

# Las particularidades del infarto femenino

Esta enfermedad relacionada con el sistema circulatorio es la primera causa de muerte en mujeres en España

El infarto femenino puede registrar síntomas diferentes al masculino y no saberlo es una de las razones por las que las mujeres tardan más en hacer una consulta médica, un hecho que puede tener consecuencias trágicas.

En España, la enfermedad relacionada con el sistema circulatorio es la primera causa de muerte en mujeres, una realidad que se refleja en las estadísticas publicadas. Según el

informe "Enfermedad Cardiovascular en la mujer", elaborado por la Sociedad Española de Cardiología (SEC), en Europa muere una mujer cada seis minutos por este motivo. Sin embargo, si se reconocieran los síntomas, se tendrían más posibilidades de cambiar esas cifras. Es importante, por tanto, conocer cuáles son las claves para detectar a tiempo las anomalías que pudieran derivar en un infarto para la mujer.

## Más muertes que el cáncer de mama

Los números no dejan lugar a dudas: las enfermedades coronarias causan 20 veces más muertes que el cáncer de mama y solo en nuestro país casi 68.000 mujeres perdieron la vida a lo largo de 2015 por enfermedades relacionadas con el sistema circulatorio, según datos del Instituto Nacional de Estadística (INE). Una cifra incluso más alta que la de los hombres, cuyos fallecimientos por este motivo en ese mismo año no llegaron a 57.000. Además, según la Sociedad Española de Cardiología, tras un primer infarto agu-

do de miocardio la mortalidad es un 20% mayor en el colectivo femenino.

Con el fin de que el número de víctimas por esta razón se reduzca, los especialistas consideran fundamental que las mujeres conozcan que el infarto en el sexo femenino puede presentar síntomas muy variados que hacen más difícil el diagnóstico y que cualquiera de esas señales puede significar que hay que pedir ayuda urgente.

## Opiniones desacertadas

Dolor intenso y opresivo en el pecho y dificultad para respirar. Estos son los síntomas que todos asociamos al infarto, pero ni son los únicos ni los más comunes cuando quien está sufriendo un infarto es una mujer. Esto, unido a que se piensa en el infarto como una enfermedad de hombres laboralmente activos, son algunas de las razones por las que las mujeres llaman más tarde al 112 o tardan más tiempo en avisar a algún familiar.

"Socialmente se percibe que la mujer tiene un riesgo cardiovascular bajo, por lo que la posibilidad de que esté sufriendo un infarto suele ser infravalorada", explica la doctora Paola Beltrán, coordinadora del grupo de trabajo de la Sociedad Española de Cardiología en Mujeres. "Saber que las enfermedades cardiovasculares son la principal causa de muerte en la mujer y que haya una mayor concienciación de que existe este riesgo en la población general y entre las propias mujeres es de suma impor-

tancia para prevenir y evitar muertes por infarto", añade.

## Síntomas particulares

Según explica la doctora Beltrán, las manifestaciones físicas más comunes del infarto femenino incluyen particularidades que lo diferencian del masculino. Las mujeres tienen con más frecuencia náuseas, vómitos e indigestión, también refieren más a menudo dolor en el centro de la espalda y en la mandíbula. Si aparece dolor torácico, este es menos específico que en el hombre.

Además, las mujeres premenopáusicas presentan síntomas atípicos con mayor frecuencia que las posmenopáusicas, mientras que las mujeres de edad avanzada pueden referir disnea súbita.

En resumen, estas son las manifestaciones más habituales del infarto femenino:

- └ Fatiga inusual.
- └ Dificultad respiratoria.
- └ Sudor frío.
- └ Dolor epigástrico (en la parte media superior del abdomen).
- └ Los días previos con frecuencia se sufre insomnio, ansiedad o debilidad.

En caso de que se presenten estos síntomas, hay que avisar a los servicios de emergencias. Esta es la primera recomendación médica.

[www.consumer.es](http://www.consumer.es)



## ¿CÓMO PREVENIR LA ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR EN LA MUJER?

Si actuar con rapidez cuando se presentan los síntomas es clave para evitar el peor de los desenlaces, más importante y eficaz resulta la prevención. Para ello, es muy importante adoptar hábitos de vida cardiosaludables que incluyan ejercicio frecuente y alimentación sana y equilibrada, además de alejarse del tabaco y evitar el exceso de alcohol.

Sin embargo, no basta con seguir rutinas que beneficien la salud cardiovascular. También es necesario acudir al médico para realizar controles, sobre todo cuando llega la menopausia y se produce un cambio en los factores de riesgo en relación a la disminución de la síntesis de estrógenos. Esa reducción se asocia a la rigidez arterial, mayor incidencia de obesidad, diabetes e hipertensión arterial, todos ellos factores de riesgo para la enfermedad cardiovascular. Por eso, conviene descartar problemas acudiendo a revisiones periódicas.