



ADHCRO

ENFERMEDADES CRÓNICAS MÁS FRECUENTES

01 julio 2019

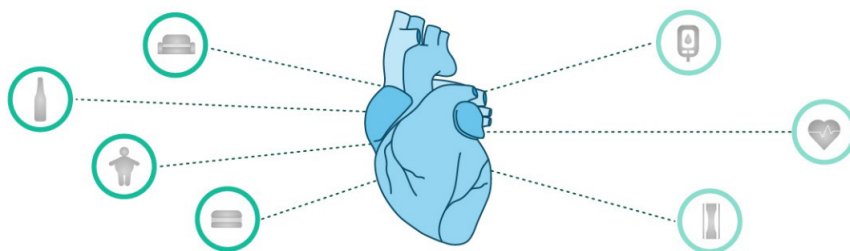
Hay muchos tipos de alteraciones crónicas de salud. Las enfermedades crónicas más frecuentes son las patologías cardíacas, el cáncer, las enfermedades respiratorias y la diabetes.

Las enfermedades crónicas más frecuentes son las enfermedades cardiovasculares, seguidas del cáncer, de las enfermedades respiratorias y, finalmente, de la diabetes. Estas cuatro son responsables de más del 80% de muertes tempranas en el mundo.¹

Al margen de ellas, hay muchas otras enfermedades crónicas, como los trastornos de salud mental, entre los que están la depresión, la ansiedad y el trastorno bipolar; la epilepsia, la enfermedad de Crohn, el VIH, la esclerosis múltiple o el dolor crónico.

En su conjunto, las enfermedades crónicas ocasionan 41 millones de muertes cada año en el mundo. De ellas, 15 millones son muertes prematuras (personas entre 30 y 69 años de edad).

ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES CRÓNICAS



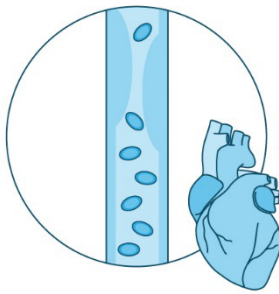
Las enfermedades cardiovasculares son las que impactan directamente sobre el corazón o los vasos sanguíneos².

En este momento, las enfermedades cardiovasculares son la primera causa de muerte entre la población española, por delante del cáncer.

La mayoría de enfermedades cardiovasculares pueden prevenirse actuando sobre los factores de riesgo. La mayoría de esos factores de riesgo tiene que ver con el estilo de vida: sedentarismo, consumo de tóxicos (alcohol y tabaco), sobrepeso y obesidad y alimentación inadecuada.



Hay otros factores de riesgo de tipo médico, como la diabetes, la hipertensión arterial y la hiperlipidemia, que predisponen a algunas personas a sufrir también una enfermedad cardiovascular. Las enfermedades cardiovasculares crónicas más frecuentes son la cardiopatía isquémica y los accidentes cerebrovasculares (ictus).



CARDIOPATÍA ISQUÉMICA E INSUFICIENCIA CARDIACA

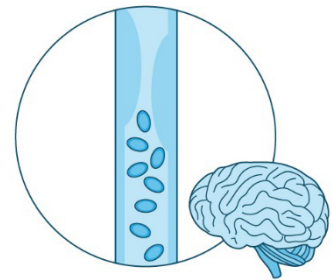
La cardiopatía isquémica se origina por la acumulación de placas de colesterol en las arterias coronarias, lo que provoca una falta de riego sanguíneo en el músculo del corazón. Esta disminución de flujo puede ser súbita o paulatina (crónica). La oclusión de la arteria ocasiona un infarto agudo de miocardio. En el infarto, una parte del corazón se destruye de forma irreversible, puesto que la sangre ha dejado de irrigar el corazón. El pronóstico del infarto dependerá de las dimensiones de la zona que se ha destruido. Si afecta a una zona menor, las posibilidades de recuperación aumentan considerablemente.

La cardiopatía isquémica también provoca angina de pecho estable (dolor torácico recurrente) y angina de pecho inestable (con síntomas parecidos al infarto, pero de menor duración e intensidad y que puede avisar de la inminencia de un infarto o de muerte súbita).

Los pacientes con cardiopatía isquémica crónica tienen un alto grado de comorbilidad. En su mayor parte, son pacientes de edad avanzada, con elevado nivel de dependencia y polimedicación³.

Cuando la falta de riego coronario no provoca una oclusión total de las arterias, pero es continua a lo largo del tiempo, puede producir una pérdida de fuerza en el corazón, acabando en insuficiencia cardíaca.

La insuficiencia cardíaca se caracteriza porque el corazón no es capaz de cumplir adecuadamente su función de bombear sangre a todo el organismo, ya sea por sobrecarga o por un fallo del propio músculo cardíaco. La insuficiencia cardíaca afecta, especialmente, a las mujeres y a la población de edad avanzada.



ACCIDENTES CEREBROVASCULARES (ICTUS)

El ictus es la primera causa de muerte entre las mujeres españolas, y una de las tres primeras en las sociedades desarrolladas. Casi dos millones de personas presenta en España un alto riesgo de sufrir un ictus en los próximos diez años⁴.

El ictus es una enfermedad cerebrovascular que se origina ante cualquier trastorno de la circulación cerebral. Si se produce una interrupción del flujo de sangre a una parte del cerebro, hablamos de isquemia cerebral. Un 75% de los ictus son isquémicos. Por su parte, si hay una rotura de una arteria o de una vena cerebral, se produce una hemorragia cerebral (25% de los casos)⁵.

La parte del cerebro afectada puede quedar sin función o verse esta disminuida, dependiendo del tiempo en que la sangre no ha llegado al área cerebral afectada.

El ictus es conocido también con otros nombres como trombosis, apoplejía y embolia, que hacen referencia a la isquemia cerebral o ictus isquémico. Igualmente, se habla de derrame cerebral, hematoma cerebral, hemorragia intracerebral y hemorragia subaracnoidea (dependiendo de la localización), si hay hemorragia cerebral o ictus hemorrágico.

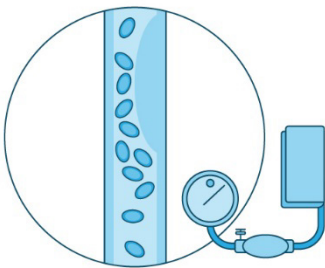


VIATRIS



HIPERTENSIÓN ARTERIAL

La hipertensión arterial es una enfermedad crónica caracterizada por el aumento de la presión en el interior de las arterias. La hipertensión arterial, conocida también como tensión arterial alta, afecta a uno de cada cinco adultos en todo el mundo. Es uno de los factores de riesgo más importantes para la aparición de enfermedad cardíaca y de accidente cerebrovascular.



Hay dos tipos de hipertensión arterial: hipertensión arterial esencial o idiopática (de causa desconocida), que es la más frecuente, y, por otro lado, hipertensión secundaria, que es la provocada por otras enfermedades renales, metabólicas o neurológicas, entre otras.

En la mayoría de los casos, la hipertensión arterial no muestra síntomas. Se habla de tensión arterial alta cuando la tensión sistólica (cuando late el corazón) es igual o superior a 140 mm Hg y/o la tensión diastólica (cuando se relaja el corazón) es igual o superior a 90 mm Hg⁶.

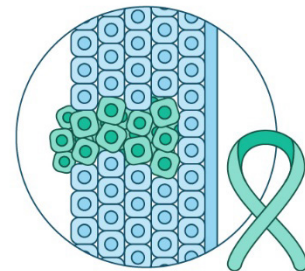
EL CÁNCER COMO ENFERMEDAD CRÓNICA

El cáncer, como enfermedad de larga duración y en algunos casos, sin curación, se considera una enfermedad crónica. Es la segunda causa de mortalidad en el mundo.

En las dos últimas décadas, el número de tumores detectados en España no ha dejado de crecer, debido al aumento en la esperanza de vida de la población y a la mejora de las técnicas de detección precoz⁷.

El cáncer como patología engloba a una serie de enfermedades que se caracterizan por el desarrollo de células anormales que crecen, se dividen y se diseminan por el cuerpo.

Frente a las células normales, que se dividen y mueren en un tiempo concreto, las células cancerosas se multiplican sin control y forman masas, que se denominan tumores o neoplasias y que destruyen a los tejidos sanos.



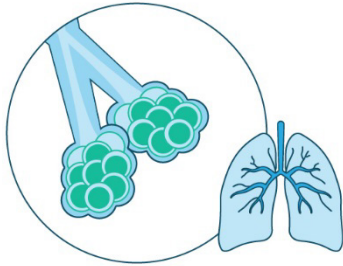
Los cánceres más frecuentes diagnosticados en el mundo son el de pulmón, el de mama y el colorrectal, según la Sociedad Española de Oncología Médica (SEOM).



LAS ENFERMEDADES RESPIRATORIAS CRÓNICAS: EPOC Y ASMA

Dos de las enfermedades respiratorias crónicas de mayor prevalencia son la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) y el asma. Hay otras como las alergias respiratorias, las enfermedades pulmonares de origen laboral y la hipertensión pulmonar.

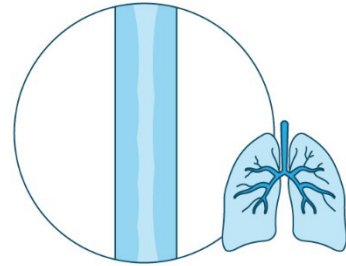
Las enfermedades respiratorias crónicas representan la tercera causa de muerte debida a enfermedades no transmisibles en el mundo.



La enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) también se denomina enfisema pulmonar y bronquitis crónica. Es una enfermedad progresiva que cursa con una limitación del flujo de aire que llega a los pulmones. Este proceso puede ser potencialmente mortal y reduce drásticamente la calidad de vida del paciente.

El principal factor de riesgo es el tabaquismo y la contaminación del aire. En el año 2016, según datos de la OMS, afectó a 251 millones de personas en todo el mundo.

La EPOC predispone a padecer exacerbaciones y otras enfermedades graves.



Por su parte, el asma es una enfermedad crónica poco letal, pero muy recurrente. Es la enfermedad crónica más frecuente en niños. La Organización Mundial de la Salud (OMS) calcula que en el mundo hay 235 millones de pacientes con asma⁸.

El asma se caracteriza por ataques que cursan con sibilancias y disnea. Es así porque hay una inflamación del revestimiento de los bronquios que provoca un estrechamiento de las vías respiratorias y, a consecuencia de ello, una disminución de la cantidad de aire que entra y sale de los pulmones.



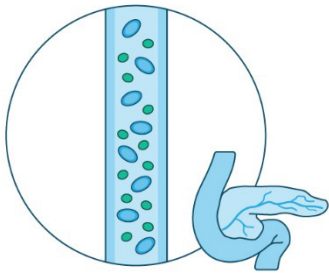
VIATRIS



LA DIABETES COMO ENFERMEDAD CRÓNICA

Dos de las enfermedades respiratorias crónicas de mayor prevalencia son la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) y el asma. Hay otras como las alergias respiratorias, las enfermedades pulmonares de origen laboral y la hipertensión pulmonar.

Las enfermedades respiratorias crónicas representan la tercera causa de muerte debida a enfermedades no transmisibles en el mundo.



La diabetes es la cuarta enfermedad crónica más prevalente. Causa cada año 1,6 millones de fallecimientos en el mundo, según datos de la OMS.

La diabetes mellitus es un trastorno crónico de tipo metabólico que se define por la hiperglucemia: niveles de glucosa en sangre por encima de los valores normales.

Es necesario aplicar un tratamiento para la diabetes, puesto que puede provocar otras complicaciones crónicas o de tipo agudo.

Hay dos tipos de diabetes. La diabetes tipo 1 se produce por un fallo del páncreas en la producción de insulina. Es propia de pacientes jóvenes y no tiene que ver con el estilo de vida.

Por su parte, la diabetes tipo 2 se caracteriza por una resistencia a la insulina. La insulina no puede actuar como debe, pues los tejidos no responden. De esta forma, la glucosa se acumula en la sangre, provocando hiperglucemia.

La diabetes tipo 2 está muy ligada a un estilo de vida poco saludable, por lo que se trata de una afección prevenible.



VIATRIS



LOS TRASTORNOS MENTALES COMO ENFERMEDADES CRÓNICAS

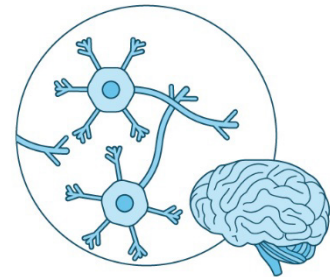
Algunos trastornos mentales, como la depresión y la ansiedad, pueden convertirse en enfermedades crónicas.

La depresión se caracteriza por un conjunto de síntomas en su mayor parte afectivos. Así, el paciente depresivo siente tristeza, decaimiento, irritabilidad, desesperanza, imposibilidad de asumir las exigencias cotidianas... También hay otros síntomas de tipo somático, cognitivo y volitivo, por lo que la persona con depresión tiene una afectación global.

La depresión es un proceso multifactorial donde intervienen factores de riesgo personales, ambientales, sociales y genéticos⁹.

La prevalencia de los trastornos depresivos es mayor en la mujer que en el hombre, y se estima que la etapa en que aparece con más frecuencia es entre los 15 y los 45 años.

La depresión es el trastorno mental más frecuente, con 300 millones de personas afectadas en el mundo. Se calcula que entre el 8 y el 15% de las personas desarrollarán un episodio depresivo a lo largo de su vida. La depresión es la principal causa mundial de discapacidad y es una patología con alta tendencia a la cronicidad.



En su caso, los trastornos de ansiedad son un grupo de enfermedades cuyo eje común es la aparición de un miedo, una preocupación y un temor excesivos ante un hecho o un pensamiento. Esta activación patológica provoca un gran malestar en el paciente y un deterioro clínico significativo que impacta sobre su vida diaria.

