

Impacto del estrés sobre los factores de riesgo cardiovascular y los hábitos de vida de las mujeres: estudio WAKE UP (an imAging-based cardiovascular risK-rEdUction Program)

Sara Carmen Río Sánchez(1), Elena Virosta Gil(1), Carmen Alonso Casero(2), Samantha Wasniewski(1), David Alonso Rodríguez(3), Pablo Díez Villanueva(4), José Abellán Huerta(5), María Isabel Baños Maturano(5), Carolina Ortiz Cortes(6), Marta Ruiz Lera(7), Lucía Muñoz Prejigueiro(7), Antonio Adeba García(8), Ruth Echeverria Orellana(2), Jorge Solís Martín(9) y Leticia Fernández Friera(1) de (1)Unidad de Imagen Cardiaca Avanzada - Centro Integral de Enfermedades Cardiovasculares. Hospital Universitario HM Montepríncipe, Madrid - España, (2)Instituto de Investigación Sanitaria Hospital 12 de Octubre (imas12), Madrid - España, (3)HM Regla, León - España, (4)Hospital Universitario de la Princesa, Madrid - España, (5)Hospital General Universitario Santa Lucía, Cartagena (Murcia) - España, (6)Hospital Universitario Fundación Alcorcón, Alcorcón (Madrid) - España, (7)Hospital Universitario Marqués de Valdecilla, Santander (Cantabria) - España, (8)Hospital Universitario de Cabueñes, Gijón (Asturias) - España y (9)Hospital Universitario 12 de Octubre, Madrid - España

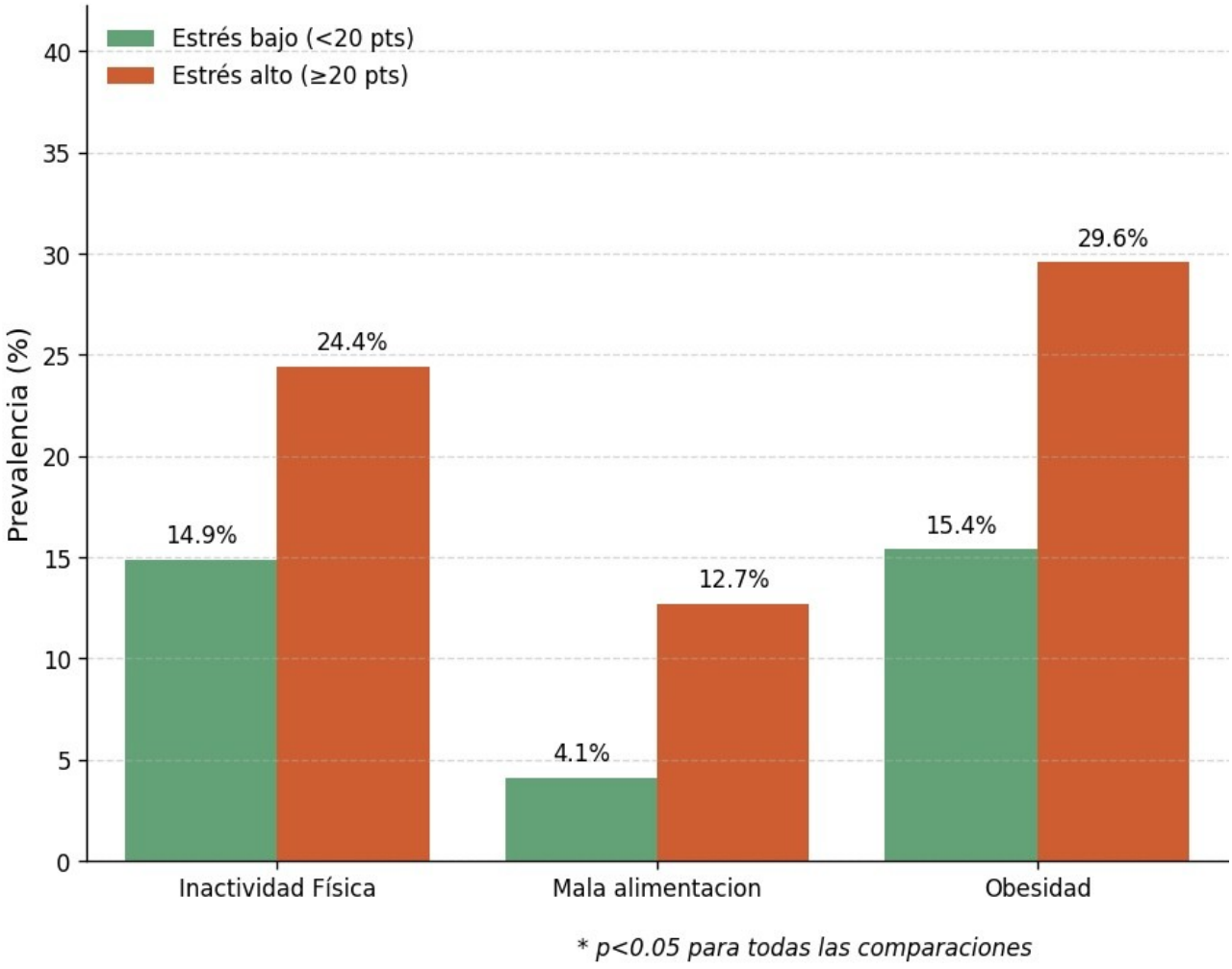
Introducción: El estrés psicosocial es un factor de riesgo cardiovascular (CV) no clásico de creciente relevancia, especialmente en mujeres. Además, podría influir en hábitos de vida no saludables que, mantenidos en el tiempo, pueden conducir al desarrollo de enfermedad CV. El objetivo fue analizar las diferencias en factores de riesgo CV clásicos y no clásicos según el nivel de estrés percibido en la cohorte basal del estudio WAKE UP (an imAging-based cardiovascular risK-rEdUction Program).

