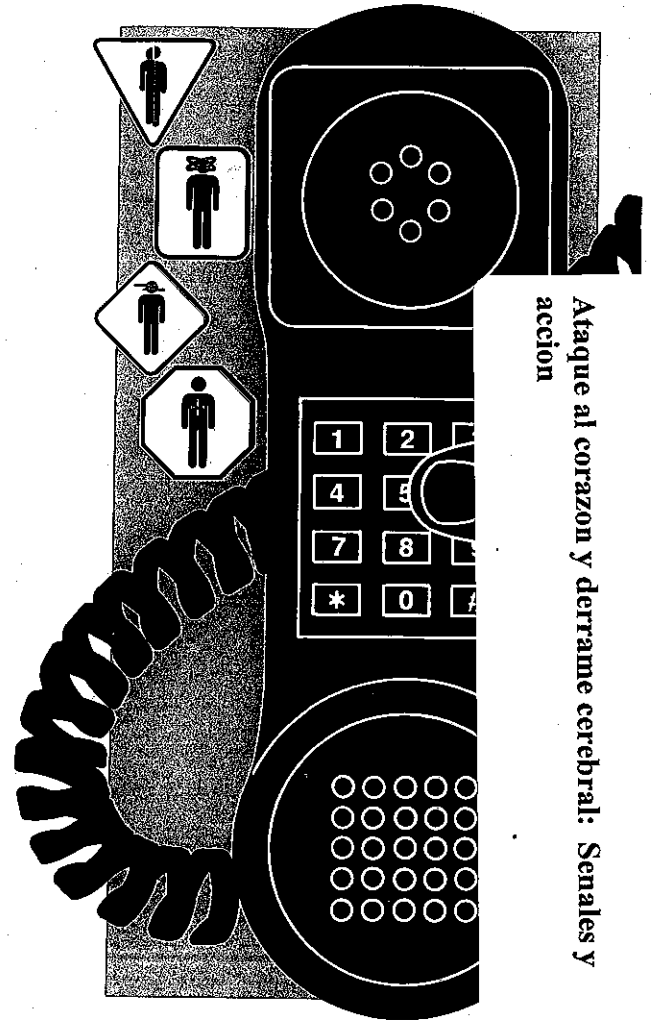


Sus contribuciones a la Asociación Americana del Corazón proveerán fondos para la investigación científica, que hace posibles panfletos como éste.

Para más información sobre el derrame cerebral, comuníquese con el "Stroke Connection" de la Asociación Americana del Corazón al 1-800-553-6321. Puede también llame a su Asociación Americana del Corazón más cercana o al 1-800-AHA-USA1 (1-800-242-8721).

Ataque al corazón y derrame cerebral: Señales y acción



Ataque al corazón y derrame cerebral: Señales y acción

Resource ID#: 3730



National Center
7272 Greenville Avenue
Dallas, TX 75231-4596

impreso en papel reciclado

50-1063 (CP)
6-92
90 07 30 B

Introducción

Hoy en día, las enfermedades cardiovasculares son la causa de más de dos de cada cinco muertes en los Estados Unidos — más de 923,000 de muertes al año. El ataque al corazón, la principal causa de muerte, se lleva casi 480,000 vidas cada año; el derrame cerebral casi 144,000 vidas y está calificado como la tercera causa de muerte.

Aproximadamente 1.5 millones de personas sufren ataques al corazón cada año y unas 500,000 sufren derrames cerebrales, así que la mayoría de los ataques al corazón y de los derrames cerebrales no son fatales. Pero la tragedia es que cada año muchos de los que mueren podrían haber sobrevivido si ellos, o alguien cercano a ellos, hubieran sabido qué hacer. Por lo general, la víctima de un ataque al corazón no acepta que está teniendo un ataque al corazón y cuando el tiempo es vital espera más de dos horas antes de conseguir ayuda. Está claro que la falta de información y el miedo (los cuales pueden ser superados) juegan un papel importante en la mortalidad.

Reconocer y reaccionar ante las señales de un ataque al corazón o un derrame cerebral no es difícil. Pero sí es de **importancia crítica**, prevenir la muerte y reducir la incapacidad. Millones de personas, de hecho 56 millones, tienen ya una o más enfermedades del corazón y de los vasos sanguíneos y corren por lo tanto un gran riesgo. Si más gente como usted supiera cómo reconocer y reaccionar cuando se presenta un ataque al corazón o un derrame cerebral, se podrían salvar miles de vidas todos los años.

Este folleto trata de todo esto.

