismo, la DM, sobrepeso/obesidad y el sedentarismo.



## Uso de medicamentos en mujeres y hombres

### MUJERES

**Dosis de medicamentos** superiores a las necesarias

**Prescripción de fármacos para el corazón:** 4,1 %

**Prescripción de antihipertensivos:** 16,9 %

**Tratamiento antihipertensivo** frecuente con diuréticos

**Prescripción de estatinas** y dosis inferior a las adecuadas

Depende del peso (FRCV)

### HOMBRES

**Estudios clínicos** sobre medicamentos en hombres adultos

**Prescripción de fármacos para el corazón:** 5,6%

**Prescripción de antihipertensivos:** 16,7 %

**Tratamiento antihipertensivo** frecuente con IECA y bloqueantes de receptores de la angiotensina

**Prescripción de estatinas** y dosis superior a las adecuadas



## CLAVES EN LA MUJER (TIPS)

Desde la perspectiva del género y sexo, en la mujer vs hombres, se incrementa la posibilidad de aparición de ECV a futuro:



### MUJERES

**Cada 8 minutos** muerte por ECV

**Infarto de miocardio**, superior en mujeres < 65 años

**Síntomas de síndrome coronario** (infarto de miocardio), similares con menor intensidad (por lo que suele pasar desapercibido) y además dolor interescapular; molestias en el cuello, la mandíbula, los hombros o la parte superior del abdomen; dificultad respiratoria; sudoración fría y palidez; náuseas o vómitos; ansiedad, mareo, vértigo o inestabilidad; aturdimiento; cansancio inusual o acidez gástrica

**Embarazo y DM o HTA** gestacional

**Menopausia**

**Alcohol máximo** 8 unidades/semana

**Aumento de peso.** Mantener IMC = 20-25 kg/m<sup>2</sup> para < de 60 años) y una circunferencia abdominal < 80 cm

La **hipercolesterolemia familiar heterocigótica** (c-LDL muy alto), si no se trata, provoca ECV antes de los 60 años en mujeres

**Niveles altos de c-LDL tras la menopausia**, teniendo entonces mayor tendencia a elevarse que en los hombres de su misma edad

**Ejercicio físico:** en general menor  
**Recomendación:** realizar actividad física un mínimo de 3 días a la semana, de ejercicio moderado- intenso, que combine ejercicio aeróbico (caminar, correr, montar en bicicleta, nadar, etc.) y de fuerza (subir escaleras, emplear mancuernas, pesas, bandas elásticas, etc.) a días alternos

FRCV  
Pérdida de estrógenos (sofocos, síntomas vasomotores, aumento de peso, de la grasa abdominal, de c- LDL y triglicéridos, reducción leve de c-HDL, e incremento de la PA)  
FRCV  
Mayor morbi-mortalidad  
FRCV  
FRCV  
Factor modificador del RCV



### HOMBRES

**Cada 8 minutos** muerte por cáncer

**Infarto de miocardio**, 3 veces más común en hombres de edad avanzada

**Síntomas de infarto**, dolor precordial intenso por esfuerzo, dolor torácico, irradiación a la mandíbula y brazo izquierdo, presión o incomodidad que dura poco, o aparece y desaparece, sudoración excesiva o diaforesis

**Alcohol máximo** 12 unidades/semana

**IMC** = 20-25 kg/m<sup>2</sup> para < de 60 años) y una circunferencia abdominal < 90 cm

La **hipercolesterolemia familiar heterocigótica** (c-LDL muy alto), si no se trata, provoca ECV antes de los 55 años en varones.

**Niveles más altos de c-LDL que las mujeres** de su misma edad antes de los 50 años

**Ejercicio físico:** en general mayor

## Referencias

- > OMS. Enfermedad cardiovascular.2017. Disponible en [https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-\(cvds\)](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-(cvds)). Último acceso: junio 2023
- > Instituto Nacional de Estadística (INE). Defunciones según la causa de muerte 2021-22. [Internet]. Disponible en: [https://www.ine.es/prensa/edcm\\_2022.pdf](https://www.ine.es/prensa/edcm_2022.pdf). Último acceso: octubre 23
- > Fundación Española del corazón, marzo 2023. Disponible en: <https://fundaciondelcorazon.com/prensa/notas-de-prensa/3899-cada-ochos-minutos-muere-una-mujer-en-espana-por-enfermedad-cardiovascular.html?highlight=WyJjYWRhliw4LCJtaW51dG9zIiwibXVlcmUiXQ==>. Último acceso: junio 2023.
- > Vynckier P, et al. Gender gap in risk factor control of coronary patients far from closing: results from the European Society of Cardiology EUROASPIRE V registry. Eur J Prev Cardiol. 2022;29(2):344-351
- > García, M. Factores de riesgo cardiovascular desde la perspectiva de sexo y género. Revista Colombiana de Cardiología 25 (2018): 8-12. Disponible en: [Factores de riesgo cardiovascular desde la perspectiva de sexo y género \(rccardiologia.com\)](https://www.rccardiologia.com). Último acceso: junio 2023
- > Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos. HazFarma. 2023, HazAdherencia: Servicio de Adherencia Terapéutica a pacientes con patologías crónicas
- > Maas, AH., et al. 2021. Cardiovascular health after menopause transition, pregnancy disorders, and other gynaecologic conditions: a consensus document from European cardiologists, gynaecologists, and endocrinologists. European Heart Journal, 42(10), 967-984.

En colaboración con laboratorio:

