



Infarto Agudo de Miocardio (Ataque al Corazón)

Serie de Educación de Paciente MU

Definición:

En términos comunes, un infarto agudo de miocardio es un ataque cardíaco. Cuando hay un bloqueo del flujo sanguíneo oxigenado hacia una parte de su corazón, dicha parte de su corazón eventualmente se daña y empieza lentamente a morir. Este daño y muerte lenta marcan la aparición de un ataque cardíaco. Aunque son el asesino principal para hombres y mujeres en los Estados Unidos, con el cuidado y atención apropiado, los ataques al corazón pueden ser tratados e inclusive evitados.

CONDICIONES QUE PUEDEN LLEVAR A UN ATAQUE CARDIACO/CAUSAS:

En la mayoría de casos, los ataques al corazón son causados por coágulos de sangre en las arterias coronarias. Las arterias coronarias son vasos sanguíneos que llevan sangre y oxígeno hacia el corazón. Cuando se encuentran coágulos de sangre en estos vasos específicos, el corazón es dejado sin sangre ni oxígeno, dejando morir a las células cardíacas. Uno puede preguntarse qué causa el coágulo - una sustancia cerosa, también conocida como placa, llena las arterias, causando el coágulo. La placa en las arterias se puede acumular por años y eventualmente se romperá y formará un coágulo, bloqueando el flujo de sangre y oxígeno al corazón. Otra causa menos común de un ataque cardíaco es un espasmo de arteria coronaria. En este caso, hay un estrechamiento severo y repentino de un vaso sanguíneo, bloqueando completamente el flujo de sangre y oxígeno al corazón. Ciertos desencadenantes tales como sustancias ilegales, dolor emocional, fumar tabaco y el frío extremo pueden llevar a estos espasmos de las arterias coronarias. Algunos ataques al corazón tienen causas completamente desconocidas y ocurren durante el sueño, descanso, luego de actividad física intensa o después de estar al aire libre en clima frío.

¿QUIÉN TIENE UN ALTO RIESGO DE SUFRIR UN ATAQUE CARDIACO?

Como otras enfermedades y condiciones, hay ciertas personas que por casualidad o por estilo de vida son más propensos a los ataques al corazón. Los factores de riesgo que pueden ser controlados son factores tales como fumar tabaco, estar pasado de peso o ser obeso, tener alta presión arterial o colesterol alto, vivir con una dieta poco saludable, apnea del sueño, falta de actividad física e

hiperglucemia como resultado de la diabetes. Si intenta eliminar estos factores controlables, está en el camino correcto para disminuir su riesgo de un ataque cardíaco. Además de los factores controlables, hay riesgos de ataque cardíaco que no pueden ser evitados, tales como la edad y una historia familiar de ataques al corazón. Después de los 55 años para mujeres y 45 para hombres, los ataques al corazón se vuelven cada vez más probables. Su historial familiar de ataques al corazón también puede representar un riesgo mayor. **¡Por lo tanto, si usted tiene esta condición en su familia, debe estar tomando medidas de precaución!**

SEÑALES/SÍNTOMAS:

La experiencia de ataque al corazón varía de persona a persona. Puede haber dolor insoportable y para retorcerse, y puede no haber ningún dolor en absoluto, el cual se llama un ataque al corazón silencioso. Pero la mayoría de las víctimas de ataque al corazón experimenta algún tipo de dolor en el pecho. Este dolor puede sentirse como indigestión, como una roca sobre su pecho, un dolor opresivo, una banda de goma apretada alrededor de su corazón, o simplemente una ligera presión. El dolor puede variar de leve a grave. Por lo general, el malestar se produce en el centro o en el lado izquierdo del pecho y dura cinco minutos cada vez. Además del dolor en el pecho, la siguiente es una lista de otros posibles signos de un ataque al corazón:

- Dolor en la parte superior del cuerpo -por lo general en uno o ambos brazos, la mandíbula, el cuello o la espalda o en la parte superior de su abdomen
- Ansiedad
- Tos
- Dificultad para respirar
- Náusea o vómitos
- Mareos repentinos
- Agotamiento o falta de energía
- Ritmo cardíaco acelerado
- Sudores fuertes
- Desmayo
- Piel fría y húmeda

Como se ha mencionado, los síntomas de ataque cardíaco varían entre las víctimas. No todo el mundo experimentará los síntomas mencionados anteriormente, por lo que es importante prestar atención a su cuerpo y actuar rápido. Es **extremadamente** importante saber que un ataque cardíaco es una emergencia médica grave. Si usted o alguien a su alrededor está experimentando cualquiera de los síntomas de un ataque al corazón, ¡no lo dude y llame inmediatamente al número de emergencia! **No conduzca usted mismo para buscar atención médica, pues conducir le pone en riesgo a usted y otras personas si su condición empeora. No espere -consiga ayuda tan pronto como sea posible.**



DIAGNÓSTICO/PRUEBAS:

Una vez que llegue a su profesional de la salud, éste le preguntará acerca de su historial médico y realizará un examen físico. Su médico probablemente encontrará respiración anormal, pulso rápido y una posible lectura de alta o baja presión sanguínea. Luego, el médico puede realizar una o más pruebas diagnósticas. Se puede usar un electrocardiograma (ECG) para detectar la actividad eléctrica del corazón. El electrocardiograma muestra los latidos y el ritmo de su corazón con el fin de mostrar signos de un ataque al corazón. Su médico también puede realizar una angiografía coronaria, una prueba que usa un medio de contraste y rayos X específicos para ver el interior de las arterias coronarias. Esta prueba muestra si sus arterias coronarias que transportan oxígeno y sangre al corazón están estrechadas o bloqueadas. Al tener un ataque al corazón, las células cardíacas muertas liberan proteínas en la sangre. Los médicos pueden realizar análisis de sangre para medir la proteína en la sangre, para revelar si hay células cardíacas muertas. Ciertas enzimas del corazón se filtran lentamente a la sangre si su corazón ha sido dañado por un ataque al corazón. Hay inclusive más pruebas que se pueden realizar.

