

Entendiendo el ataque al corazón

Un ataque al corazón ocurre cuando el flujo de sangre hacia tu corazón se bloquea. Es importante conocer las señales de advertencia para que puedas recibir tratamiento rápidamente y ayudar a prevenir daños a tu corazón.

¿Qué sucede durante un ataque al corazón?

Durante un ataque al corazón, también llamado infarto de miocardio, la sangre no puede llegar a una parte de tu corazón, generalmente debido a una arteria bloqueada. Esto causa daño al músculo cardíaco porque no recibe el oxígeno y los nutrientes que necesita. Si no se trata o si el tratamiento se retrasa, esa falta de oxígeno puede debilitar el músculo cardíaco. En casos graves, los ataques al corazón pueden llevar a la muerte.

¿Qué causa un ataque al corazón?

La mayoría de las veces, un ataque al corazón ocurre cuando la placa (compuesta de grasa, colesterol y otras sustancias) se acumula en las arterias. Con el tiempo, esta acumulación puede agrietarse o romperse, lo que se llama ruptura. Cuando eso sucede, puede formarse un coágulo de sangre que bloquea el flujo sanguíneo al corazón.

Otras causas pueden incluir:

- Espasmos de una arteria coronaria (contracción temporal de la arteria)
- Presión arterial muy alta
- Un coágulo de sangre o aire que viaja desde otra parte del cuerpo que bloquea una arteria coronaria
- Un desgarramiento en una arteria coronaria, llamado disección, que bloquea el flujo sanguíneo
- Ciertas condiciones médicas que afectan el corazón o los vasos sanguíneos

¿Cuáles son los síntomas de un ataque al corazón?

Los principales síntomas de un ataque al corazón son:

- Una sensación de presión, opresión, plenitud o dolor en el centro o el lado izquierdo del pecho que dura más de unos minutos, o que desaparece y regresa
- Sentirse Sensación de débildebilidad, mareadomareo, desmayado desmayo o sudar frío
- Dolor o malestar en la mandíbula, el cuello o la espalda
- Dolor o malestar en uno o ambos brazos o en los hombros o en la espalda
- Falta de aliento
- Fatiga severa o cansancio sin una razón clara
- Náuseas y/o vómitos
- Indigestión que no se resuelve con antiácidos



No todos estos síntomas pueden estar presentes durante un ataque al corazón. Es posible tener un ataque al corazón sin tener ningún dolor en el pecho. Estos llamados “ataques al corazón silenciosos” son más propensos a ocurrir en mujeres y personas con diabetes.

¿Cómo se diagnostica un ataque al corazón?

Si notas estos síntomas en ti o en alguien más, llama al 911 de inmediato. No conduzcas tú mismo al hospital, y no lles a alguien que sospeches que está teniendo un ataque al corazón al hospital. Cuanto antes llegues a emergencias, más pronto podrás recibir tratamiento para reducir el daño al músculo cardíaco.

En el hospital, los profesionales de la salud diagnosticarán un ataque al corazón usando una combinación de exámenes físicos y pruebas. Estas pueden incluir análisis de sangre y pruebas de imagen como un electrocardiograma (ECG o EKG) y una angiografía coronaria.

¿Cómo se trata un ataque al corazón?

Un ataque al corazón se trata abriendo rápidamente las arterias bloqueadas. Los médicos pueden usar medicamentos para disolver coágulos o bajar la presión arterial. También puedes necesitar un procedimiento para restaurar el flujo sanguíneo, como una angioplastia o una cirugía de baipás.

¿Cómo es la recuperación de un ataque al corazón?

Después de un ataque al corazón, tu cuerpo necesita tiempo para sanar. La recuperación a menudo comienza en el hospital, donde los médicos se aseguran de que tu corazón esté estable y te dan medicamentos para prevenir otro ataque al corazón. Después de ir a casa, puedes tomar medicamentos y hacer cambios saludables como comer bien, hacer ejercicio de manera segura y dejar de fumar. Un programa de rehabilitación cardíaca también puede ayudar a apoyar tu recuperación.

Previniendo futuros ataques al corazón

Puedes reducir tu riesgo de un ataque al corazón al:

- ✓ Comer alimentos saludables para el corazón
- ✓ Mantenerse activo
- ✓ Evitar fumar o usar productos de tabaco
- ✓ Mantener la presión arterial, el colesterol y el azúcar en niveles saludables
- ✓ Tomar medicamentos según lo prescrito
- ✓ Manejar el estrés y dormir lo suficiente



Estamos aquí para ayudar

Tu equipo de atención puede ayudarte a responder tus preguntas sobre los ataques al corazón y cómo prevenirlos. Comunícate con nosotros si necesitas apoyo.