



PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR - CARDIOTECA.COM

Relación del envejecimiento saludable con los estilos de vida y con el Síndrome Metabólico

□ Dra. Leticia Gómez Sánchez □ Prevención □ 07 Octubre 2021

Comentario de la Autora: Dra. Leticia Gómez Sánchez

La población adulta española sin antecedentes de enfermedad cardiovascular presenta una edad coronaria y una edad vascular 3 años más jóvenes que la edad cronológica. Sin embargo, la asociación con los estilos de vida y con los componentes del síndrome metabólico difiere según la edad utilizada.

Dado que la edad vascular o edad del corazón muestra un mejor relación con la morbimortalidad cardiovascular que la edad cronológica, durante los últimos años ha crecido el interés por analizar, utilizando diferentes herramientas, cual es la edad vascular o edad del corazón y su relación con los estilos de vida y con los factores de riesgo cardiovascular.

Este trabajo presenta las diferencias de la edad cronológica con la edad coronaria y la edad vascular estimadas con la ecuación de Framingham y con el dispositivo Vasera VS-1500®, así como la relación de la misma con los principales estilos de vida, con el síndrome metabólico y cada uno de sus componentes en global y por sexo. Para ello, mediante muestreo aleatorio estratificado por grupos de edad y sexo, analizamos los resultados de 501 sujetos sin enfermedad cardiovascular, procedentes de una población urbana de 43.946 personas.

Los principales resultados encontrados fueron: La edad del corazón fue $2,98 \pm 10,13$ años menor que la edad cronológica, (en hombres $0,92 \pm 10,21$ años y en mujeres $5,01 \pm 9,63$ años), y la edad vascular fue $3,08 \pm 10,15$ años menor que la edad cronológica, (en hombres $2,76 \pm 10,64$ años y en mujeres $3,41 \pm 9,63$). Los sujetos clasificados como envejecimiento vascular saludable estimado con la edad del corazón presentan cifras de consumo de alcohol y de los diferentes componentes del síndrome metabólico menores que los que no son clasificados como envejecimiento vascular saludable, excepto el HDL-colesterol que muestra valores superiores. Sin embargo, si utilizamos la edad vascular, las personas con envejecimiento vascular saludable tienen cifras de consumo de alcohol, índice tabáquico, adherencia a la dieta mediterránea, presión arterial, glucemia basal y triglicéridos menores que las que no presentan envejecimiento vascular saludable, y valores de circunferencia de cintura

menos
Compartido

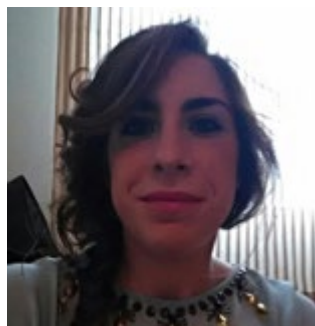
Siendo la principal novedad del mismo, que presenta por primera vez en población española, libre de enfermedad

cardiovascular, la asociación de la edad del corazón y de la edad vascular con los diferentes estilos de vida y con los factores de riesgo [REDACTED] [REDACTED] [REDACTED] [REDACTED]

Referencias:

1. Rev Esp Cardiol. - [Relación del envejecimiento vascular saludable con los estilos de vida y el síndrome metabólico en población general española. Estudio EVA.](#)

Comentario de la Dra. Leticia Gómez Sánchez



Licenciado en Medicina por la Universidad de Salamanca, Facultativo especialista en Medicina Familiar y Comunitaria en el Hospital Ramon y Cajal de Madrid. Doctor Cum Lauden mención PREMIO Extraordinario por la Universidad de Salamanca. Beca RIO Hortega del Instituto de Salud Carlos III en la Unidad de Investigación de Atención Primaria de Salamanca. Participa en varios proyectos de investigación que analizan la rigidez arterial y el envejecimiento. Fellow en Electrofisiología y Arritmias en el Hospital Universitario la Fe de Valencia. Autora de diversos artículos sobre

rigidez arterial y envejecimiento vascular, publicados principalmente en revistas internacionales.

Atención Primaria

Artículos comentados

Otros contenidos Prevención Cardiovascular