

Cardiovascular risk factors in people aged 30 to 60 years in the Jipijapa city

Factores de riesgos cardiovasculares en personas de 30 a 60 años de la ciudad de Jipijapa

Autores:

Lic. Barcia-Menéndez, Rolando Cristóbal, Mg.
Universidad Estatal del Sur de Manabí
Docente de la carrera de Laboratorio Clínico
Jipijapa – Ecuador



cristobal.barcia@unesum.edu.ec



<https://orcid.org/0000-0002-9139-7618-136>

Loor-Moreno, Karen
Universidad Estatal del Sur de Manabí
Estudiante de la carrera de Laboratorio Clínico
Jipijapa – Ecuador



loor-karen4474@unesum.edu.ec



<https://orcid.org/0009-0007-5775-3598>

Gongora-Batallas, Andis
Universidad Estatal del Sur de Manabí
Estudiante de la carrera de Laboratorio Clínico
Jipijapa – Ecuador



gongora-andis6789@unesum.edu.ec



<https://orcid.org/0009-0005-1900-1630>

Fechas de recepción: 20-ENE-2024 aceptación: 23-FEB-2024 publicación: 15-MAR-2024



<https://orcid.org/0000-0002-8695-5005>
<http://mqrinvestigar.com/>



Resumen

Las enfermedades cardiovasculares en la actualidad son catalogadas como un problema de salud constante, ya que, con el paso de los años, el índice de padecimiento y muertes a causa de estas enfermedades continúan en aumento. Este incremento radica en múltiples causas, los mismos que se originan por diversos factores, desde el entorno hasta la forma de alimentación que tiene el enfermo. Dentro de este presente estudio se explica como la hipertensión arterial, la diabetes mellitus y los malos hábitos alimenticios son factores de riesgos predisponentes para las enfermedades cardiovasculares. También se menciona que enfermedades como la HTA y DM son resultado de un mal estilo de vida. Para la redacción de esta investigación se realizó una revisión bibliográfica con un sistema de selección de información simple en donde las fuentes a ser elegidas debían ser actuales y con información contribuyente; para esto se realizó una encuesta a un pequeño grupo de población del Cantón Jipijapa compuesto de 30 personas, en donde se determinó que 12 de esta personas padecían de HTA y 7 tienen DM, lo cual está relacionado con la falta de actividad física y su mala alimentación, así como también el habito frecuente de fumar y de consumir alcohol. Como objetivo de este estudio daremos a conocer cuáles son los factores de riesgos predisponentes para las enfermedades cardiovasculares.

Palabras clave: Factores de riesgo; enfermedades cardiovasculares; HTA; Diabetes Mellitus

Abstract

Cardiovascular diseases are currently classified as a constant health problem, since, over the years, the rate of suffering and deaths from these diseases continue to increase. This increase lies in multiple causes, the same ones that originate from various factors, from the environment to the way of eating that the patient has. Within this present study it is explained how arterial hypertension, diabetes mellitus and poor eating habits are predisposing risk factors for cardiovascular diseases. It is also mentioned that diseases such as HBP and DM are the result of a bad lifestyle. For the writing of this research, a bibliographic review was carried out with a simple information selection system where the sources to be chosen had to be current and with contributing information; For this, a survey was carried out on a small group of the population of the Canton Jipijapa composed of 30 people, where it was determined that 12 of these people suffered from hypertension and 7 have DM, which is related to the lack of physical activity and its poor health. diet, as well as the frequent habit of smoking and consuming alcohol. As an objective of this study, we will reveal which are the predisposing risk factors for cardiovascular diseases.

Keywords: Risk factors; cardiovascular diseases; hypertension; diabetes mellitus; cardiovascular disease

Introducción

La OMS (2022), menciona que más de cuatro de cada cinco defunciones por enfermedades cardiovasculares se deben a cardiopatías coronarias y accidentes cerebrovasculares, y una tercera parte de esas defunciones ocurren prematuramente en personas menores de 70 años (1).

El estilo de vida que lleva una persona es muy influyente en el estado de su salud. El tener hábitos como fumar, tomar alcohol o ingerir cantidades desmedidas de grasas, carbohidratos y demás sin ningún equilibrio nutricional, es uno de los problemas que con el tiempo se convierten en factores de riesgo. En la actualidad, en Ecuador y en el mundo, las enfermedades cardiovasculares son un problema de salud pública, en donde a pesar de ser tratadas dichas enfermedades, el valor epidemiológico sigue en aumento anualmente, esto, se debe a la falta educación preventiva hacia los pacientes. La educación preventiva permitiría, que las personas o la sociedad pueda tener un mejor estilo vida, disminuyendo así, los factores de riesgos responsables de las enfermedades cardiovasculares.

