



Multiplicando el riesgo cardiovascular

I. S.

Barcelona

La diabetes, junto a obesidad, hipertensión arterial, hipercolesterolemia, tabaquismo, sedentarismo y edad, representa un claro factor de riesgo cardiovascular. El 95% de los casos de infarto agudo de miocardio y accidente cerebrovascular, primeras causas de mortalidad en el mundo, presentaban, al menos, dos de estos siete factores de riesgo.

El exceso de glucosa en sangre ayuda a la formación de arteriosclerosis, los aumentos repentinos son los más dañinos para las arterias, por eso es importante mantener un buen control de la glucosa (entre 60 y 110mg por decilitro de sangre). El 80% de los pacientes con diabetes tipo 2, la más frecuente, tienen también obesidad. Por lo tanto, ya presentan dos de los factores de riesgo señalados. Estas enfermedades están cada vez más descontroladas, mientras que el resto de factores pasan por una fase de estancamiento. "Si se tienen dos factores existe un riesgo del 25% de sufrir un infarto en 10 años, que aumenta hasta el 75% a los 30", señala el cardiólogo Valentí Fuster.

Este experto ha dirigido un estudio llevado a cabo en Estados Unidos entre 7.000 personas. El 80% de los participantes tenían al menos dos de los siete factores de riesgo. "La población está enferma, pero no lo aceptamos. Es un problema de conducta", asegura Fuster. En sólo ocho meses vieron 94 episodios cardiovasculares. "Lo más alarmante es que, tras haberles dicho que tenían las arterias lesionadas, al cabo de un mes nadie había cambiado su conducta. ¿Por qué? Estos pacientes no tienen síntomas, se encuentran bien, por lo tanto dejan de preocuparse". Pero lo cierto es que controlando los factores de riesgo se puede evitar una buena parte de infartos. ●