

Cómo Elegir Sabiamente®

Una iniciativa de la Fundación ABIM

ConsumerReportsHealth



AMERICAN
COLLEGE of
CARDIOLOGY



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

Las pruebas de imágenes de esfuerzo toman fotografías del corazón mientras está funcionando a su máxima capacidad. Las pruebas de ultrasonido y ecocardiografía toman fotografías con ondas de sonido. Las pruebas de cardiología nuclear usan una pequeña cantidad de una sustancia radioactiva para obtener las fotografías.

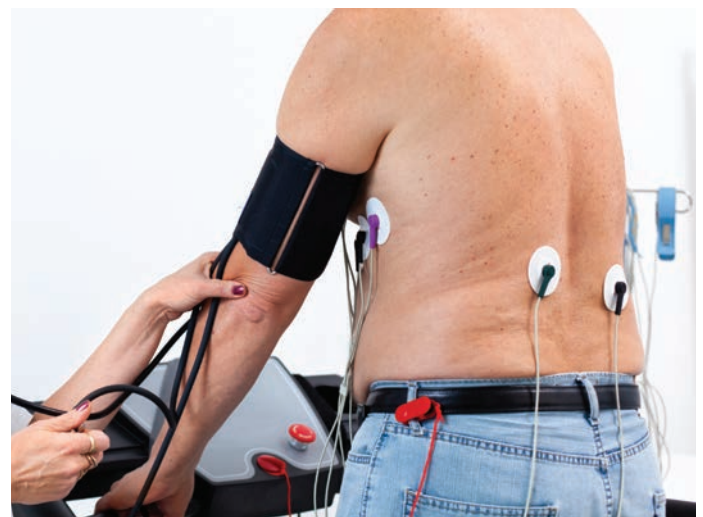
Es posible que usted necesite una prueba de imágenes de esfuerzo si tiene síntomas de enfermedad cardíaca, como dolor de pecho. O posiblemente necesite una si ya padece de enfermedad cardíaca o si corre un alto riesgo de enfermedad cardíaca. Estas pruebas pueden ayudarle a su médico a decidir cuál es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

Sin embargo, si usted es una persona sana sin síntoma alguno, debería pensarlo dos veces antes de someterse a estas pruebas. A continuación se da la razón:

Las pruebas no siempre son útiles.

Una prueba de imágenes de esfuerzo se utiliza mejor 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 sospechosos y qué tan graves son. Esta prueba puede ayudarles a usted y a su médico a tomar decisiones sobre el tratamiento.

Sin embargo, si usted presenta un riesgo bajo y no tiene ningún síntoma, la prueba tiene beneficios limitados.



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 y puede realizarse usando poca o ninguna radiación. Pero la prueba puede causar ansiedad y conducir a otras pruebas y tratamientos que tienen riesgos. Por ejemplo, si algo no se ve bien en la prueba de imágenes de esfuerzo, es posible que su médico ordene una tomografía computarizada (*CT scan*) y un angiograma. Estas pruebas sí lo exponen a radiación. Los riesgos de la exposición a radiación pueden acumularse, así que es mejor evitarla cuando pueda. Las pruebas excesivas también pueden conducir a tratamientos innecesarios con medicamentos.

Las pruebas pueden costar mucho.

Una prueba de imágenes de esfuerzo cuesta entre \$500 y \$2,000. Puesto que las pruebas pueden proporcionar más información que las pruebas rutinarias de esfuerzo, es posible que valgan 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.
- Fuma o tiene una combinación de problemas médicos relacionados con una enfermedad cardíaca, como diabetes, alta presión arterial o enfermedad arterial periférica que lo pone en alto riesgo.

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.

©2012 Consumer Reports. Elaborado en cooperación con la Asociación Americana 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

¿Cuál es su riesgo de enfermedad cardíaca?

Si usted no tiene síntomas de enfermedad cardíaca, lo siguiente puede ayudarle a protegerse el corazón:

Conozca sus riesgos.

Muchas cosas pueden afectar su riesgo de problemas cardíacos. Entre estas se incluyen su edad, sexo, nivel de colesterol, presión arterial, si fuma y si padece de diabetes. Usted puede usar nuestro calculador gratis de riesgos cardíacos para entender sus riesgos mejor. Visite www.ConsumerReports.org/heartrisk.

Reduzca sus riesgos.

- Si fuma, deje de hacerlo.
- Baje el peso extra.
- Limite la sal.
- Controle el estrés.
- Haga ejercicio regularmente. Una buena opción es una caminata a paso rápido.
- Limite alimentos altos en grasa saturada, grasa trans y colesterol. Entre estos se incluyen las carnes rojas, el queso de leche entera y otros productos lácteos, así como muchos postres y antojitos.
- Pregúntele a su médico acerca de tomar una baja dosis de aspirina.



Regístrese en *CardioSmartTXT*.

Si se inscribe en www.CardioSmart.org, recibirá mensajes de texto de cómo prevenir enfermedades cardíacas y consejos para dejar de fumar de la Asociación Estadounidense de Cardiología.

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:** Toda la gente debe ir al médico, al menos una vez al año, a que lo chequen con un aparato de presión arterial. Si tiene alta la presión, su doctor le dirá qué opciones hay para tratarla.
- **Colesterol:** Los hombres mayores de 35 años y las mujeres mayores de 45 años con riesgo de enfermedad cardíaca necesitan medirse el 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. Es necesario ayunar 12 horas antes de esta prueba.
- **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.