Los factores de riesgos de los que se hablan son todas aquellas circunstancias o situaciones que aumenta las probabilidades de que una persona pueda contraer una enfermedad o cualquier otro problema de salud. En este caso, son todos aquellos factores predisponentes para desarrollar una enfermedad cardiovascular, según un artículo científico publicado en el 2016 algunas de estas enfermedades son: Cardiopatías coronarias, enfermedades cerebrovasculares, arteriopatía periférica, infarto al miocardio, cardiopatía reumática, trombosis venosa y la más frecuente es hipertensión arterial (HTA) (2).

Las enfermedades cardiovasculares son catalogadas como un problema de salud público, por el simple hecho de ser causante de defunciones prematuras, así como lo constata en una publicación realizada en la revista “Acta medica general” sobre un estudio en San Villa, Cuba; en donde se analiza el total de los fallecidos por enfermedades del corazón en el período de 2001 a 2017 para identificarlas tendencias y los cambios experimentados en la mortalidad según el sexo, las edades y las causas (3).

Y, menciona Cancio y otros que entre los resultados que obtenidos está que: “se incrementó la mortalidad en ambos sexos, fue mayor en el sexo masculino. El mayor incremento de la mortalidad por sexos se observó en el período de 2009 a 2017, que fue de 41,99% y 27,80% para hombres y mujeres, respectivamente. Se evidencia una tendencia discreta a la disminución a partir de 70 años y se incrementó la mortalidad prematura” (1) (3).

Por otro lado, los factores que son catalogados como posibles causantes de estas enfermedades son: antecedentes familiares, el tabaquismo, alimentación no adecuada, falta de ejercicio, el consumo de alcohol, diabetes y la obesidad. Esto confirmado por la OPS, en donde agrega factores como la edad y el sexo (4).

A continuación, se habla un poco a cerca de los factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares, más frecuentes presentados en la consulta médica.

Material y métodos

Para llevar a cabo este estudio, se realizó una revisión bibliográfica, catalogándolo, así como un estudio documentado, mismo que se ha basado en fuentes que proporcionan información referente al tema en cuestión, tales como: Elsevier, Scielo, Medigraphic, páginas oficiales de la Organización Mundial de la Salud, así como también de la Organización Panamericana de la Salud. La selección de esta información se enfocó, en el año de publicación, calidad de información y veracidad de esta.

Este estudio está siendo elaborado con un método deductivo, ya que, según Cid, este parte de una teoría y el investigador procede a recoger datos para corroborar que la realidad se comporta conforme a lo enunciado en su explicación teórica (13).

Por otro lado, para poder constatar la base documentada, dentro de este estudio se hará uso de una encuesta que nos permitirá, poder evaluar cuales son los factores de riesgos cardiovasculares más frecuentes en la muestra obtenida de la población de Jipijapa, específicamente en personas de 30 a 60 años de edad.

Importancia del tema

Las enfermedades cardiovasculares pueden manifestarse de muchas formas: presión arterial alta, enfermedad arterial coronaria, enfermedad valvular, accidente cerebrovascular y arritmias (latidos irregulares). Según la Organización Mundial de la Salud, las enfermedades cardiovasculares causan el fallecimiento de más de 17 millones de personas en el mundo cada año y es responsable de la mitad de las muertes que ocurren.

La enfermedad arterial coronaria, la forma más frecuente de enfermedad cardiovascular, es la principal causa de muerte en la actualidad. El cáncer, que ocupa el segundo lugar, causa un número de fallecimientos que es apenas un poco más de la mitad de las muertes ocasionadas por enfermedades cardiovasculares. Sin embargo, gracias a muchos estudios en los que participaron miles de pacientes, los investigadores han identificado ciertas variables que desempeñan papeles importantes en las probabilidades de que una persona presente enfermedades cardiovasculares. Estas variables se conocen como factores de riesgo.

Los factores de riesgo se dividen en dos categorías: principales y secundarios. Los factores de riesgo principales son factores cuya intervención en el riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares se ha comprobado. Los factores de riesgo secundario pueden elevar el riesgo de sufrir estas enfermedades. Cuantos más factores de riesgo tenga una persona, mayores serán sus probabilidades de padecer una enfermedad del corazón. Algunos factores de riesgo pueden cambiarse, tratarse o modificarse y otros no. Pero el control del mayor número posible de factores de riesgo, mediante cambios en el estilo de vida y/o medicamentos, puede reducir el riesgo cardiovascular.