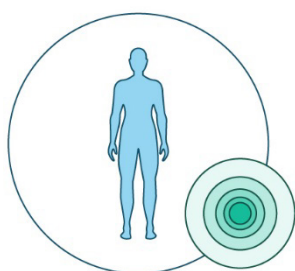
Los trastornos de ansiedad responden a factores de riesgo biológicos, psicosociales y ambientales. Es muy común que haya comorbilidad con otros trastornos mentales¹⁰.

Entre depresión y ansiedad, la OMS considera que hay 615 millones de afectados en todo el mundo.



EL DOLOR COMO ENFERMEDAD CRÓNICA

El dolor es el síntoma por el que dos de cada tres personas acuden a una consulta de Atención Primaria. De ellos, casi el 6% son pacientes con dolor crónico de larga evolución.



La definición de dolor crónico no oncológico es la de un dolor que se prolonga al menos tres-seis meses o que dura más allá del periodo de tiempo esperado para la cicatrización de los tejidos o la resolución de una enfermedad subyacente¹¹.

El dolor crónico afecta a todas las esferas del paciente, por lo que necesita de un abordaje multidisciplinar.

El dolor crónico es más frecuente en personas de edad avanzada, donde destacan los dolores articulares, de espalda y de miembros inferiores. El 60,5% de las personas con dolor sufren dolor crónico de más de 90 días de evolución.

Las causas más frecuentes del dolor crónico son la artritis, el reumatismo y la migraña.

Dentro del dolor crónico, pueden distinguirse: el dolor agudo recurrente (se repite periódicamente, como en el caso de las migrañas), el dolor crónico agudo (puede durar meses o años y acaba con la curación o con el fallecimiento del paciente, como en el caso del cáncer), y el dolor crónico no maligno (provoca gran deterioro, pero no amenaza la vida del enfermo, como en el caso de la artritis reumatoide).

DOLOR NEUROPÁTICO

Mención especial merece el dolor Neuropático que es uno de los mayores desafíos en el manejo del dolor crónico. Este tipo de dolor se produce por un funcionamiento anormal del sistema nervioso, que interpreta los estímulos de forma errónea.

Aproximadamente el 90% de los casos de dolor neuropático se originan en el Sistema Nervioso Periférico: neuralgia post-diabética, neuralgia post-herpética, neuralgia post-traumática y el 10% de los casos restantes se originan en el Sistema Nervioso Central secundario a ictus, esclerosis múltiple y enfermedad de Parkinson.¹²



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. OMS [Internet]: Enfermedades crónicas [consultado 16 de junio de 2019]. Disponible en: https://www.who.int/topics/chronic_diseases/es/
2. OMS [Internet]: Enfermedades cardiovasculares. [consultado 16 de junio de 2019]. Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs317/es/>
3. Murga N. Seguimiento del pacientes en la fase crónica de la enfermedad coronaria. RevEspCardiolSupl. 2013;13:35-41.
4. Federación Española de ictus [Internet]: Ictus: un problema socio-sanitario. [consultado 16 de junio de 2019]. Disponible en: <https://ictusfederacion.es/infoictus/codigo-ictus/>
5. Agencia Valenciana de Salud. Guía de información al paciente con ictus. 2007.
6. OMS [Internet]: Preguntas y respuestas sobre la hipertensión. [consultado 16 de junio de 2019]. Disponible en: <https://www.who.int/features/qa/82/es/>
7. Bayo J, Molina R, Pérez J, Pérez-Ruiz E, Aparicio J, Beato C et al. SEOM clinicalguidelinetostopprimarypreventionofcancer. Clinicaland TranslationalOncology. 2019;21:106-13.
8. OMS [Internet]: Asma. [consultado 16 de junio de 2019]. Disponible en: <https://www.who.int/respiratory/asthma/es/>
9. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Guía de práctica clínica sobre el manejo de la depresión en el adulto. 2014.
10. Ministerio de Sanidad y Consumo. Guía de práctica clínica para el manejo de pacientes con trastornos de ansiedad en AtenciónPrimaria. 2008.
11. López M, PenideL, Portalol, Rodríguez J, Sánchez N, Arroyo V. Dolor crónico no oncológico. Boletín Farmacoterapéutico de Castilla-La Mancha. 2014;XV(1).
12. Gálvez R, Ribera M.V., Pérez C, Micó J.A. Guía práctica clínica sobre el tratamiento farmacológico del dolor neuropático periférico en atención primaria. Madrid: Sociedad Española del Dolor (SED), Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN), Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (semFYC), Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia (SEMG). 2016.