TRATAMIENTO/ATENCIÓN:

Como se mencionó anteriormente, cuando se trata de ataques al corazón, **es fundamental actuar rápido!** Cuanto antes llegue la atención médica, más probabilidades tendrá de limitar o evitar un mayor daño al corazón. Una vez en el hospital, es probable que sea tratado en la sala de emergencias. Allí, usted recibirá inmediatamente algunos de los siguientes tratamientos:

- Se le dará oxígeno para que sus pulmones y corazón no tengan que trabajar tan vigorosamente
- Será conectado a un monitor cardíaco para que su médico pueda monitorear la actividad de su corazón
- Le pondrán una vía intravenosa en las venas para que medicina y otros líquidos puedan entrar rápidamente en su sistema
- Se le puede administrar aspirina para adelgazar la sangre y limitar la coagulación
- Puede recibir tratamiento para aliviar el dolor en el pecho

Después de que se estabilice y se haya confirmado que ha tenido un ataque cardíaco, los médicos van a crear de inmediato un plan para restablecer el flujo sanguíneo al corazón. Dos tratamientos comunes para hacerlo son medicamentos para disminuir los coágulos de la sangre, llamados medicamentos trombolíticos, y la angioplastia.

Medicamentos trombolíticos

Los medicamentos trombolíticos se utilizan para ayudar a disolver o romper los coágulos de sangre que bloquean el flujo de oxígeno y sangre a su corazón. Estos medicamentos son más eficaces cuanto antes se utilicen.

Angioplastia

La angioplastia es un procedimiento que los médicos utilizan para abrir las arterias coronarias bloqueadas o estrechas, permitiendo que la sangre fluya más libremente a su corazón. Un tubo largo y delgado con un dispositivo en forma de globo se inserta a través de un vaso sanguíneo, por lo general en la pierna o en la ingle, hacia la arteria bloqueada. Una vez que éste llega a la arteria, se infla el dispositivo en forma de globo con la esperanza de restablecer el flujo normal de sangre al corazón. También se puede insertar al mismo tiempo en la arteria un stent de malla de metal, para mantener la arteria abierta a largo plazo. Este es generalmente la primera opción de tratamiento del médico, y debe realizarse a pocas horas de la llegada al hospital.

Su médico también puede recetar medicamentos para aliviar el dolor o la ansiedad o para bajar su nivel de colesterol. Además de los tratamientos mencionados anteriormente, hay una gran cantidad de otros medicamentos y procedimientos que pueden ser utilizados para el tratamiento de un ataque cardíaco. ¡Es importante saber que una vez que se le dé de alta del hospital, su tratamiento no ha terminado! Usted puede recibir medicamentos diarios o se le puede indicar que asista a rehabilitación cardíaca para volver a enseñar a los músculos del corazón a trabajar correctamente. Su médico puede incluso sugerir algunos cambios de estilo de vida para controlar su condición y reducir el riesgo de tener otro ataque cardíaco. Éste puede sugerir:

- Una dieta saludable para el corazón
- No fumar
- Mantener un peso saludable para el corazón
- Permanecer activo físicamente
- Rehabilitación cardíaca
- Anticoagulantes para prevenir la formación de coágulos

PREVENCIÓN:

Seguir un plan de prevención es una buena forma de evitar un ataque cardíaco. ¡El seguir este plan no sólo ayuda a mantenerse alejado de un ataque cardíaco, sino que le mantiene saludable y en buena forma! Algunas ideas de cómo prevenir los ataques al corazón son:

- Seguir una dieta saludable para el corazón
 - Surtido de frutas y verduras



Infarto Agudo de Miocardio (Ataque al Corazón)

Serie de Educación de Paciente MU

- Granos enteros
- Carnes magras, aves, pescado
- Frijoles
- Leche sin grasa o baja en grasa
- Baja en grasas saturadas, grasas trans, colesterol, sodio, sustitutos de azúcar, cereales refinados
- Mantener el peso
- Dejar de fumar
- Administrar su presión arterial, nivel de colesterol y azúcar en la sangre
- Hacer ejercicio a un nivel manejable para usted
- Asistir a grupos de apoyo
- Limitar el consumo de alcohol

También es importante mencionar que estas estrategias de prevención son para las personas que han tenido un ataque cardíaco y para las que no lo han tenido. Es fundamental que aquellos que han tenido un ataque cardíaco sigan este plan, porque una vez que se tiene un ataque cardíaco el riesgo de otro es extremadamente alto.

LLAME A SU PROVEEDOR DE ATENCIÓN DE SALUD SI:

¡Recuerde que los ataques al corazón actúan rápido, así que usted también debe hacerlo! Los ataques cardíacos pueden ser disimulados, inclusive silenciosos, por lo que es esencial que se mantenga al tanto de los posibles síntomas y siga un plan de prevención que funcione para usted. Con el fin de superar el ataque, debe llamar inmediatamente a su proveedor de atención de salud o al número de emergencias si usted sospecha que usted o alguien a su alrededor está teniendo un ataque cardíaco.

DESCARGO DE RESPONSABILIDAD:

Medline no practica la medicina, y ninguna información presentada en este sitio web es consejo médico o pretende sustituir al consejo de un médico. Toda la información en este sitio web relacionada con condiciones médicas proviene de fuentes públicamente disponibles.