

# Isquemia de las extremidades explicada

Tu sangre lleva oxígeno y nutrientes para mantener tus músculos y tejidos saludables. La isquemia de las extremidades ocurre cuando el flujo sanguíneo a los brazos o piernas se reduce o bloquea. Sin suficiente sangre, pueden desarrollarse síntomas como dolor, entumecimiento y llagas de curación lenta.

## ¿Qué causa la isquemia de las extremidades?

La isquemia de las extremidades es una forma de enfermedad arterial periférica (EAP). La EAP ocurre cuando la acumulación de grasa, llamada placa, estrecha las arterias y ralentiza el flujo sanguíneo. Este engrosamiento o endurecimiento de las arterias se llama aterosclerosis. Con el tiempo, la placa puede romperse y formar un coágulo de sangre, lo que también puede bloquear el flujo sanguíneo a los brazos o piernas.

Otros factores de riesgo para la isquemia de las extremidades pueden incluir los siguientes:

- Enfermedad renal crónica
- Diabetes
- Presión arterial alta
- Colesterol alto
- Tabaquismo
- Movilidad reducida

## ¿Cómo se diagnostica la isquemia de las extremidades?

Tu médico puede usar varios métodos para determinar si estás experimentando isquemia de las extremidades, incluidos los siguientes:

- **Examen físico**
- **Índice tobillo-brazo (ITB):** compara la presión arterial en tu tobillo y brazo
- **Estudios de ultrasonido o Doppler:** verifica el flujo sanguíneo en las arterias
- **Angiografía por tomografía computarizada (TC) o resonancia magnética (RM):** observa imágenes detalladas de los vasos sanguíneos
- **Análisis de sangre:** verifica factores de riesgo como colesterol alto, diabetes, y función renal

## ¿Cuáles son los síntomas de la isquemia de las extremidades?

Los síntomas pueden incluir los siguientes:

- Manos, pies o piernas frías
- Dolor o ardor en los pies o dedos de los pies
- Dolor, calambres o fatiga en las piernas que comienzan o empeoran con el ejercicio y se detienen con el descanso, conocido como claudicación
- Entumecimiento o debilidad en las manos, pies o piernas
- Pulso débil o inexistente en las piernas o pies
- Llagas o heridas en los pies o piernas que sanan lentamente o no sanan
- Cambios en el color de la piel o pérdida de cabello en las piernas o pies
- Engrosamiento de las uñas de los pies

## ¿Cómo se trata la isquemia de las extremidades?

El tratamiento de la isquemia de las extremidades depende de la gravedad y se enfoca en mejorar el flujo sanguíneo y prevenir complicaciones. Tu médico creará un plan personalizado que puede incluir:

**Cambios en el estilo de vida:** dejar de fumar, hacer ejercicio según lo recomendado, comer una dieta saludable para el corazón, y manejar tu presión arterial, colesterol y azúcar en la sangre

**Medicamentos:** tomar medicinas para prevenir coágulos, reducir la presión arterial y bajar el colesterol

### Procedimientos y cirugía:

- **Angioplastia y colocación de stents:** abre las arterias bloqueadas
- **Cirugía de bypass:** redirige la sangre alrededor de las arterias bloqueadas
- **Amputación de extremidades:** solo si la muerte del tejido es severa y otros tratamientos fallan



### Estamos aquí para ayudarte

Tu equipo de atención puede responder tus preguntas sobre la isquemia de las extremidades. Busca el apoyo que necesitas.