

Prevención de complicaciones cardiovasculares

Conforme se avanza en la edad, el riesgo de desarrollar problemas cardiovasculares aumenta, como un ataque al corazón o un derrame cerebral. Otros factores adicionales que aumentan el riesgo de desarrollar problemas cardiovasculares incluyen:

- Tener sobrepeso o ser obeso
- Tener la presión arterial alta
- Tener niveles de colesterol poco saludables
- Prediabetes o diabetes mellitus
- Fumar
- Consumo excesivo de alcohol
- Antecedentes familiares de cardiopatías

Ciertos tratamientos del cáncer administrados durante la infancia, la adolescencia o en la edad adulta joven pueden aumentar el riesgo de desarrollar complicaciones cardiovasculares de salud. Es importante que usted esté consciente de estos riesgos para que practique hábitos saludables que puedan ayudar a prevenir problemas cardiovasculares.

¿Qué aumenta el riesgo de tener sobrepeso o ser obeso?

Factores de tratamiento:

- La radiación al cerebro o la cabeza (especialmente en dosis de 18 Gy o superior)
- Cirugía al cerebro que afecta la zona del mesencéfalo (que contiene la glándula pituitaria)

Otros factores de riesgo conocidos:

- Comer en exceso
- Tener una dieta alta en grasas y azúcares
- No tener actividad física regular
- Tener ciertas condiciones médicas, como una tiroides hipoactiva (hipotiroidismo), o niveles muy bajos de la hormona de crecimiento

¿Qué aumenta el riesgo de presión arterial alta?

Factores de tratamiento:

- Ifosfamida
- Cisplatino
- Carboplatino
- Radiación a los riñones, incluyendo el abdomen, el costado, y la irradiación corporal total (TBI)

- La extirpación de un riñón (ver el Health Link relacionado: “La salud con un solo riñón”)
- Transplante de células hematopoyéticas (particularmente si se complica por la enfermedad crónica de injerto contra huésped)

Otros factores de riesgo conocidos:

- Tener sobrepeso o ser obeso
- Tener antecedentes familiares de hipertensión
- No hacer actividad física regular
- Comer una dieta alta en sal

¿Qué aumenta el riesgo de niveles de colesterol dañinos (incluyendo niveles altos de triglicéridos y HDL bajo)?

Factores de tratamiento:

- Irradiación corporal total (TBI)
- Radiación abdominal

Otros factores de riesgo conocidos:

- Ser obeso
- Tener antecedentes familiares de niveles de colesterol poco saludables
- No hacer actividad física regular
- Tener una dieta alta en grasa

¿Qué aumenta el riesgo de niveles altos de azúcar en la sangre / diabetes mellitus?

Factores de tratamiento:

- Radiación al abdomen
- Irradiación corporal total (TBI)
- Tratamiento prolongado con corticosteroides como la prednisona o dexametasona

Otros factores de riesgo conocidos:

- Tener sobrepeso o ser obeso (tenga en cuenta que los sobrevivientes que recibieron TBI pueden estar en mayor riesgo, incluso si no tienen sobrepeso o son obesos)
- Tener antecedentes familiares de diabetes

¿Cómo puedo saber si tengo sobrepeso o soy obeso?

Consulte a su médico sobre su peso para determinar si tiene un peso saludable para su estatura, edad y nivel de actividad. El índice de masa corporal (IMC) es una herramienta que su médico puede utilizar para determinar si usted tiene un peso saludable. En www.cdc.gov/healthyweight/assessing/bmi/ encontrará calculadoras de IMC e información sobre cómo interpretar los resultados.

Viviendo saludable después del tratamiento para el cáncer infantil, cáncer en adolescentes o en adultos jóvenes

¿Qué puedo hacer para reducir mi riesgo de complicaciones cardiovasculares?

- Hágase chequeos regulares y siga las recomendaciones de su proveedor de salud para la frecuencia con la que debe chequear su presión arterial y pruebas de sangre para evaluar los niveles de colesterol y/o de la glucosa.
- Coma una dieta saludable (ver el Health Link relacionado: “Manteniéndose saludable a través nutrición y actividades físicas”).
- Si es capaz, aumente la actividad física (ver el Enlace de la salud relacionado: “Manteniéndose saludable a través nutrición y actividades físicas”).
- Evite fumar. Si está interesado en dejar de fumar hay asistencia en línea de los Institutos Nacionales de la Salud disponible en www.espanol.smokefree.gov
- Si usted tiene sobrepeso, es obeso, o tiene presión arterial alta, niveles de colesterol poco saludables y / o niveles altos de azúcar en la sangre, consulte a su médico con regularidad. Siga las recomendaciones para pruebas adicionales, si es necesario, y para el tratamiento continuo de su estado de salud.
- En algunos casos, los medicamentos pueden ser necesarios para tratar estas condiciones. Si le recetan medicamentos, asegúrese de tomarlos regularmente y seguir cuidadosamente las instrucciones de su proveedor de atención médica.

Escrito por Adam J. Esbenschade, MD, MSci, Vanderbilt University/Ingram Cancer Center, Nashville, TN.

Revisado por Linda Rivard, RN, BSN, CPON; Melissa Acquazzino, MD, MS; y Kayla L. Foster, MD, MPH.