Resultados

La muestra de la población de la ciudad de Jipijapa estudiada fue de 30 habitantes que de acuerdo con la investigación debía centrarse en un rango de edad de entre los 30 a los 60 años. Para el efecto del estudio la edad mínima que se presenta es de 31 años y la edad máxima de 59 años, obteniendo una media de 40 años; siendo el 51% de la muestra correspondiente al sexo femenino, el 49% restante representa al sexo masculino.

A continuación, se muestra gráficamente y de manera analítica los resultados obtenidos a raíz del estudio realizado a los 30 habitantes de la ciudad de Jipijapa.

Tabla 1. Problemas frecuentes de salud en los habitantes

Problemas de salud		
Hipertensión arterial	12	40%
Diabetes Mellitus	7	23%
Otras (Obesidad, asma, etc)	4	13%
Ninguna	7	27%
Total	30	100%

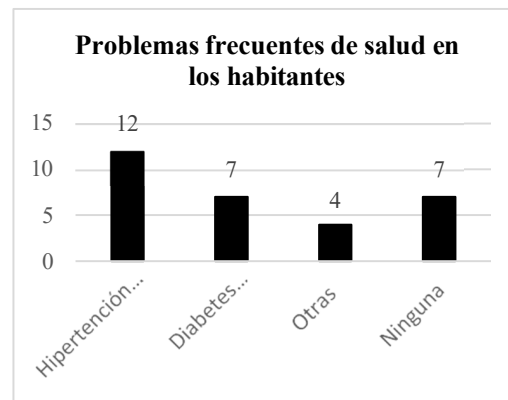


Gráfico 1. Problemas frecuentes de salud en los habitantes

Análisis y descripción:

El gráfico 1 muestra cuales, con los problemas de salud más frecuentes en un estudio de 30 habitantes dentro de Jipijapa, en donde se evidencia de que la mayoría de las personas independientemente del género, padecen de hipertensión arterial con un 40%, es decir de 30 personas estudiadas 12 de ellas presentan HTA. Por otro lado, está la Diabetes Mellitus con un 23% equivalente a 7 personas. También, hay una representación del 13% que son aquellas personas estudiadas que padecen de otras enfermedades, y un 27% correspondiente a 7 personas que no tiene ninguna enfermedad.

Tabla 2. Habitantes y su dieta equilibrada.

Dieta equilibrada		
Si	14	47%
No	16	53%
Total	30	100%

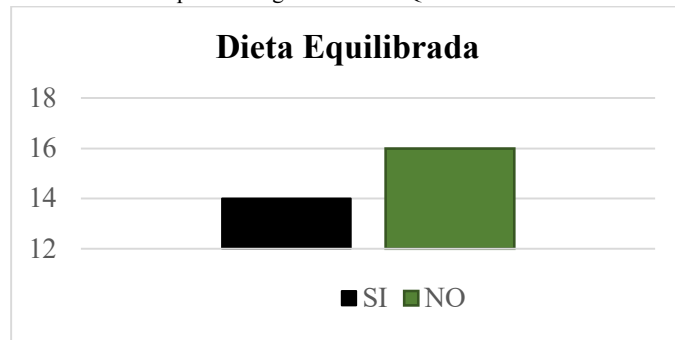


Gráfico 2. Representación gráfica del poseer o no una dieta equilibrada

Análisis y descripción:

El gráfico anterior representa que la población estudiada, tienen un 47% cuenta con una dieta equilibrada, sin embargo, el porcentaje restante muestra que hay mayoría en aquellas personas no cuentan con la misma, teniendo un 53%. Aportando a la situación anterior, la Organización Mundial de la Salud (2018), menciona que la composición exacta de una alimentación variada, equilibrada y saludable estará determinada por las características de cada persona (edad, sexo, hábitos de vida y grado de actividad física), el contexto cultural, los alimentos disponibles en el lugar y los hábitos alimentarios (14).

Tabla 3. Frecuencia de actividad física

Frecuencia de actividad física		
Una vez al mes	1	3%
2 a 3 veces al mes	5	17%
1 a 2 veces por semana	12	40%
Todos los días	10	33%
Nunca	2	7%
Total	30	100%

Gráfico 3. Representación gráfica de la frecuencia de actividad física en las personas.

Análisis y descripción:

La frecuencia con que los habitantes que intervinieron en este estudio realizan ejercicios, están en un 40% que realiza que representa de 1 a 2 veces por semana; un 33% todos los días; 17% que hace ejercicios de 2 a 3 veces al mes; un 7% que no hace ejercicio o algún tipo de actividad física y el porcentaje restante que es 3% que solo realiza una vez al mes actividad física.

