

RESUM(Malalties Cardiovasculars)

BLOC 3. SALUT, MALATIA I ESTILS DE VIDA

CMC

1. MALALTIES CARDIOVASCULARS

1.1. QUÉ SÓN?

Les **malalties cardiovasculars** (MCV) són aquelles que **afecten tant al sistema circulatori com a cor**. Totes aquelles malalties que afecten el cor o els vasos sanguinis (artèries i venes). Entre elles es troben la malaltia coronària, la malaltia valvular cardíaca, la hipertensió arterial, l'accident cerebrovascular (trombosi o vessament cerebral), la malaltia cardíaca reumàtica, l'infart de miocardi...

1.2. SIMPTOMES

La malaltia cardiovascular **no sol presentar símptomes** previs o d'avís, i la seva primera manifestació pot ser un **atac al cor** o un **ictus**.

1.3. DATES REFERENTS A LES MCV

Constitueixen la primera causa de mort, originant gairebé el 40 per cent de totes les defuncions. Entre les malalties del cor, l'infart agut de miocardi és la més freqüent amb un 61 per cent de les mort.

Les morts per ECV afecten per igual a ambdós sexes, i més del 80% es produeixen en països d'ingressos baixos i mitjos.

1.4. CAUSES

La patologia de base de les MCV és l'**aterosclerosi**, una malaltia inflamatòria que es caracteritza per l'acumulació de lípids, cèl·lules inflamatòries i teixit fibrós en les artèries.

Les causes de les malalties cardiovasculars són les que anomenem factors de risc. Els factors de risc ambientals solen ser modificables, la qual cosa permet prevenir el desenvolupament de l'ECV. Els principals factors que danyen els vasos sanguinis es poden modificar, ja que són: una dieta inadequada, la falta d'activitat física i el consum de tabac. Els efectes d'una dieta no saludable i de inactivitat física es manifesten com a sobrepès, obesitat, augment de la tensió arterial i del sucre i els lípids a la sang.

El tabac produeix hipertensió arterial, entre altres efectes, cosa que fa que augmenti el treball del cor.

Així mateix, hi ha altres factors de risc que no són modificables, com l'edat, el sexe i la base genètica.

1.5. PREVENCIÓ

La prevenció de les malalties cardiovasculars (MCV) està encaminada a evitar-ne l'aparició i disminuir-ne les complicacions i la mortalitat. D'aquesta manera estarem millorant la qualitat i les expectatives de vida de les persones.

1.6. DIAGNÓSTIC

El diagnòstic d'una malaltia cardiovascular (MCV) es realitza a través de la història clínica i de l'examen físic. Les proves que confirmen el diagnòstic d'una MCV estan encaminades a avaluar el dany produït en l'òrgan afectat i l'estat dels vasos sanguinis que l'irriguen.

Algunes de les proves més habituals que s'utilitzen per diagnosticar, valorar i planificar el tractament d'una malaltia cardiovascular són:

- **Electrocardiograma/Ecocardiograma:** són proves senzilles, no produeixen cap molèstia i no suposen cap risc per al pacient. Són útils per veure el funcionament del cor.
- **Ergometria o prova d'esforç:** aquesta prova consisteix en la realització d'exercici físic en una cinta rodant o bicicleta estàtica, i s'utilitza per valorar el pronòstic de la malaltia cardíaca i el seu tractament.
- **Holter:** permet fer un registre de l'activitat del cor durant un dia complet, durant el qual el pacient ha de realitzar la seva vida habitual i anotar les alteracions que percebi.
- **Coronariografia i cateterisme cardíac:** aquestes proves no estan exemptes d'un cert perill, però, sovint, són imprescindibles per realitzar un diagnòstic precís.

1.7. TRACTAMENT

El tractament de la malaltia cardiovascular està encaminat a recuperar la zona lesionada, si fos possible, i a evitar un altre episodi de falta de reg sanguini.

- S'han de modificar determinats hàbits de vida (dieta poc sana, consum de tabac, inactivitat física, estrès...).
- Tractar amb mesures higienicodietètiques i amb fàrmacs les malalties desencadenants: diabetis, hipertensió, hipercolesterolèmia, etc.

2. INFART DE MIOCARDI

2.1 QUÈ ÉS?

L'infart de miocardi és el quadre clínic produït per la mort d'una porció del múscul cardíac que es produeix quan s'obstrueix completament una artèria coronària.