Traducido por Claudia Cornejo, BA y Sonia Dupré, PhD, Baylor College of Medicine, Houston, TX.

Traducción revisada por Ricardo J. Flores, MD y Monica Gramatges, MD, Baylor College of Medicine, Houston, TX.

Baylor College of Medicine desea reconocer el apoyo de traduciendo los “Health Links” al Español que fue provisto por una subvención generosa del Cancer Prevention Research Institute of Texas (CPRIT) Numero de Subvención PP130070.

Podrá encontrar información médica adicional para los sobrevivientes al cáncer infantil en www.survivorshipguidelines.org

Nota: En esta serie denominada *Health Links (enlaces de salud)*, el término “cáncer infantil” se utiliza para designar cánceres pediátricos que pueden manifestarse durante la infancia, la adolescencia o la edad adulta temprana. Health Links está diseñado para proporcionar información médica de los sobrevivientes de cáncer pediátrico, independientemente de si el cáncer se produjo durante la infancia, la adolescencia o la edad adulta temprana.

Exención de responsabilidad y aviso de derechos de propiedad

Introducción a las directrices de efectos tardíos y Health Links: Las pautas de seguimiento a largo plazo para sobrevivientes de cáncer en la infancia, la adolescencia o la edad adulta temprana, así como los Health Links que las acompañan, fueron desarrollados por Children's Oncology Group (Grupo de Oncología Infantil) como un esfuerzo colaborativo de Late Effects Committee (Comité de Efectos Tardíos) y Nursing Discipline (Disciplina de Enfermería), y las mantiene y actualiza Children's Oncology Group's Long-Term Follow-Up Guidelines Core Committee (Comité de Pautas Básicas de Seguimiento a Largo Plazo y sus grupos de trabajo asociados).

Para pacientes con cáncer (si son niños, sus padres o tutores legales): Consulte a un médico u otro proveedor de la salud calificado si tiene preguntas sobre una afección médica y no se base en el Contenido Informativo. Children's Oncology Group es una organización de investigación y no proporciona atención ni tratamiento médico individualizado.

Para médicos y otros proveedores de atención médica: El Contenido Informativo no está destinado a sustituir su juicio clínico independiente, asesoramiento médico ni a excluir otros criterios legítimos para la selección, el asesoramiento médico o la intervención para complicaciones específicas del tratamiento contra el cáncer infantil. El Contenido Informativo tampoco pretende excluir otros procedimientos de seguimiento alternativos razonables. El Contenido Informativo se proporciona como cortesía, pero no como única fuente de orientación para la evaluación de los sobrevivientes al cáncer infantil. Children's Oncology Group reconoce que las decisiones específicas de atención al paciente le corresponden al paciente, a la familia y al proveedor de atención médica.

El Contenido Informativo, Children's Oncology Group o una parte afiliada o un miembro de Children's Oncology Group no avalan ninguna prueba, producto o procedimiento específicos.

Ausencia de alegaciones de exactitud o integridad: Aunque *Children's Oncology Group* ha hecho todo lo posible por garantizar que el Contenido Informativo sea preciso y completo a partir de la fecha de publicación, no se ofrece ninguna garantía o declaración, expresa o implícita, en cuanto a la exactitud, confiabilidad, integridad, relevancia u oportunidad de dicho Contenido Informativo.

Ausencia de responsabilidad por parte de *Children's Oncology Group* y las partes relacionadas/acuerdo de indemnización e indemnidad para *Children's Oncology Group* y las partes relacionadas: Ni *Children's Oncology Group* ni ninguna parte afiliada o miembro de este asume ninguna responsabilidad por daños derivados del uso, la revisión o el acceso al Contenido Informativo. Usted acepta los siguientes términos de indemnización: (i) las "Partes Indemnizadas" incluyen a los autores y colaboradores del Contenido Informativo, todos los funcionarios, directores, representantes, empleados, agentes y miembros de *Children's Oncology Group* y las organizaciones afiliadas; (ii) al utilizar, revisar o acceder al Contenido Informativo, usted acepta, a su cargo, indemnizar, defender y mantener indemne a las Partes Indemnizadas de cualquier pérdida, responsabilidad o daño (incluidos los gastos y honorarios de los abogados) derivados de cualquier reclamo, acción legal, litigio, procedimiento o demanda relacionados con o derivados del uso, la revisión o el acceso al Contenido Informativo.

Derechos de propiedad: El Contenido Informativo está sujeto a protección en virtud de la ley de derechos de autor y otras leyes de propiedad intelectual en los Estados Unidos y en todo el mundo. *Children's Oncology Group* conserva derechos de autor exclusivos y otros derechos personales y reales sobre el Contenido Informativo y reclama todos los derechos de propiedad intelectual disponibles en virtud de la ley. Por la presente, usted acepta ayudar a *Children's Oncology Group* a asegurar todos los derechos de autor y derechos de propiedad intelectual en beneficio de *Children's Oncology Group* mediante la adopción de medidas adicionales en un momento posterior, lo que podría incluir la firma de consentimientos y documentos legales y limitar la difusión o reproducción del Contenido Informativo.