



Control del riesgo cardiovascular

PROMOCIÓN DE LA SALUD

¿Qué es el Plan de Investigación Cardiovascular?

- Es una actividad de promoción de la salud que realizamos en todos nuestros reconocimientos médicos.
- Analizamos datos obtenidos en el mismo, tanto en la anamnesis como en determinadas pruebas de la exploración y del análisis de sangre.
- Con esos datos evaluamos sus factores de riesgo cardiovascular y la posibilidad que tiene de sufrir un accidente cardiovascular mortal en los próximos diez años.
- En el informe del resultado del reconocimiento médico se valora si su riesgo es bajo, moderado o alto de acuerdo a los criterios europeos de valoración (SCORE).

¿Qué objetivos tiene?

- Identificar si usted tiene algún/os de los principales factores de riesgo cardiovascular, como son: presión arterial alta, niveles elevados de azúcar en sangre (diabetes), colesterol elevado, tabaquismo, sobrepeso o sedentarismo.
- Identificar si usted tiene «síndrome metabólico» (alteraciones del azúcar y de las grasas, junto con obesidad abdominal y tensión arterial alta).
- Facilitarle información que pueda ser de ayuda para que su médico de cabecera conozca su situación.

- Darle recomendaciones que puedan mejorar su salud.
- En su reconocimiento médico, podremos estudiar nuevos factores de riesgo que sirvan para predecir la aparición de ataques cardíacos o el deterioro de las arterias.

¿Cómo analizamos los factores de riesgo cardiovascular?

Con la tabla del SCORE (*Systematic Coronary Risk Evaluation*) de población europea para países de bajo riesgo y que nos permite conocer la probabilidad de tener una enfermedad cardiovascular, coronaria y no coronaria, en los próximos 10 años comparándolo con el sujeto de igual edad y sexo, no fumador ni diabético, con un nivel de colesterol inferior a 190 mg/dl y una tensión arterial inferior a 140/90 mm Hg.

¿Qué beneficios va a obtener usted con el Plan de Investigación Cardiovascular?

- Si usted tiene riesgo cardiovascular moderado/alto, podrá prevenir problemas cardíacos, siempre y cuando siga las medidas preventivas que le indiquemos.
- Dispondrá de información actualizada sobre las modificaciones de sus factores de riesgo y su riesgo cardiovascular, a través de los reconocimientos médicos periódicos.

¿Es frecuente que una persona en edad laboral tenga factores de riesgos cardiovascular?

Sí, en nuestra experiencia de más de 400.000 reconocimientos médicos anuales a personas de entre 18 y 65 años, los principales factores de riesgo cardiovascular encontrados en trabajadores como usted aparentemente sanos con una media de edad de 41 años son:

TABAQUISMO: el 33 % de las personas examinadas fuma.

HIPERTENSIÓN: el 17 % tiene la tensión arterial alta (TA >140/90).

COLESTEROL: el 34 % tiene el colesterol total por encima de 200 mg/dl.

GLUCOSA: el 4 % tiene la glucosa por encima de 119 mg/dl.

