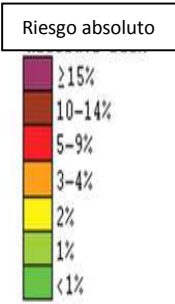


TABLA PARA EL CÁLCULO DE LA EDAD DE LAS ARTERIAS SEGÚN FACTORES DE RIESGO

Mujer no fumadora		Mujer fumadora	PAS	Varon no fumador	Varon fumador	PAS																
Años		Años			Años																	
76	78	80	81	83	85	86	88	90	93	180	80	83	86	89	93	180	92	96	99	103	107	180
72	73	75	77	79	80	81	83	85	87	160	74	76	79	82	86	160	85	88	91	95	99	160
68	69	71	72	74	75	76	78	80	82	140	68	70	73	76	79	140	78	81	84	88	91	140
64	65	67	68	70	70	72	74	76	78	120	63	65	68	70	73	120	72	75	78	81	85	120
70	72	73	75	77	78	79	81	83	85	180	73	76	79	82	85	180	85	88	91	95	98	180
66	67	69	71	72	73	75	76	78	80	160	68	70	73	76	79	160	78	81	84	87	91	160
62	64	65	67	68	69	70	72	74	76	140	63	65	67	70	73	140	72	75	78	81	84	140
59	60	61	63	65	65	66	68	70	71	120	58	60	62	65	68	120	67	69	72	75	78	120
64	65	67	68	70	71	72	74	76	78	180	67	69	72	75	78	180	77	80	83	86	90	180
60	62	63	64	66	67	68	70	71	73	160	62	64	67	69	72	160	71	74	77	80	83	160
57	58	60	61	62	63	64	66	67	69	140	57	59	62	64	67	140	66	68	71	74	77	140
54	55	56	58	59	59	61	62	64	65	120	53	55	57	59	62	120	61	63	66	68	71	120
58	59	60	62	63	64	65	67	68	70	180	60	62	65	67	70	180	69	72	75	78	81	180
55	56	57	58	60	60	61	63	64	66	160	56	58	60	63	65	160	64	66	69	72	75	160
52	53	54	55	57	57	58	59	61	62	140	52	54	56	58	61	140	59	62	64	67	70	140
49	50	51	52	54	54	55	56	58	59	120	48	50	52	54	56	120	55	57	60	62	65	120
46	47	48	49	50	50	51	52	53	55	180	47	49	51	53	55	180	54	56	58	61	63	180
43	44	45	46	47	47	48	49	51	52	160	44	46	47	49	51	160	50	52	54	56	59	160
41	42	43	44	45	45	46	47	48	49	140	41	43	44	46	48	140	47	49	50	52	55	140
39	40	41	42	43	43	44	45	46	47	120	39	40	42	43	45	120	44	45	47	49	51	120



160 200 230 270 300

Colesterol mg/dl

160 200 230 270 300

160 200 230 270 300

160 200 230 270 300

Qué importancia tiene saber la edad de mis arterias.

Como usted sabe para diferentes personas con iguales estilos de vida los factores de riesgo cardiovasculares tienen distinto impacto, es decir, para igual nivel de colesterol y presión arterial, hay quien sufre un infarto o un ACV y otros no. Esta diferentes RESPUESTAS se relacionan con el concepto de **edad de las arterias**.

¿Cómo calcular la edad de mis arterias?

1. Elija la columna de acuerdo a su sexo y condición de fumador/a o no.-
2. Ubique el rectángulo grande que corresponde a su edad en años.-
3. En el rectángulo grande ubique el punto donde coinciden el valor de su colesterol total y su presión arterial sistólica (máxima) el número que se indica es el correspondiente a la **edad de sus arterias**.-
4. El color debe compararlo con la escala de riesgo absoluto y así determinar el porcentaje de riesgo que Usted tiene de sufrir un ataque cardíaco o cerebral dentro de los próximos 10 años para la edad de sus arterias.-