

Parte III

Adenda

Bibliografía

- **ÁLVAREZ, R. J.:** *Para salir del laberinto: cómo pensamos, sentimos y actuamos*, Bilbao, Sal Terrae, 1998.
- **ARANCETA BARTRINA, J.:** *Dieta y riesgo cardiovascular: estudio Dorica II*, Editorial Médica Panamericana, 2007.
- **BALLESTER, R., y GIL LLARIO, M. D.:** *Habilidades sociales*, Madrid, Síntesis, 2002.
- **BAYES DE LUNA, A.:** *Electrocardiografía clínica*, Madrid, Elsevier, 1996.
- **BISQUERRA, R.:** “Educación emocional y competencias básicas para la vida”, en *Revista de Investigación Educativa*, 21 (1), págs. 7-43, 2003.
- **BOTELLA, M., et al.:** *Realización de un ECG. Cuidados auxiliares de enfermería. Cuadernillo de técnicas básicas de enfermería*, Santa Cruz de Tenerife, Gobierno de Canarias, Consejería de Educación, Cultura y Deportes, pág. 43, 2002.
- **BOUGNOUX, D.:** *Introducción a las Ciencias de la comunicación*, Buenos Aires, Nueva Visión, 1999.
- **BROTONS CUIXART, C.:** *Factores de riesgo de la enfermedad cardiovascular*, Madrid, Doyma, 1991.
- **BUENO PALOMINO, A. M., y BUCETA, J. M.:** *Tratamiento psicológico después del infarto de miocardio: estudios de caso*, Madrid, Dykinson, 1997.
- **CABALLO MANRIQUE, V.:** *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*, Madrid, Siglo XXI, 2002.
- **CAMPILLO ÁLVAREZ, José Enrique:** *El mono obeso*, Ed. Drakontos, 2004.
- **CASTANYER MAYER-SPIESS, Olga:** *La asertividad, expresión de una sana autoestima*, Bilbao, Desclée de Brouwer, 1996.

- **CASTILLO MARTÍNEZ, L., y OREA TEJEDA, A.:** *Nutrición y prevención cardiovascular. Como lograr vivir bien para vivir*, McGraw-Hill Interamericana de México, 2006.
- **CASTILLO SÁNCHEZ, T.:** *El corazón de las mujeres. Enfermedades más frecuentes y su tratamiento*, Congreso de las enfermedades cardiovasculares, Sociedad Española de Cardiología; Málaga, octubre de 2006, 18-21.
- **CASTRO BEIRAS, A.:** *Enfermedad cardiovascular en la mujer*, Masson, 2000.
- **CAVERO, A.:** *Post-menopausia y enfermedad cardiovascular*, Springer Ibérica, 1998.
- **CORTINA LLOSA, A.:** "Cardiología. Examen clínico del sistema cardiovascular", en FARRERAS, P., y ROZMAN, C.: *Medicina Interna*, Barcelona, Elsevier, 15.ª ed., págs. 427-48, 2004.
- **D'ALESSANDRO, M. A., y SUTIL, R., A.:** *Manual de Electrocardiografía, Parte I*, Nueva Física, 1999.
- **DE PABLO ZARZOSA, C.:** *Rehabilitación cardíaca: vuelta al trabajo*, Mapfre Medicina, 1996.
- **ESTANQUEIRO, A.:** *Principios de comunicación interpersonal. Para saber tratar con las personas*, Narcea, 2006.
- **ESTEVE J., y MITJANS, J.:** *Electrocardiograma. Enfermería. Técnicas clínicas*, Madrid, McGraw-Hill Interamericana, págs. 411-4, 2002.
- **FERNÁNDEZ ABASCAL, E. G., y PALMERO, F.:** *Emociones y salud*, Barcelona, Ariel, 1999.
- **FERNÁNDEZ BERROCAL, P., y RAMOS, N.:** *Corazones inteligentes*, Barcelona, Kairós, 2002.
- **FUSTER, V.:** *Hurst's the Heart*, Mc-Graw Hill, 2008.
- **GABRIEL, R., et al.:** "Prevalencia, distribución y variabilidad geográfica de los principales factores de riesgo cardiovascular en España. Análisis agrupado de datos individuales de estudios epidemiológicos poblacionales: estudio ERICE", en *Revista Española de Cardiología*. 2008, vol. 61, n.º 10, pp. 1030-40.