Análisis de los resultados

En el gráfico 1 se muestran los problemas de salud más frecuentes entre una muestra de treinta residentes de Jipijapa. Se observa que 12 personas, es decir, el 40% de la población, padecen hipertensión arterial (HTA), que es la dolencia más común independientemente del sexo. Siete personas, es decir, el 23% de la muestra, tienen diabetes mellitus, mientras que el 13% restante padece diversas enfermedades. Además, siete personas, es decir, el 27% de los encuestados, no presentan actualmente ninguna enfermedad. En cuanto a los hábitos alimentarios, el 47% de las personas afirma tener una dieta equilibrada, frente al 53% que no la tiene. La Organización Mundial de la Salud (2018) afirma que las variables individuales y culturales influyen en lo adecuada que es una dieta. En cuanto al ejercicio, el 40% de las personas lo realiza una o dos veces por semana, el 33% una vez al día, el 17% dos o tres veces al mes, el 7% nunca hace ejercicio y solo el 3% una vez al mes.

Discusión

Este trabajo de investigación tiene como objetivo reconocer los factores predisponentes existentes en la ciudad de Jipijapa, para las enfermedades cardiovasculares. Dentro del reconocimiento de estos factores, están el sedentarismo, la inactividad física, diabetes e hipertensión arterial, sin embargo, también hay otros factores demográficos influyentes, como la edad y el sexo. También otro de los aspectos que se pueden catalogar como un factor riesgo, son los antecedentes familiares, mismos que haya o parezcan diabetes o HTA. Todo lo mencionado anteriormente es constatado con lo que se menciona en un estudio realizado a un grupo de 228 estudiantes de entre 17 y 18 años en donde pudieron observar que entre los factores que les provocaba un alto grado de probabilidad para sufrir una enfermedad cardiovascular, son cosas como: La alimentación inapropiada, actividad física inadecuada, sedentarismo e índice de masa corporal elevado, factores de riesgo cardiovascular modificables, y antecedentes de hipertensión arterial, diabetes mellitus (15).

Ahora bien, si esto fue realizado en jóvenes que son seres humanos con un rendimiento mayor en comparación con personas de entre 30 y 60 años, se puede deducir que el efecto es mucho mayor con respecto a los factores de riesgo cardiovascular en personas mayores (30 a 60 años dentro de este estudio). Por otro lado, Chávez manifiesta qué las personas mayores tienen un mayor riesgo de sufrir enfermedades del corazón. Aproximadamente 4 de cada 5 muertes debidas a una enfermedad cardíaca se producen en personas mayores de 65 años (16).

Es decir que, con la edad, la actividad del corazón tiende a deteriorarse, lo cual también depende de cuál ha sido la trayectoria o antecedentes patológicos personales de las personas. Los factores de riesgo cardiovascular son variados, sin embargo, no hay discusión en reconocer que todo depende del estilo de vida y los hábitos de cada persona. Comenzando por la alimentación, que debe ser equilibrada. Es decir, acorde a lo que menciona Calañas (20218), que la alimentación al ser equilibrada y adecuada es cuando las proporciones de los alimentos elegidos deben modificarse para favorecer la variedad alimentaria, de modo que la

alimentación responda a las necesidades nutricionales de cada persona con sus características y circunstancias particulares (17).

Un buen estilo de vida previene enfermedades. Por ejemplo, el tener una adecuada alimentación y actividad física podría evitar padecer Diabetes, que está conceptualizada como un síndrome heterogéneo ocasionado por la interacción genético-ambiental y distinguido por una hiperglucemia crónica, como resultado de deficiencias en la secreción o acción de la insulina, que genera complicaciones agudas (18).

Conclusiones

El estudio realizado ha podido dejar en claro que, así como se menciona en otras investigaciones, los factores con una epidemiología elevada para causar problemas o enfermedades cardiovasculares son la diabetes en todas sus presentaciones, así como también la hipertensión arterial. Esto en base a los resultados que se obtuvieron en donde de 30 personas estudiadas 12 padecen de HTA, seguida de 7 personas que padecen de Diabetes Mellitus. Estos factores se están estrechamente relacionados con el estilo de vida de las personas, ya que no hay un porcentaje que se pueda considerar alto que realice ejercicios a diario, o que mantenga una alimentación acorde a su situación, o en otras palabras una alimentación sana. Existen hábitos como el consumo excesivo de alcohol, que provocan un deterioro orgánico, mismo que afecta al resto del cuerpo siendo así susceptible a otras enfermedades no transmisibles. Otro de los hábitos, con altas incidencias y uno de los factores de riesgos con mayor posibilidad de provocarle al paciente problemas cardiovasculares es el tabaquismo. Y es así como se han podido reconocer los factores de riesgo cardiovascular dentro de la ciudad de Jipijapa entre personas de 30 a 60 años, en donde existe incidencia de la HTA como factor predisponente.