Métodos: Análisis transversal de la cohorte del estudio WAKE UP que incluye mujeres asintomáticas de 40-70 años con al menos un factor de riesgo CV. El estrés percibido se midió mediante la escala PSS (Perceived Stress Scale) y se estableció un punto de corte de 20 puntos para definir estrés percibido bajo (EPB) (<20) y estrés percibido alto (EPA) (?20). Se compararon variables clínicas, analíticas y factores de riesgo CV clásicos y no clásicos entre ambos grupos.

Resultados: Se analizaron 408 participantes, de las cuales 195 (47,8%) presentaron EPB y 213 (52,2%) EPA. Las pacientes con EPA eran significativamente más jóvenes (54 vs. 57 años; p=0,003) y con menor proporción de menopausia (67,1% vs. 75,9%; p=0,049). No hubo diferencias en FRCV clásicos, salvo en obesidad (29,6% vs. 15,4%; p=0,002) y antecedentes familiares de enfermedad CV (33,8% vs. 21,5%; p=0,007) (tabla). Sin embargo, las pacientes con EPA presentaron con mayor frecuencia hábitos no cardiosaludables como inactividad física (24,4% vs. 14,9%; p=0,004), mala alimentación (12,7% vs. 4,1%; p=0,009), menor adherencia a la dieta mediterránea (puntuación PREDIMED: p=0,043) (gráfica). Más de la mitad se autoidentificaron como estresadas (51,3% vs. 27,7%; p<0,001).

Conclusiones: En mujeres con factores de riesgo CV, el EPA se asocia a una mayor carga de hábitos de vida perjudiciales, incluyendo inactividad, mala alimentación, menor adherencia a dieta mediterránea y obesidad, lo que

sugiere que el estrés podría actuar como precursor indirecto del riesgo CV. Integrar la evaluación sistemática de la salud mental (y en particular del estrés) en la prevención CV de la mujer de manera precoz, podría permitir intervenciones personalizadas que abordaran estos factores antes de consolidar un riesgo irreversible.



Variables descriptivas de la cohorte.

Variable	Total (n= 408)	Estrés percibido bajo (n=195)	Estrés percibido alto (n=213)	Valor P
Score Estrés	21.00 (15.00–27.00)	14.00 (10.00–18.00)	26.00 (23.00–30.00)	<0.001
Edad	55.00 (50.00–62.00)	57.00 (51.00–63.50)	54.00 (49.00–59.00)	0.003
Hemoglobina glicosilada	5.50 (5.30–5.70)	5.50 (5.30–5.80)	5.50 (5.40–5.70)	0.632
Colesterol total	206.18 (34.85)	204.18 (35.28)	207.88 (33.20)	0.427
LDL	122.14 (32.10)	120.12 (31.36)	124.27 (30.82)	0.328
Proteina C reactiva	1.30 (0.40–5.40)	1.02 (0.30–3.63)	1.29 (0.49–6.90)	0.125
Ferritina	67.00 (33.00–109.00)	63.45 (29.75–113.22)	67.50 (36.50–105.50)	0.917
Problemas en el embarazo	63 (13.4%)	27 (13.8%)	27 (12.7%)	0.891
Hipertensión	115 (24.4%)	47 (24.1%)	51 (23.9%)	1
Colesterol	289 (61.2%)	125 (64.1%)	123 (57.7%)	0.293
Diabetes	19 (4.0%)	5 (2.6%)	10 (4.7%)	0.236
Tabaco	102 (21.6%)	35 (17.9%)	48 (22.5%)	0.113
Inactividad Física	101 (21.4%)	29 (14.9%)	52 (24.4%)	0.004
Mala alimentacion	38 (8.1%)	8 (4.1%)	27 (12.7%)	0.009
Estres	196 (41.5%)	54 (27.7%)	114 (53.5%)	<0.001
Obesidad	106 (22.5%)	30 (15.4%)	63 (29.6%)	0.002
Menopausia	328 (71.0%)	148 (75.9%)	143 (67.1%)	0.049
Puntuación predimed	8.00 (7.00–9.00)	8.00 (7.00–10.00)	8.00 (7.00–9.00)	0.043

Los valores se expresan en n(%) o Mediana (rango intercuartílico). *Problemas en el embarazo: preeclampsia, eclampsia y/o diabetes gestacional.