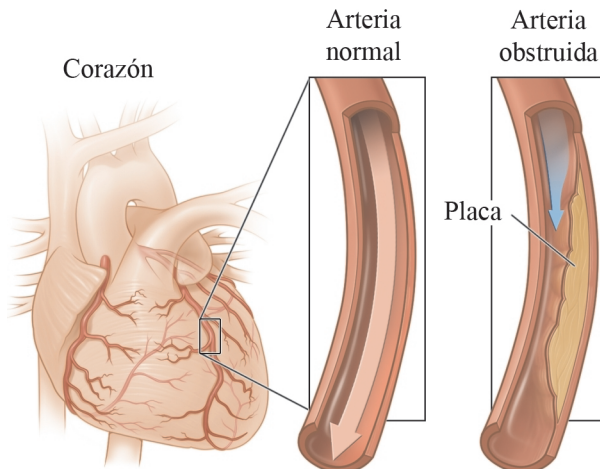


Enfermedad cardíaca: Dolor en el pecho (angina) - [Heart Disease: Chest Pain (Angina)]



El dolor en el pecho causado por el corazón se llama angina. Ocurre cuando el corazón no recibe suficiente sangre.

La angina es causada por la enfermedad de las arterias coronarias (CAD, por sus siglas en inglés), que ocurre cuando se estrechan o se obstruyen los principales vasos sanguíneos que irrigan el corazón. La CAD aumenta el riesgo de tener un ataque al corazón.

Los diferentes tipos de angina incluyen:

- **Angina estable:** Este tipo de dolor en el pecho se puede predecir. Las personas que lo tienen saben cuándo podría ocurrir, como por ejemplo cuando hacen ejercicio o actividades. Éste desaparece cuando descansan o suspenden la actividad.
- **Angina inestable:** Esto es un cambio en el patrón habitual de la angina estable. O puede ser una nueva molestia en el pecho que significa que el flujo de sangre al corazón ha disminuido. En la angina inestable, se presenta dolor en el pecho cuando está usted

en reposo o con poca actividad. Puede ser más dolorosa y durar más tiempo.

- **Angina causada por espasmos de una arteria coronaria:** Este tipo de angina ocurre cuando una arteria coronaria se contrae repentinamente (o tiene espasmos). El espasmo reduce el flujo de sangre al corazón. Si es intenso, un espasmo puede bloquear el flujo de sangre y provocar un ataque al corazón.
- **Angina variante (angina de Prinzmetal):** Este tipo de angina también es causado por un espasmo de una arteria coronaria. Generalmente ocurre cuando se está en reposo y dura de 2 a 5 minutos. Sucede más a menudo por la noche, en las primeras horas de la mañana o a la misma hora del día.

¿Cuál es la diferencia entre la angina y un ataque al corazón?

Con un ataque al corazón y con la angina, parte de su músculo cardíaco no recibe suficiente oxígeno debido a la reducción u obstrucción del flujo de sangre en sus arterias coronarias.

Con la angina, la falta de oxígeno es temporal. No ocurre un daño permanente al corazón. Pero durante un ataque al corazón, la falta de oxígeno es más prolongada y daña el corazón.

Con angina estable, es posible que note el problema sólo cuando su corazón está trabajando más duro y necesita más oxígeno, como por ejemplo durante el ejercicio. El dolor desaparece cuando descansa, debido a que su corazón ya no necesita tanto oxígeno.

Con angina inestable, un coágulo puede estar bloqueando parcialmente una arteria coronaria, o puede bloquearla completamente durante un lapso breve de tiempo. Pero el coágulo se disuelve por sí solo o después de tratamiento

con medicamentos, de tal forma que no ocurre daño permanente al corazón.

Utilice la información a continuación para ayudar a reducir su riesgo de un ataque al corazón.

¿Qué debe hacer en el hogar?

Cambios en el estilo de vida

- Si fuma, deje de hacerlo. Evite el humo de otros. Las personas con enfermedad cardíaca que siguen fumando tienen muchas más probabilidades de morir debido a un ataque al corazón que aquellas que dejan de fumar. Pregúntele a su médico acerca de los programas y medicamentos para dejar de fumar. Pueden aumentar sus probabilidades de dejar de fumar.
- Siga una dieta saludable para el corazón que sea baja en colesterol, grasas saturadas y sal, y rica en fibra. Coma 2 porciones de pescado a la semana (pero no más que eso). Pídale más detalles a su médico o dietista registrado.
- Puede tener relaciones sexuales, pero no tome Viagra, Levitra ni Cialis si está tomando nitroglicerina u otros medicamentos para la angina que contengan nitratos. Estos medicamentos incluyen dinitrato de isosorbida y mononitrato de isosorbida.

Medicamentos

- Si su médico le dio nitroglicerina, manténgala con usted en todo momento y asegúrese de que no haya caducado. Si tiene dolor de pecho, siéntese y descanse, y tome una dosis de nitroglicerina según las indicaciones. Si el dolor de pecho empeora o no mejora dentro de 5 minutos, **llame al 911** de inmediato.
- Si su médico se lo aconseja, tome 1 aspirina de dosis baja (81 mg) diariamente para prevenir un ataque al corazón. Hable con su

médico si tiene otros problemas de salud que podrían impedir que tome la aspirina.

- Tome sus medicamentos según las indicaciones. Llame a su médico si usted piensa que está teniendo problemas con su medicamento.

Actividad

- Hable con su médico acerca de comenzar con un programa de ejercicios. El ejercicio regular reducirá el riesgo de tener un ataque al corazón.
- Si una actividad le provoca angina, deténgase y hable con su médico antes de volver a hacer ejercicio. En la mañana, aumente de manera gradual las actividades. Después de las comidas, descanse o sólo haga ejercicios suaves.
- Si su médico aún no le ha recomendado un programa de rehabilitación cardíaca, pregúntele si es adecuado para usted. La rehabilitación cardíaca consta de ejercicio supervisado, ayuda con los cambios en la dieta y el estilo de vida, y apoyo emocional. Podría reducir su riesgo de tener problemas cardíacos en el futuro.

¿Cuándo debe pedir ayuda?

Llame al 911 en cualquier momento que considere que necesita atención de emergencia. Por ejemplo, llame si:

- Se desmayó.
- Se le ha diagnosticado angina y tiene dolor de pecho que no desaparece con descanso o no mejora a los 5 minutos de haber tomado una dosis de nitroglicerina.
- Tiene síntomas de un ataque al corazón. Estos pueden incluir:
 - Dolor o presión en el pecho, o una sensación extraña en el pecho.
 - Sudoración.
 - Falta de aire.

- Náuseas o vómito.
- Dolor, presión o una sensación extraña en la espalda, el cuello, la mandíbula, la parte superior del abdomen o en uno o ambos hombros o brazos.
- Aturdimiento o debilidad repentina.
- Latidos del corazón rápidos o irregulares.

Después de llamar al 911, es posible que el operador le diga que mastique 1 aspirina para adultos o de 2 a 4 aspirinas de dosis baja. Espere a una ambulancia. No intente conducir usted mismo.

Llame a su médico ahora mismo o busque atención médica inmediata si:

- Tiene dolor de pecho más seguido que lo habitual, incluso si el dolor desaparece cuando descansa o toma nitroglicerina.
- Se siente mareado o aturdido, o siente como si se fuera a desmayar.