Referencias bibliográficas

1. Salud OMel. OMS. [Online].; 2022 [cited 2024 Febrero 06. Available from: https://www.who.int/es/health-topics/cardiovascular-diseases#tab=tab_1.
2. Sánchez A, Babadilla M, Altamirano B, Gomez M, Gónzales G. Enfermedad cardiovascular: primera causa. Revista mexicana de cardiología. 2016 Septiembre; 27(3): p. 98-102.
3. Plana Cancio Susana PDMFAAMCDY. Tendencias de mortalidad por enfermedades del corazón en la Provincia de Villa Clara. Acta méd centro. 2020 Septiembre 20; 14(3).
4. Organización Panamericana de Salud. OPS. [Online].; 2019 [cited 2024 Febrero 06. Available from: <https://www.paho.org/es/temas/enfermedades-cardiovasculares>.
5. Bryce-Moncloa Alfonso AVESMSMMG. Obesidad y riesgo de enfermedad cardiovascular. An. Fac. med. 2017 Abril; 78(2): p. 202-206.



6. Brito PCA HPSL. Efectos de la obesidad sobre la función cardiovascular, respiratoria e inflamatoria. Invest Medicoquir. 2015; 4(2): p. 227-233.
7. Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades. CDC. [Online].; 2022 [cited 2024 Febrero 06. Available from: <https://www.cdc.gov/tobacco/campaign/tips/spanish/enfermedades/tabaquismo-enfermedades-cardiacas-accidentes-cerebrovasculares.html>
8. Zambrano J, Vasquez P, Roca V. Riesgo cardiovascular relacionado con el consumo de alcohol. Revista Científica Dominio de las Ciencias. 2018 Octubre 04; 2(4).
9. Cordova A, Villa G, Sureda A, Rodriguez J, Sánchez M. Actividad física y factores de riesgo cardiovascular de niños españoles de 11-13 años. Rev. Española de Cardiología. 2017 Julio; 65(5): p.620-626.
10. Organización Mundial de la Salud. OMS. [Online].; 2020 [cited 2024 Febrero 06. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>.
11. Revueltas-Agüero M MEE. La diabetes mellitus como factor de riesgo cardiovascular. Archivo Médico Camagüey. 2022; 26(1).
12. Montse Fitó OCERYEO. Clinic Barcelona Hospital Universitario. [Online].; 2020 [cited 2024 Febrero 06. Available from: <https://www.clinicbarcelona.org/noticias/los-altos-niveles-de-trigliceridos-y-de-colesterol-remanente-incrementan-el-riesgo-de-enfermedad-cardiovascular-en-pacientes-de-alto-riesgo>.
13. Cid Ad. Investigación: Fundamentos y metodología. Segunda edición ed. Viquen MN, editor. México: Pearson; 2011.
14. Organización Mundial de la Salud. [Online].; 2018 [cited 2024 Febrero 06. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>.
15. Carrión Ruiz B, MMS, GSC, &CRR. FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR Y CALIDAD DE VIDA EN ADOLESCENTES. ATENEO. 2019; 21(1): p. 31-40.
16. Chevez Elizondo D. FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR. Revista Ciencia Y Salud Integrando. 2020; 4(1): p. 22- 25.
17. Calañas A. Alimentación saludable basada en la evidencia. Revista de Endocrinología y nutrición. 2018; 52(2): p. 8-24.
18. Sánchez MB, Vega FV, Gómez MN, Vilema VGE. Estudio de casos y controles sobre factores de riesgo de diabetes mellitus tipo 2 en adultos mayores. Revista Universidad y Sociedad. 2020; 12(4): p. 156-164.

Conflicto de intereses:

Declaramos en conjunto que nunca existió ningún tipo de conflicto en la elaboración de este artículo.

Financiamiento:

No existió asistencia financiera de partes externas al presente artículo.

Agradecimiento:

Agradecemos de la manera más cordial posible a nuestro profesor el licenciado Rolando Barcia ya que nos ha instruido de manera correcta y en gran medida en la elaboración de este artículo.

Nota:

El artículo no es producto de una publicación anterior.