

Cómo Elegir Sabiamente®

Una iniciativa de la Fundación ABIM

CR ConsumerReports™



AMERICAN
COLLEGE of
CARDIOLOGY



Pruebas de Imágenes para la enfermedad cardíaca Cuándo las necesita—y cuándo no

Las pruebas de imágenes de esfuerzo toman fotografías del corazón mientras está funcionando a su máxima capacidad. Hay dos clases de pruebas de imágenes de esfuerzo. Una toma fotografías con ondas de sonido. Otra usa una pequeña cantidad de una sustancia radioactiva para obtener las fotografías.

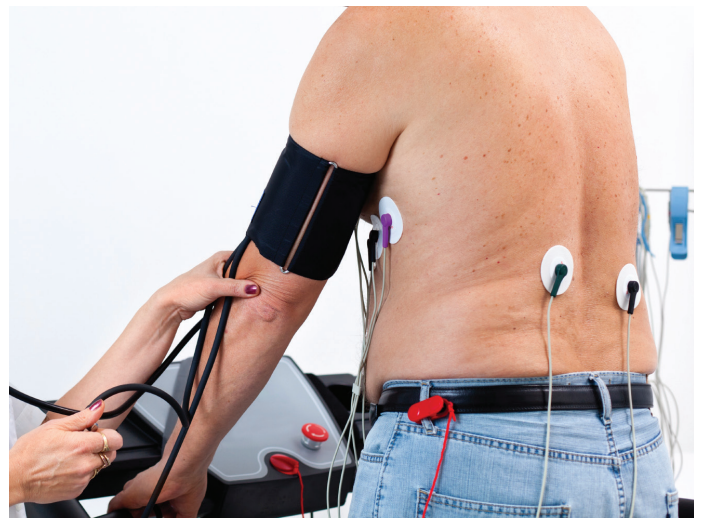
Es posible que usted necesite una prueba de imágenes de esfuerzo si tiene síntomas de enfermedad cardíaca, como dolor de pecho. Posiblemente necesite una si corre un alto riesgo de enfermedad cardíaca o ya padece un enfermedad cardíaca. Este tipo de prueba puede ayudarle a su médico a decidir cuál es el mejor tratamiento para usted.

Si usted es una persona sana sin síntoma alguno, debería pensarlo dos veces antes de someterse a una prueba de imágenes de esfuerzo. A continuación se da la razón:

La prueba no siempre es útil.

La mejor razón para realizarse una prueba de imágenes de esfuerzo es para controlar la enfermedad cardíaca grave. La prueba puede ayudarle a su médico a averiguar si el flujo sanguíneo a su corazón está bloqueado. También puede mostrar en dónde se encuentran los bloqueos y qué tan graves son. Esta prueba puede ayudarles a usted y a su médico a tomar decisiones sobre el tratamiento.

Si usted presenta un riesgo bajo y no tiene ningún síntoma, la prueba no es muy útil.



Las pruebas de imágenes de esfuerzo pueden conducir a otras pruebas que no se necesitan o que tienen riesgos.

Por lo general, una prueba de imágenes de esfuerzo es segura. Pero esta puede causar ansiedad. Además, puede conducir a otras pruebas y tratamientos que tienen riesgos. Por ejemplo, podría tener una prueba de seguimiento para ver los vasos sanguíneos en el corazón. Esta prueba se llama angiografía coronaria. Durante esta prueba, se introduce una sonda muy delgada en el corazón, a través de una vena. Se inyecta un tinte y se toman radiografías. Los riesgos son bajos, pero la exposición a la radiación se acumula durante la vida, por lo

que es mejor evitarlas siempre que pueda. Las pruebas excesivas también pueden conducir a tratamientos innecesarios con medicamentos.

Las pruebas pueden costar mucho.

Una prueba de imágenes de esfuerzo cuesta cientos o miles de dólares, dependiendo de dónde se realice. Esta puede proporcionar más información que una prueba rutinaria de esfuerzo, así que es posible que valga la pena. Pero si usted no necesita una, ¿por qué desperdiciar su dinero? Las pruebas deberían usarse solo cuando le ayuden a usted y a su médico a tratar y controlar su enfermedad.

¿Cuándo debería considerar una prueba de imágenes de esfuerzo?

Usted podría necesitar una prueba de imágenes de esfuerzo si:

- Tiene síntomas de enfermedad cardíaca—como dolor de pecho, falta de aliento, latidos cardíacos irregulares o palpitaciones cardíacas (latidos cardíacos inusualmente fuertes).
- Un electrocardiograma (ECG) muestra algo anormal y su médico no puede obtener información útil de una prueba normal de esfuerzo.
- Corre un alto riesgo de enfermedad cardíaca, a causa de factores de riesgo como fumar.
- Tiene problemas médicos vinculados con una enfermedad cardíaca, como diabetes, alta presión arterial o enfermedad arterial periférica.

Este informe es para que lo use usted cuando hable con su proveedor de atención médica. No debe usarse en vez de consejos o tratamientos médicos. Use este informe a su propio riesgo.

©2017 Consumer Reports. Elaborado en cooperación con el Colegio Estadounidense de Cardiología. Para obtener más información acerca de las fuentes usadas en este informe y los términos y condiciones de uso, visite ConsumerHealthChoices.org/about-us/.

Consejo de Consumer Reports

Conozca y controle su riesgo de enfermedad cardíaca

A continuación se dan algunas maneras para protegerse el corazón, incluso si usted no tiene síntomas de enfermedad cardíaca:

Conozca sus riesgos.

Muchas cosas pueden afectar su riesgo de problemas cardíacos. Entre estas se incluyen su edad, sexo, nivel de colesterol y presión arterial. Usted corre un mayor riesgo de enfermedad cardíaca si fuma o tiene diabetes. Nuestro calculador gratis de riesgos cardíacos puede ayudarle a obtener más información. Visite www.ConsumerReports.org/heartrisk.

Reduzca sus riesgos.

- Si fuma, deje de hacerlo.
- Baje el peso extra.
- Limite la cantidad de sal que consume.
- Trate de controlar sus niveles de estrés.
- Haga ejercicio regularmente. Una buena opción es una caminata a paso rápido.
- Limite alimentos altos en grasa saturada y grasa trans. Entre estos se incluyen las carnes rojas, los productos lácteos altos en grasa, así como muchos postres y antojitos.
- Coma más frutas y verduras.
- Pregúntele a su médico acerca de tomar una baja dosis de aspirina.

Visite CardioSmart.org.

Puede recibir las últimas noticias e información sobre la prevención de enfermedades cardíacas, así como consejos para dejar de fumar, del Colegio Estadounidense de Cardiología. Regístrese en www.CardioSmart.org.

Realícese regularmente pruebas de presión arterial, nivel de colesterol y de azúcar en la sangre.

Son maneras comprobadas y de bajo costo para ayudar a medir su riesgo de sufrir de una enfermedad cardíaca.

- **Presión arterial:** Todas las personas deben acudir a que un profesional autorizado de atención médica les tome la presión arterial por lo menos cada dos años. Si sus niveles son de 120 sobre 80 o más altos, haga que se la tomen cada año.
- **Colesterol:** Los hombres mayores de 35 años y las mujeres mayores de 45 años deben realizarse una prueba de colesterol por lo menos cada cinco años. La prueba debe medir tanto el colesterol *LDL* (malo) como el *HDL* (bueno) y los triglicéridos, una grasa que bloquea las arterias.
- **Azúcar en la sangre:** Si tiene riesgo de diabetes, deben checarle el nivel de azúcar en la sangre (glucosa) al menos cada tres a cinco años.