- **GALDÓN M. J., y ANDREU, Y.:** *El concepto de conducta de enfermedad y sus diferentes campos de aplicación*, Valencia, Promolibro, 1990.
- **GANONG, W.:** *Fisiología médica*, Editorial El manual moderno, 16.^a ed., caps. 28-29, 1998.
- **GERBER, T.:** *Manual de urgencias cardiovasculares*, Informa Health Care, 2007.
- **GOLDBERGER, A. L.:** *Infarto de miocardio*, Harcourt España, 1993.
- **GOLEMAN, D.:** *Inteligencia emocional*, Barcelona, Kairós, 1996.
- **GONZÁLEZ CHÁVEZ, A., et al.:** *Síndrome metabólico y enfermedad cardiovascular. Libros I y II*, Intersistemas, 2003.
- **GURFINKEL, E.:** *La enfermedad coronaria*, Journal, 2008.
- **GUYTON, A. C.:** *Tratado de fisiología médica*, McGraw-Hill Interamericana, 9.^a ed., 1992.
- **HABERMAS, J.:** *Acción comunicativa y razón sin trascendencia*, Paidós, 2002.
- *Hábitos de vida*, Campaña de Concienciación sobre Riesgo Cardiovascular, 2008.
- **HENNESSEY, Iain, y JAPP, Alan:** *Arterial blood gases made easy*, Churchill Livingstone, 2008.
- **HOLFORD, P.:** *Di no a las enfermedades cardiovasculares*, Idea Books, 2005.
- **KOTSEVA, K.:** “Políticas preventivas globales. Estrategias a escala europea y mundial”, en *Revista Española de Cardiología*. 2008, vol. 61, n.º 9, pp. 960-70.
- **MADRID CONESA, Juan:** *Evita el infarto. Tú puedes*, Arán, 2005.
- **MANZUR, F.:** *Cuida tu corazón, vive mejor*, Distribuna, 2008.
- **MATA MOLINA, F., et al.:** “Emocionalmente inteligente”, en *Revista Calidad Empresarial*, Edición Corporación Calidad, 2000.

- **MENDOZA, F.:** *Urgencia cardiovascular: manual diagnóstico y tratamiento*, Distribuna, 2006.
- **MINISTERIO DE SANIDAD Y CONSUMO:** *Guía del enfermo coronario*, Madrid, 2006.
- **MOGILEVSKY, A.:** *Para alejar el infarto. 25 años de rehabilitación de cardíacos*, Intermédica, 1999.
- **MOHRMAN, D.:** *Fisiología cardiovascular*, McGraw-Hill, 2007.
- **MUSITU G., et al.:** *Psicología de la comunicación humana*, Lumen, 1993.
- **NOGUER, L., y BALCELLS, A.:** *Exploración clínica práctica. Preliminares anatomo-clínicos*, Barcelona, Masson, págs. 25-44, 2000.
- **OREA TEJEDA, A.:** *Factores de riesgo cardiovascular e insuficiencia cardíaca*, Interamericana, 2005.
- **OTERO, E., y LÓPEZ, R.:** *Manual de teoría de las comunicaciones*, CPU, 1994.
- **PALMERO, F., y CODINA, V.:** *Trastornos cardiovasculares. Influencia en los procesos emocionales*, Valencia, Promolibro, 1996.
- **PÉREZ GONZÁLEZ, J. C.; PETRIDES, K. V., y FURNHAM, A.:** “La medida de la inteligencia emocional”, en MESTRE, J. M., y FERNÁNDEZ-BERROCAL, P.: *Manual de inteligencia emocional*, Madrid, Pirámide, págs. 81-97, 2007.
- **PÉREZ JARAUTA, M. J., y ECHAURI OZCOIDI, M.:** *En la madurez... Guía educativa para promover la salud de las mujeres*, Fondo de publicaciones del Gobierno de Navarra, 1996.
- **PÉREZ MORENO, Bárbara:** *Infarto de miocardio*, Formación Alcalá, 2006.
- **PERK, J.:** *Cardiovascular prevention and rehabilitation*, Springer, 2007.
- **REPETTO, E.:** *Programa de orientación y formación en competencias socioemocionales (FOSOE)*, Madrid, 2008.