2.2. CAUSES

Perquè el cor funcioni correctament la sang ha de circular a través de les **artèries coronàries**. No obstant això, aquestes artèries poden estrènyer dificultant la circulació. Si el cor s'exposa a un **sobreesforç** poden

aparèixer trastorns i formar un **coàgul** que al seu torn **pot tapar una artèria semiobstruïda**. Aquesta obstrucció, interromp el subministrament de sang a les fibres del múscul cardíac. **En deixar de rebre sang aquestes fibres moren de forma irreversible**. L'infart de miocardi ocorre quan un coàgul de sang (trombosi coronària) obstrueix una artèria estreta. Normalment l'infart de miocardi no succeeix de forma sobtada. Pot arribar causat per l'arteriosclerosi, un procés prologat que estreny els vasos coronaris.

2.3. SIMPTOMES

L'infart de miocardi es manifesta amb dolors o pressió a la zona toràcica, sensació d'esgotament, cansament, marejos i dolor o rampes al braç esquerre. Aquests dolors no cedeixen tot i que la persona faci repòs

3. MALATIA ARTERIAL CORONÀRIA

3.1. QUÈ ÉS?

La malaltia de les artèries coronàries (EAC) és el **tipus més comú de malaltia cardíaca**, que provoca un **subministrament inadequat de sang al múscul cardíac**, una afecció potencialment perjudicial. La malaltia coronària també es coneix com cardiopatia coronària.

3.2. CAUSES

La malaltia coronària està provocada per una acumulació de dipòsits grassos i cerosos a l'interior de les artèries. Aquests dipòsits es componen de colesterol, calci i altres substàncies de la sang. Aquesta acumulació es denomina "placa ateroscleròtica". Els dipòsits de placa poden obstruir les artèries coronàries i fer-rírides i irregulars. Aquests dipòsits estrenyen lentament les artèries coronàries, fent que el cor rebi menys sang i oxigen. Aquesta reducció del flux sanguini pot causar dolor toràcic (angina), falta d'alè o altres símptomes. Un bloqueig complet pot causar un atac cardíac.

3.3.SIMPTOMES

- Malestar o dolor toràcic (angina)
- Dificultats respiratòries
- Fatiga extrema en fer exercici
- Edema als peus
- Dolor a l'espatlla o el braç
- Les dones poden tenir un dolor toràcic atípic. Pot ser fugaç o agut i notar-se a l'abdomen, l'esquena o un braç.

4. MALALTIA VALVULAR CARDÍACA

4.1. QUÈ SÓN?

La malaltia de les vàlvules cardíques pot pertorbar el flux normal de la sang que circula a través del cor. Això pot afectar la salut en general, i impedir gaudir de les activitats.

4.2. CAUSES

La malaltia de les vàlvula cardíques pot desenvolupar-se abans del naixement (congenita), adquirir-se durant la vida o ser el resultat d'una infecció. La malaltia de les vàlvules adquirida és el més comú d'aquests tipus. A vegades la causa és desconeguda.

4.3. SÍMPTOMES

Només el metge pot diagnosticar la malaltia valvular cardíaca. No obstant això, alguns símptomes comuns que poden indicar malaltia d'una vàlvula cardíaca. Els símptomes poden anar de lleus a inexistents, i no sempre indiquen la gravetat de la malaltia d'una vàlvula cardíaca.

5. MALATIA CARDÍACA REUMÀTICA

5.1. QUÈ ÉS?

La cardiopatia reumàtica és una condició en la qual la febre reumàtica danya en forma permanent les vàlvules del cor. La vàlvula cardíaca resulta danyada per una malaltia que sol començar amb una infecció de la gola causada per un bacteri anomenat estreptococ, que podria finalment produir la febre reumàtica.

5.2. CAUSES

Els nens entre els 5 i 15 anys d'edat, particularment si experimenten infeccions freqüents a la gola per estreptococs, són els que corren més risc de desenvolupar febre reumàtica. La febre reumàtica és una malaltia inflamatòria que pot afectar molts teixits connectius, especialment els del cor, les articulacions, la pell i el cervell.

5.3. SÍMPTOMES

Els símptomes de la febre reumàtica generalment comencen entre una i cinc setmanes d' haver-se infectat. L'afectat pot patir diferents símptomes, no tots pateixen el mateix. Els símptomes més comuns són:

- Inflamació de les articulacions: Les articulacions afectades són comunament les articulacions majors dels genolls o turmells. La inflamació "es mou" d'una articulació a una altra durant diversos dies.
- Petits nòduls o protuberàncies arrodonides i dures sota de la pell.
- Erupció rosa que es presenta en el tronc del cos o en braços i cames
- Febre i mal de panxa
- Pèrdua de pes