

PROGRAMA DE EDUCACIÓN A PACIENTE Y FAMILIA

Angina de Pecho

¿QUÉ ES ANGINA?

La angina es una advertencia importante de que tu corazón no está recibiendo suficiente sangre rica en oxígeno para hacer su trabajo. **No es un ataque del corazón**, pero es un síntoma que de no ser atendido puede progresar a un ataque al corazón. Es una sensación dolorosa e incómoda en el pecho, la espalda, el cuello o la mandíbula.

¿QUÉ CAUSA LA ANGINA?

La angina es un síntoma de enfermedad de las arterias coronarias. Cuando tienes esa enfermedad, los vasos sanguíneos que llevan sangre y oxígeno al corazón están tapados con una sustancia grasa llamada placa. La falta de sangre y oxígeno en el corazón causa la angina. Puede ocurrir por otras condiciones como: aterosclerosis, también llamado endurecimiento de las arterias; válvulas anormales; ritmos cardíacos anormales y anemia.

¿CÓMO SE SIENTE LA ANGINA?

Puedes pensar que la angina es un dolor intenso en el pecho, pero la angina también se puede sentir tan leve como una indigestión o sentirse en distintos lugares de la parte superior de tu cuerpo. **La angina puede sentirse de las siguientes maneras:**

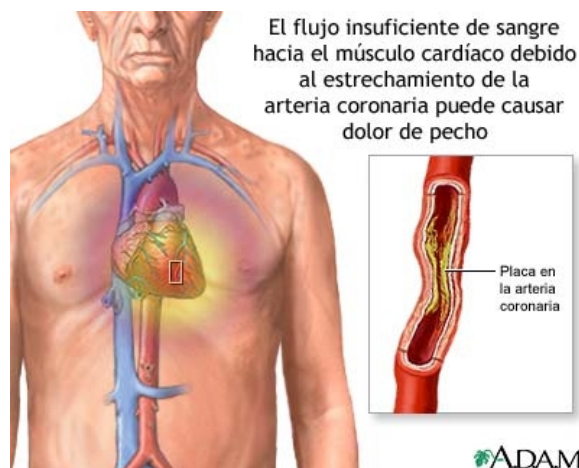
- Pesadez, malestar, entumecimiento
- Dolor o tensión en uno o ambos brazos, codos o muñecas
- Molestia en los hombros, el cuello, la garganta o la mandíbula
- Fatiga, náusea, sudoración, falta de aire o indigestión
- Molestia, pesadez, tensión, presión o ardor en el pecho, la espalda o cerca de ellos

TIPOS DE ANGINA

Angina Estable - suele ser desencadenada por la actividad física. Cuando subes escaleras, realizas ejercicio o caminas, tu corazón demanda más sangre, pero las arterias estrechas disminuyen el flujo sanguíneo.

Angina Inestable - no sigue un patrón. Puede ser nueva u ocurrir con más frecuencia y ser más grave que la angina estable. La angina inestable también puede ocurrir con o sin esfuerzo físico. El descanso o la medicina pueden no aliviar el dolor. Es una señal de que luego podría ocurrir un infarto.

Angina Variable (Prinzmetal) - es poco frecuente y la causa de este tipo de angina es un espasmo de una arteria coronaria. Por lo general, se presenta cuando la persona está en reposo y el dolor puede ser intenso. Este tipo de angina se puede aliviar con medicamentos.



PROGRAMA DE EDUCACIÓN A PACIENTE Y FAMILIA

Angina de Pecho

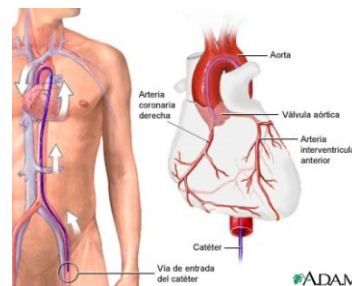
FACTORES DE RIESGO

El riesgo de angina puede aumentar por la edad, el entorno o el trabajo, el historial familiar y genético, el estilo de vida, la raza, el género y otras afecciones médicas. Es importante prestar mucha atención a los siguientes factores: **fumar, alta presión arterial, diabetes, altos niveles de colesterol en la sangre, demasiado estrés, falta de ejercicio, sobrepeso/obesidad.**

PRUEBAS DIAGNÓSTICAS

Para identificar la causa de tu molestia, el médico te tomará tu historial clínico y te hará un examen físico. También, te puede recomendar otras pruebas, tales como:

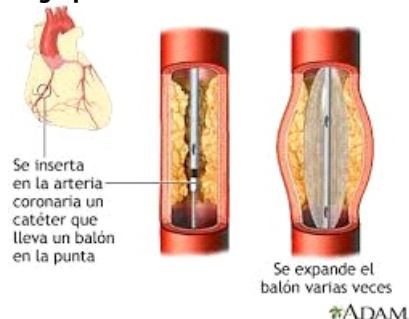
- **Electrocardiograma (EKG):** registra la actividad eléctrica del corazón.
- **Stress Test (Electrocardiograma de esfuerzo):** se te pide que hagas ejercicio en una trotadora o en una bicicleta estacionaria mientras se te toma un electrocardiograma.
- **Ecocardiograma:** muestra la estructura y el movimiento del músculo cardíaco. Indica si el corazón se ha agrandado, si las paredes del músculo cardíaco se han ensanchado, debilitado o si hay problemas con las válvulas.
- **Tomografía Nuclear:** se inyecta en una vena una pequeña cantidad de material radioactivo. El material radioactivo permite a la cámara detectar las partes del corazón que no reciben suficiente sangre debido al estrechamiento, la obstrucción o el daño en las arterias.
- **Cateterismo Cardíaco:** por un vaso sanguíneo de la ingle o el brazo, se introduce un tubo largo, delgado y flexible, llamado catéter hasta el corazón. Se inyecta un líquido de contraste a los rayos x y se toman unas radiografías especiales llamadas angiogramas.



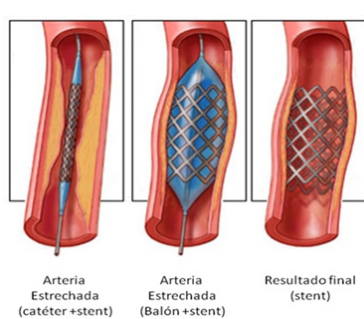
INTERVENCIONES MÉDICAS Y QUIRÚRGICAS

Cuando los medicamentos para la angina no resultan, el médico te puede recomendar una intervención médica o quirúrgica para tratar la enfermedad. Todas las intervenciones necesitan de hospitalización. Tu médico te hablará de los riesgos y beneficios de cualquier intervención que te recomiende. Algunos ejemplos de estas intervenciones son la angioplastia, *stents* y cirugía de coronarias.

Angioplastia

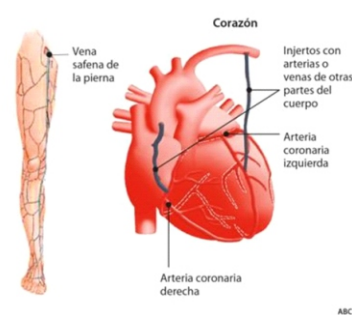
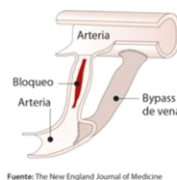


Stent



Bypass coronario

El procedimiento consiste en tomar un vaso sanguíneo sano de una pierna, un brazo o el tórax y unirlo por fuera de las arterias bloqueadas en el corazón



PROGRAMA DE EDUCACIÓN A PACIENTE Y FAMILIA

Angina de Pecho

CUIDADOS PARA TU CORAZÓN

- Sigue una dieta saludable. Consume gran variedad de alimentos integrales altos en fibra, frutas y vegetales. Reduce el sodio y limita el consumo de las grasas.
- Realiza ejercicio para tu corazón. Habla con tu médico sobre que tipo de ejercicio es más conveniente para ti.
- Cumple con tu tratamiento. Toma tus medicamentos según indicado por tu médico.
- Evita el consumo de alcohol.
- Deja de fumar o mantente alejado del humo del cigarrillo, ya que daña las arterias de tu corazón.
- Cumple con tus citas médicas.
- Vacúnate contra la influenza y pulmonía. Pregúntale a tu médico si es conveniente vacunarte.
- Controla el estrés y disfruta tu vida.
- Llama a tu médico sí sientes que tus síntomas están empeorando y no mejoras.
- Si el dolor de pecho dura más que unos minutos y no desaparece cuando descansas o cuando tomas tus medicamentos para la angina, esto podría indicar que estás teniendo un ataque cardíaco. Llama al 9-1-1 inmediatamente.

Para más información: **787-620-4747, ext. 5054**

PROGRAMA DE CITAS

En una sola llamada te coordinamos tu cita médica y/o estudios

Solicitudes son recibidas 24/7

📞 **Llama al 787-653-6060**

✉ **Envía email:** himasanpablocitas@himapr.com

📱 **Por WhatsApp** mensaje al 939-628-7080

TODOS TUS SERVICIOS DE SALUD EN UNA SOLA LLAMADA

Referencias:

American Heart Association (AHS), (July 31, 2016). What is a Heart Attack?.

Recuperado de: <https://www.heart.org/en/health-topics/heart-attack/about-heart-attacks>

Mayo Clinic, (July 29, 2021). Ataque Cardíaco. Recuperado de:

<https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/heart-attack/symptoms-causes/syc-20373106>

National Heart, Lung, and Blood Institute, (s.f.). Ataque Cardíaco.. Recuperado de:

<https://www.nhlbi.nih.gov/health-topics/espanol/ataque-cardiaco>



Hospitales

HIMA-San Pablo

787-653-6060

• himsanpablo.com