- **ROCA, Elia:** *Cómo mejorar tus habilidades sociales: programa de asertividad, autoestima, e inteligencia emocional*, Valencia, ACDE Psicología, 2004.
- **RODRÍGUEZ, L.:** *Cardiología*, Aula Médica, 2008.
- **SALCEDO J. C.:** “Aplicaciones prácticas del ECG (conducción y ritmo)”, en Espinàs, J., et al.: *Guía de actuación en atención primaria*, Barcelona, semFYC, 2.ª ed., págs. 1637-50, 2002.
- **SEMERGEN (Área Cardiovascular):** *Factores de riesgo cardiovascular*, en www.semergen.es, 2005.
- **SHADE, B.:** *ECG de bolsillo*, McGraw-Hill, 2008.
- **SHUMAN, R.:** *Vivir con una enfermedad crónica: una guía para pacientes, familiares y terapeutas*, Barcelona, Paidós, 1996.
- **SOCIEDAD ESPAÑOLA DE MEDICINA DE FAMILIA Y COMUNITARIA PORTAFERRISSA:** *Grupo de Trabajo de Prevención Cardiovascular*, Barcelona, 2003.
- **STEINER, C.:** *La educación emocional*, Barcelona, Javier Vergara, 2002.
- **TAVELLA, Marcelo:** “Trans fatty acid content of a selection of foods in Argentina”, en *Food Chemistry*. 2000; 69, pp. 209-213.
- **TOPOL, E. J.:** *Tratado de medicina cardiovascular*, Lippincott, 2008.
- **TORRES, J.:** *Manejo del paciente cardíaco, para médicos de atención primaria*, Eduforma, 2008.
- **TREVITHICK, P.:** *Habilidades de comunicación e intervención social: manual práctico*, Narcea, 2002.
- **VELASCO, J. A., et al.:** “Guías de práctica clínica de la Sociedad Española de Cardiología en prevención cardiovascular y rehabilitación cardíaca”, en *Revista Española de Cardiología*, número 8, 2000.
- **VERDUGO, M. A.:** *PHS: programa de habilidades sociales, programas conductuales alternativos*, Salamanca, Amarú, 2003.

- **VV. AA.:** “Factores de riesgo cardiovascular”, en *Nutrición y dietética*, 2007.
- **VV. AA.:** *Las enfermedades cardiovasculares y sus factores de riesgo en España: hechos y cifras. Informe SEA 2007*, Sociedad Española de Arteriosclerosis, 2007.
- **WATZLAWICK, P.:** *Teoría de la comunicación humana*, Barcelona, Herder, 2002.
- **WEINDRUCH, Richard:** “Restricción calórica y envejecimiento”, en *Investigación y Ciencia*, 11, págs. 82-89, 2006.

Recursos en línea

Organizaciones especializadas

Sociedad Española de Cardiología
www.secardiologia.es

Academia Internacional de Cardiología
www.cardiologyonline.com

Sociedad Americana del Corazón
<http://www.americanheart.org/> (inglés)
<http://es.aha.drtango.com/presenter.jhtml?identifier=3053186>
(español)

Fundación Hipercolesterolemia Familiar
<http://www.colesterolfamiliar.com/>

Sociedad Española de Hipertensión
<http://www.seh-lelha.org>

Sociedad Española de Arteriosclerosis
<http://www.searteriosclerosis.org>

Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición
www.aesan.msc.es

Acceso en línea Salud Nueva York
<http://www.noah-health.org/es/blood/disease/>

Atención primaria en la red
<http://www.fisterra.com/index.asp>

Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria
www.semfyc.es

Recursos para los pacientes

Fundación Española del Corazón
<http://www.fundaciondelcorazon.com/>

CDoc: Centro de Documentación para Pacientes
<http://www.webpacientes.org/cdoc/>

Web Pacientes

<http://www.webpacientes.org>

Salud Vascular

<http://www.saludvascular.es/>

Centros para Control y Prevención de Enfermedades
(CDC de Estados Unidos)

<http://www.cdc.gov/spanish/>

MedLine Plus

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/heartdiseases.html>

Enfermedades cardíacas

<http://www.botanical-online.com/medicinalscor.htm>

Mimi.hu

http://es.mimi.hu/medicina/enfermedades_del_corazon.html

Univisión: cardiopatías

<http://www.univision.com/content/content.jhtml?cid=1127787>

Tu otro médico: infarto de miocardio

<http://www.tuotromedico.com/temas/infarto.htm>

Merck Sharp & Dohme

<http://www.msd.es>

Salud Cardiovascular

www.saludcardiovascular.com

Fundación para la Diabetes

www.fundaciondiabetes.org

Comité Nacional para la Prevención del Tabaquismo

www.cnpt.es

Médicos y pacientes

www.medicosypacientes.com

Medios de comunicación

AZ Prensa (Información Salud / Cardiovascular)

www.azprensa.com

El Mundo Salud

<http://elmundosalud.elmundo.es/elmundosalud/index.html>

Nutrar: prevención y salud plena

<http://www.nutrar.com/>

Saludalia

www.saludalia.com

Canal Corazón

<http://salud.medicinatv.com/canales/corazon.asp>

Instituciones nacionales e internacionales

Ministerio de Sanidad y Consumo: protección de la salud

<http://www.msc.es/ciudadanos/proteccionSalud/home.htm>

Ministerio de Medio Ambiente y Medio Rural y Marino

www.marm.es

Salud UE: portal de salud de la Unión Europea

http://ec.europa.eu/health-eu/index_es.htm

Organización Mundial de la Salud: enfermedades cardiovasculares

http://www.who.int/topics/cardiovascular_diseases/es/

Ministerio de Agricultura

www.alimentacion.es

Glosario de términos

Adherencia al tratamiento: Implicación activa y de colaboración voluntaria del paciente en un curso de comportamiento aceptado de mutuo acuerdo, con el fin de producir un resultado preventivo o terapéutico deseado, y no la simple obediencia al seguir determinadas instrucciones y prescripciones médicas.

