

Prefacio:

En los países desarrollados las enfermedades cardiovasculares son la primera causa de muerte en personas mayores de 40 años, siendo la enfermedad de las arterias coronarias la responsable de esta alta incidencia.

El daño de las arterias del organismo, es consecuencia de la aterosclerosis una patología que se desarrolla en forma crónica y progresiva a través de los años.

Para prevenir estas enfermedades se deben controlar los factores de riesgo de la aterosclerosis como la hipertensión, dislipemia, tabaquismo y sedentarismo. La falta de ejercicio o sedentarismo, ha sido demostrado que es un factor de riesgo mayor e independiente para el desarrollo de enfermedades cardiovasculares. Estos factores están estrechamente relacionados con un estilo de vida no saludable y la actividad física es un fuerte estímulo para modificar y controlar otros factores de riesgo.

También la actividad física en los jóvenes es de gran importancia para mantener la salud

cardiovascular y el bienestar psico-físico, debiéndose motivar a la práctica de la misma. Pero también los profesionales de la salud debemos conocer las recomendaciones para la prescripción de la actividad física, para evitar que la misma deje de ser benéfica y produzca daños como la progresión de alguna enfermedad cardiovascular subyacente o la ocurrencia de una muerte súbita.

El desarrollo de la rehabilitación cardíaca ha permitido la reducción de la mortalidad del 25% en pacientes post infarto de miocardio, pero también se han beneficiados otros grupos como las mujeres, los ancianos y aquellos con insuficiencia cardíaca. Nuevas evidencias muestran la actividad física como una herramienta de terapia en anginosos crónicos superior a la angioplastia.

El objetivo de este libro de "Cardiología del Ejercicio" es estudiar los aspectos cardiológicos y las enfermedades cardíacas relacionada con la actividad física y el deporte.

Para organizar esta edición se tuvo en cuenta los siguientes aspectos: enfatizar la importancia de la prevención, sintetizar y actualizar los conocimientos y orientar a los profesionales involucrados con pautas claras y concisas. Este libro está dirigido a médicos cardiólogos, deportólogos, profesores de educación física y kinesiólogos, que estén interesados en profundizar los conocimientos en esta área.

Los diferentes capítulos están relacionados con los beneficios y riesgos de la actividad física, la adaptación cardiovascular fisiológica al ejercicio y las pautas para distinguirlas de las patológicas, las guías de evaluación pre-competitivas, las estrategias de prevención primaria individual y

poblacional, el tratamiento de los enfermos cardiacos a través de la actividad física y la rehabilitación cardiaca y la prevención de la muerte súbita en deportistas.

Todos los capítulos tienen una extensa bibliografía que le permitirá a los interesados profundizar aun mas los diferentes temas.

Los autores agradecen a los colaboradores nacionales y extranjeros integrantes del Comité de Cardiología del Ejercicio de la Federación Argentina de Cardiología, por enriquecer el contexto de este libro y esperamos que la información contenida sea de utilidad para los lectores.