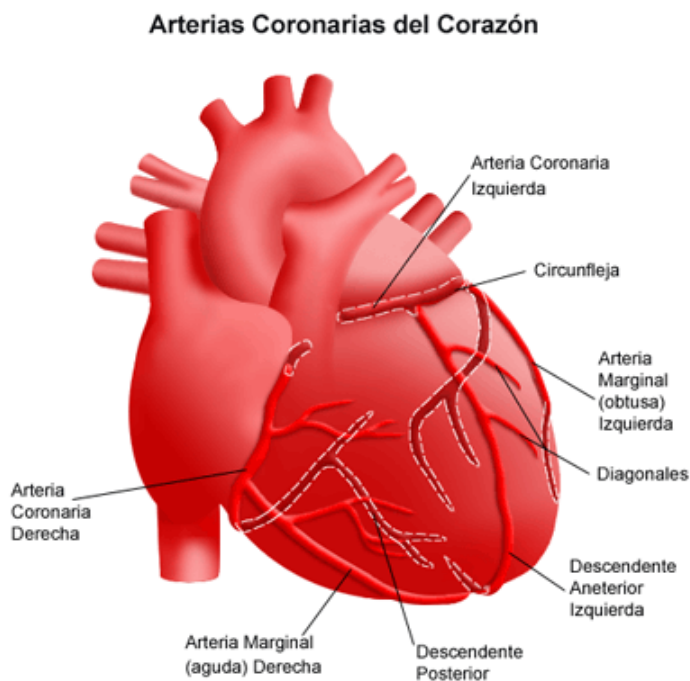
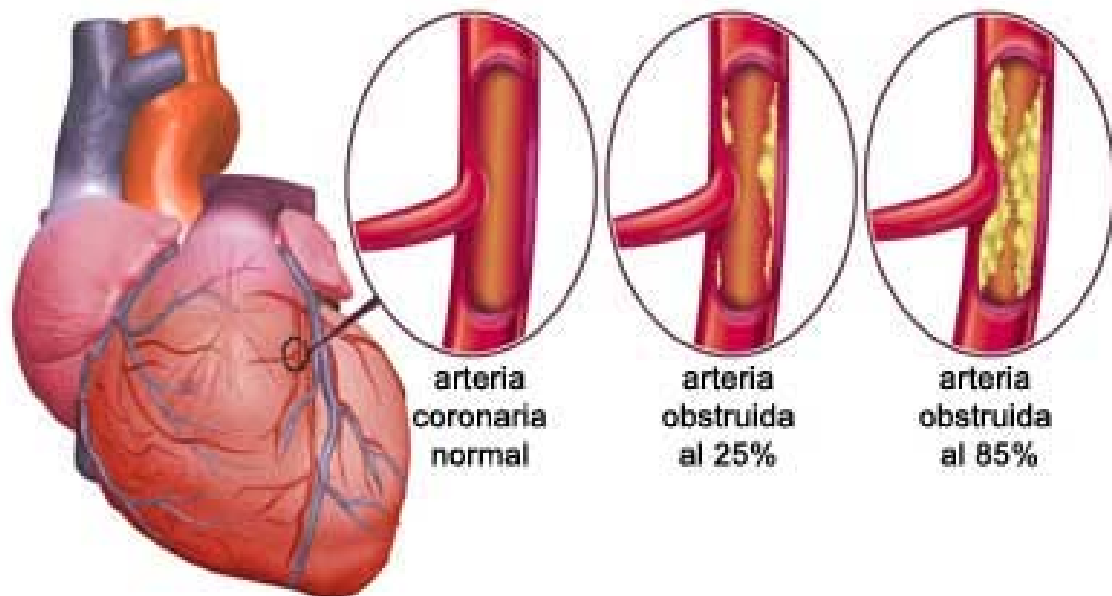


INSUFICIENCIA CORONARIA

El corazón es una bomba que impulsa la sangre a través de las "tuberías" de la circulación, llamadas arterias, para suministrar a todo el organismo el oxígeno y los nutrientes necesarios. Debido a que es un músculo que consume mucha energía, tiene en su pared muscular una red propia de arterias, llamadas **arterias coronarias**. Estas arterias son delgadas y terminales, es decir que sólo existe una por cada zona del corazón, aunque pueden existir "puentes" entre ellas.



Debido a muchos factores, algunos de ellos inevitables como el envejecimiento, el sexo y la herencia, estas arterias propias del corazón pueden sufrir un daño interno, dificultando el paso de la sangre, y comprometiendo por tanto el suministro de energía a la zona correspondiente del corazón, lo que llamamos **insuficiencia coronaria**. Como resultado de esto se produce dolor (**angina**) o se daña el músculo, de forma que se produce la muerte de ese tejido muscular cardíaco (**infarto**).



Dado que el dolor suele producirse al realizar esfuerzos, o simplemente al caminar, es muy incapacitante, pero el problema principal es que es el aviso previo al infarto.

Una vez que se produce el infarto, puede dañarse una mayor o menor cantidad de músculo, de manera irremediable, perdiéndose parte de la capacidad del corazón para bombear sangre; o bien pueden dañarse distintas estructuras internas, tales como las válvulas, impidiendo que se expulse toda la sangre al no cerrar bien, o el sistema de "cables" que coordinan la contracción del corazón, produciéndose entonces alteraciones de la conducción (bloqueos) o del ritmo cardíaco (arritmias).

Existen también otros **factores que podemos controlar**, retrasando la aparición de insuficiencia coronaria, o incluso, si ésta ya se ha producido, evitando que se reproduzca. Entre estos factores controlables está el **colesterol alto**, que depende en parte de la herencia, aunque se corrige con medicación, acompañada de una buena alimentación, con pocas grasas de origen animal y rica en pescado azul; la nicotina del **tabaco**; la **diabetes**, que obliga a un estricto control de la glucosa sanguínea; la **hipertensión arterial**,

que puede controlarse con medicación y con dieta pobre en sal; la vida **sedentaria**, que empeora todos los demás factores de riesgo, mientras que el ejercicio físico moderado los mejora, además de proporcionar sensación de bienestar.

De acuerdo con las explicaciones dadas, el tratamiento consiste en controlar los factores de riesgo con ejercicio físico, abandonar el uso del tabaco, medicación para controlar el colesterol, la tensión y la diabetes, medicación para eliminar líquidos (diuréticos), para reducir la frecuencia cardíaca o ritmo del corazón (betabloqueantes) y en ocasiones otras medicaciones especiales.