Adrenalina: Hormona de acción, secretada por las glándulas suprarrenales en respuesta a una situación de peligro. Entre los efectos en el organismo está el aumentar la concentración de glucosa en sangre.

Apoyo emocional: Espacio de escucha, seguridad y apoyo en el que las personas pueden expresarse libremente.

Arterias coronarias: Arterias que aportan flujo sanguíneo al corazón; son dos, las arterias coronarias derecha e izquierda.

Arteriosclerosis: Sucede cuando las arterias coronarias que suministran sangre al corazón se endurecen y se estrechan, perdiendo elasticidad; se debe a la acumulación de colesterol y otros materiales (placa) en la capa interna de las paredes de la arteria. Obstruye parcial o totalmente el flujo sanguíneo al corazón. Si la obstrucción es total se produce una angina de pecho o un infarto agudo de miocardio. También puede contribuir al desarrollo de insuficiencia cardíaca o arritmias.

Asertividad: Habilidad social que nos permite defender nuestras ideas, opiniones y/o sentimientos sin agredir a los demás, ni sentirnos agredidos.

Aterosclerosis: Formación de la placa de ateroma en el interior de los vasos sanguíneos, que produce inevitablemente endurecimiento de las arterias y dificulta el paso de la sangre.

Autocontrol: Capacidad que nos permite reconocer y sentir las emociones, para cambiarlas hacia donde deseamos.

Axioma: Enunciado básico que se establece sin necesidad de ser demostrado.

Calidad de vida: Bienestar, felicidad y satisfacción de una persona.

Competencias: Conjunto de conocimientos, habilidades, disposiciones y conductas que posee una persona, que le permiten la realización exitosa de una actividad.

Competencias sociales: Aptitudes necesarias para tener un comportamiento adecuado y positivo que permita afrontar eficazmente los retos de la vida diaria.

Confianza personal: Supone el convencimiento de que somos capaces de realizar con éxito una determinada tarea o bien elegir la mejor alternativa cuando se presenta un problema.

Dislipemia: Cualquier alteración en los niveles normales de lípidos plasmáticos, fundamentalmente colesterol y triglicéridos. Es uno de los principales factores de riesgo de enfermedad cardiovascular.

Estrés: Respuesta adaptativa del organismo para lograr hacer frente a las demandas del ambiente, de la vida diaria... Incluye un conjunto de reacciones emocionales, cognitivas, fisiológicas y de comportamiento.

Identidad personal: Se refiere a las ideas que tenemos de cómo somos y cómo nos ve el mundo.

Incidencia: Número de casos nuevos de una enfermedad en un período de tiempo determinado.

Inteligencia emocional: Capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos.

Mediación: Proceso en el cual una tercera persona, neutral, facilita la resolución de un problema al promover y procurar un acuerdo voluntario entre los implicados.

Morbilidad: Efectos de una enfermedad en una población determinada. Se expresa mediante las tasas de prevalencia e incidencia.

Mortalidad: Término demográfico que designa el número proporcional de muertes en una población y un tiempo determinados.

Motivación: Impulso para la acción. Supone acercarse a aquello que se desea o alejarse de aquello que se detesta.

Placa de ateroma: Sustancias grasas que se van acumulando en las paredes internas de los vasos sanguíneos. Su ruptura causa una obstrucción parcial o total del riego sanguíneo debido a que esas sustancias que formaban la placa de ateroma se convierten en un coágulo.

Prevalencia: Proporción de individuos de un grupo o población que presenta determinada característica o enfermedad en un momento preciso, independientemente de cuándo la contrajeron o desarrollaron. Su valor oscila entre 0 y 1, aunque a veces se expresa mediante porcentaje.

Prevención primaria: Actividades y medidas sanitarias dirigidas a evitar que aparezca determinada enfermedad.

Prevención secundaria: Medidas destinadas a detectar o tratar una enfermedad grave en estadios iniciales o precozmente, para disminuir la tasa de mortalidad.

Relaciones sociales igualitarias: Se refiere a las relaciones sociales no basadas en la dependencia de una persona sobre otra.

Sentimiento o sensación: Parte de las emociones que surge como reacción a un hecho externo o interno y sirve como mecanismo comunicativo afectando al pensamiento y a las acciones de la persona.

