

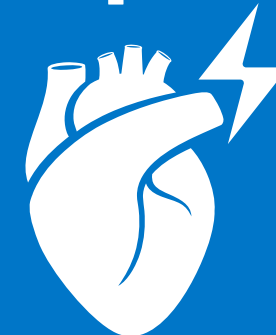
Proteína C-reactiva y enfermedad cardíaca

La **proteína C-reactiva (PCR)** es una proteína que produce el cuerpo. Medir la PCR es una forma de identificar la inflamación.

La inflamación es la respuesta natural del cuerpo ante lesiones, infecciones y ciertas afecciones. Nos ayuda a sanar. Pero la inflamación a largo plazo (crónica) puede ser perjudicial.

La cantidad de PCR en sangre aumenta cuando hay inflamación.

Un nivel elevado de proteína C-reactiva (PCR) se asocia con un riesgo tres veces mayor de tener un ataque al corazón.

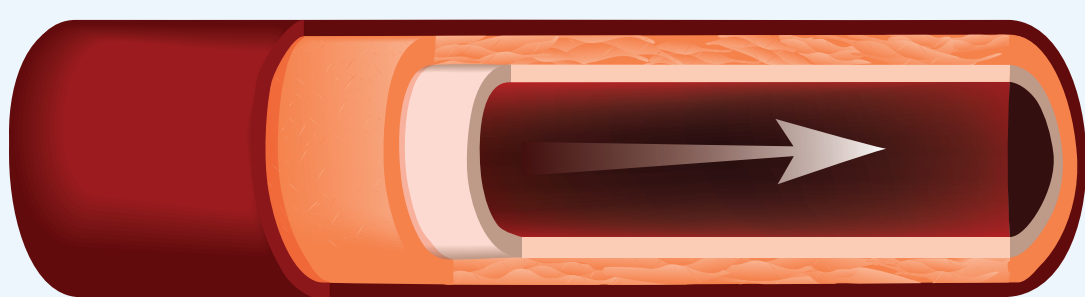


Los niveles elevados de PCR pueden acelerar la aparición de enfermedades cardíacas.

Se ha relacionado con una mayor probabilidad de padecer:

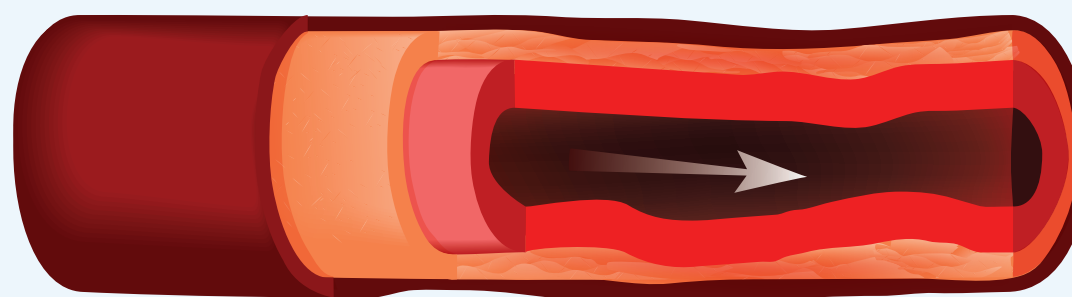
- Daños y estrechamiento de las arterias (enfermedad cardíaca)
- Ataque al corazón
- Accidente cerebrovascular
- Enfermedad arterial periférica

Arteria normal



Flujo sanguíneo normal

Arteria con inflamación



Flujo sanguíneo reducido

¿Cómo se mide la PCR?

Un sencillo análisis de sangre llamado proteína C-reactiva de alta sensibilidad (PCR-as) puede detectar niveles muy bajos de PCR en la sangre.

Pregunte sobre la posibilidad de que le hagan una prueba de PCR. Al igual que el colesterol, la PCR ayuda a predecir la probabilidad (riesgo) de desarrollar una enfermedad cardíaca.

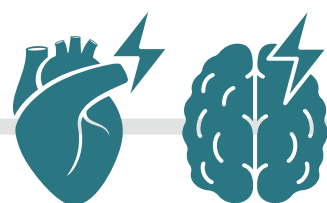
Lo que significa para las enfermedades cardíacas

Resultado	Nivel de RCP-as (mg/l)	Riesgo
Superior a 3,0	Superior a 3,0	Riesgo alto
1,0 a 3,0	1,0 a 3,0	Riesgo medio
Inferior a 1,0	Inferior a 1,0	Riesgo bajo

Se recomienda utilizarlo junto con otras pruebas:

PCR-as + prueba de colesterol + Lp(a), para algunas personas

➔ Ofrece una mejor perspectiva de su riesgo.



Qué puede hacer

Hable con su médico. Ciertas afecciones como la diabetes, la artritis reumatoide o el lupus también pueden elevar los niveles de PCR. Puede reducir su PCR y el riesgo de padecer enfermedades cardíacas si toma las siguientes medidas:



Comer alimentos saludables para el corazón



Moverse más (caminar cuenta)



Perder peso, si es necesario



No fumar



Consultar sobre estatinas y otros medicamentos antiinflamatorios

Para obtener más información, visite CardioSmart.org/Atherosclerosis

@ACCinTouch #CardioSmart

