

## PROGRAMA DE PROMOCIÓ DE LA SALUT CARDIOVASCULAR

### Informació sobre la consulta mèdica

#### Contingut de les consultes de salut cardiovascular

Per realitzar la valoració del risc cardiovascular s'utilitza la funció Framingham-Regicor. La funció Framingham calibrada i validada desenvolupada pels investigadors de l'estudi REGICOR permet el càlcul de risc de qualsevol esdeveniment coronari a 10 anys adaptat a les característiques de prevalença de factors de risc i incidència d'esdeveniments coronaris (angina, infart de miocardi silent o amb símptomes, mortal o no) de la població espanyola.

El contingut de la consulta de salut de valoració de risc cardiovascular està definit per les diferents variables mesurades per la funció Framingham-Regicor.

Aquesta funció recull diferents factors de risc cardiovascular:

- Sexe
- Edat
- Hàbit tabàquic
- Xifres de colesterol total
- Xifres de HDL-colesterol
- Diabetis Mellitus
- Tensió arterial sistòlica
- Tensió arterial diastòlica

#### Informació recollida en la consulta mèdica

---

##### Antecedents personals i familiars

- Antecedents de patologia cardiovascular:
  - Cardiopatia coronària
  - Infart de miocardi
  - Malalties cerebrovasculars
  - Accidents vasculars cerebrals
  - Arteriopaties perifèriques (embòlies pulmonars)
  - Trombosi venoses profundes

##### Hàbit tabàquic

- Tipus de fumador
- Número de cigarretes / puros / puritos / pipes
- Intent de deixar fumar
- Anys / paquet

##### Hàbit enòlic

- Tipus de consum
- Grams d'alcohol

## PROGRAMA DE PROMOCIÓ DE LA SALUT CARDIOVASCULAR

### Informació sobre la consulta mèdica

#### Activitat física

#### Alimentació

#### Règim de son

- Hores habituals
- Alteracions

#### Medicació

Es recull la informació sobre la medicació que habitualment pren la persona, fent especial incidència en medicació relacionada amb les malalties cardiovasculars (hipolipemians, antidiabètics orals, hipotensors, etc.).

#### Interrogatori situació actual

- Interrogatori general (sensació subjectiva de salut)
- Interrogatori cardíac (existència de palpitations, dolor precordial)

#### Exploració instrumental

---

#### Índex de massa corporal

- Pes
- Talla
- IMC

IMC iguals o superiors a 25Kg/m<sup>2</sup> existeix un augment de risc cardiovascular.

#### Perímetre de cintura

- Mesura del perímetre de cintura: permet valorar l'adipositat, essent el millor indicador del greix visceral.

Els valors de normalitat del perímetre de cintura són <82 cm en dones i <95 cm en homes.

Quan el perímetre de cintura és de >82 cm en dones i >95 cm en homes, existeix un augment significatiu del risc cardiovascular.

Quan el perímetre de cintura és de >90 cm en dones i >102 cm en homes, existeix un risc cardiovascular i metabòlic molt alt.

## PROGRAMA DE PROMOCIÓ DE LA SALUT CARDIOVASCULAR

### Informació sobre la consulta mèdica

#### Tensió arterial

- Tensió arterial diastòlica
- Tensió arterial sistòlica
- Braç de presa de tensió

Les xifres normals de tensió arterial han de ser menors a 140/90 mmHg.

En persones diabètiques, malalties renals cròniques o malaltia cardiovascular, xifres superiors a 130/80 es consideren de risc.

#### Electrocardiograma

Es realitza ECG a les persones que no en disposem cap de base, per descartar alteracions que puguin suposar algun estudi complementari cardiològic, encara que no tinguin cap factor de risc cardiovascular afegit.

#### Analítica clínica

##### Glucèmia capil·lar

En persones no diabètiques: normal entre 70-110 mg/dL (segons laboratori ASPY Prevención) en dejú (bastant similar a la venosa). Si es determina postpandrial s'ha hagut de normalitzar a les 2 h.

En persones diabètiques: normal entre 90-130 mg/dL en dejú i postpandrial ha de ser inferior a 180 mg/dL.

##### Colesterol total capil·lar

Pel càlcul, en els casos que es coneguin tots els valors de colesterol HDL, es farà amb la calculadora del risc cardiovascular i s'annotarà en l'informe.

Per estimar el risc, en els casos en què no es disposi del valor HDL dels darrers 6 mesos, s'ha considerat aplicar 45 mg/dL. D'aquesta manera, al calcular l'estimació del risc, quedarà multiplicat pel valor de la unitat 1.

S'ha considerat fer aquesta estimació per unificar amb els càlculs de les persones de les quals sí es disposi del valor de HDL, a més del colesterol total.