©1990, 1992, 1994, American Heart Association.
Translated from "Heart Attack and Stroke: Signals and Action," ©1989, 1992, 1994, American Heart Association

Cómo reconocer un ataque al corazón

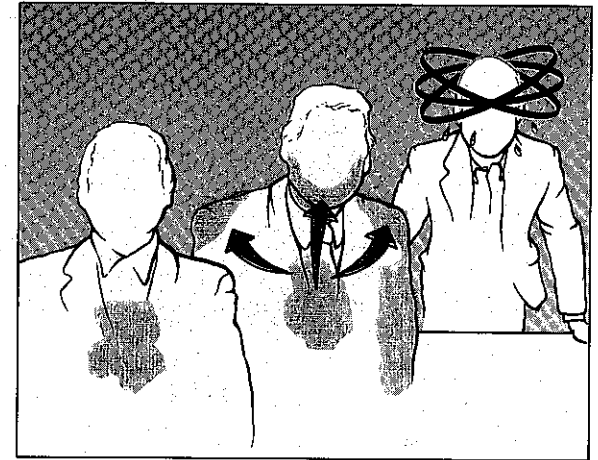
Un ataque al corazón puede ocurrirle a cualquiera, en cualquier lugar, a cualquier hora. Y cuando un ataque al corazón se presenta, no hay tiempo que perder.

Los síntomas de un ataque al corazón pueden variar, pero por lo general las señales de aviso son:

1. Presión incómoda, congestión, compresión o dolor en medio del pecho que dura más de unos minutos.
2. Dolor que se extiende hacia los hombros, el cuello o los brazos.
3. Malestar en el pecho con mareo, desmayo, sudor, náusea o falta de aire para respirar.

Estos síntomas no siempre se presentan. Muchas veces la víctima de un ataque al corazón tendrá algunos, pero no todos de estos síntomas. Y, en algunos casos, los síntomas disminuyen y luego vuelven.

Es muy común que las víctimas no admitan que están teniendo un ataque al corazón. De hecho si usted está con alguien que muestra señales de un ataque al corazón, **no espere** que lo admita. Pensar que se está teniendo un ataque al corazón es aterrador — mucha gente no quiere enfrentar esa posibilidad. Además, pueden temer arriesgarse a la vergüenza de una “falsa alarma”. Como resultado, posponen el obtener ayuda no haciendo caso a los síntomas o justificándolos como “es sólo indigestión”.



Presión en el pecho

Dolor que se extiende

Mareo/sudor

No permita que esto suceda. El miedo y la falta de información agravan el problema. Si usted o alguien cercano a usted muestra síntomas o señales de un ataque al corazón, obtenga ayuda o vaya inmediatamente a un hospital. Entérese de lo que realmente está mal. Puede que no sea un ataque al corazón. Pero si lo es, reaccionando rápidamente, usted aumenta dramáticamente las posibilidades de supervivencia y de recuperación. De hecho, se han desarrollado nuevas terapias que pueden minimizar el daño al corazón y hasta salvar vidas si el tratamiento se comienza durante las primeras horas después de que los síntomas se presenten.

Lo que importa es que si usted piensa que usted u otra persona está teniendo un ataque al corazón: **¡No espere! Consiga ayuda o vaya inmediatamente a un hospital.**



Cómo reaccionar ante un ataque al corazón

Los síntomas y las señales que hemos mencionado son la forma en que el cuerpo le está diciendo que algo está pasando — le dice que parte del abastecimiento de la sangre al corazón ha sido interrumpido y que el corazón necesita ayuda. Reaccionando rápidamente, usted aumenta las posibilidades de una rápida recuperación. Usted puede salvar su vida o la de otra persona.

Si usted o alguien que usted conoce, muestra síntomas de un ataque al corazón, tome estas medidas:

1. Llame al sistema de servicio médico de emergencias. Dependiendo de la comunidad, puede que sea la estación de bomberos o el servicio de ambulancia.
2. Si usted puede llevar a la víctima al hospital más rápidamente en su auto, hágalo. Si usted siente que está teniendo un ataque al corazón, no maneje, pida a alguien que lo lleve. Vaya al servicio médico más cercano con atención cardíaca de emergencia durante las 24 horas.
3. Si es necesario y si usted está adecuadamente entrenado, empiece RCP (respiración cardiopulmonar de boca a boca y aplicación de presión en el pecho), mientras usted está esperando que llegue un vehículo de emergencia.



Es una buena idea tomar algunas precauciones para estar preparado si se presenta una emergencia. Por ejemplo, investigue cuáles son los hospitales en su área que tienen atención cardíaca de emergencia durante las 24 horas. Otra idea: investigue qué hospital o centro médico está más cerca de su casa o de su oficina y diga a su familia y amigos que llamen a ese lugar en caso de emergencia. Finalmente, tenga una lista de números de servicios de emergencia junto a su teléfono o en su bolsillo, cartera o bolsa.

Tome estas medidas AHORA.



Cómo identificar un derrame cerebral

Las personas con mayor riesgo de tener un derrame cerebral, tienen la presión alta, alguna enfermedad del corazón, antecedentes de ataques isquémicos pasajeros ("mini-derrames"), o alguna combinación de éstos.

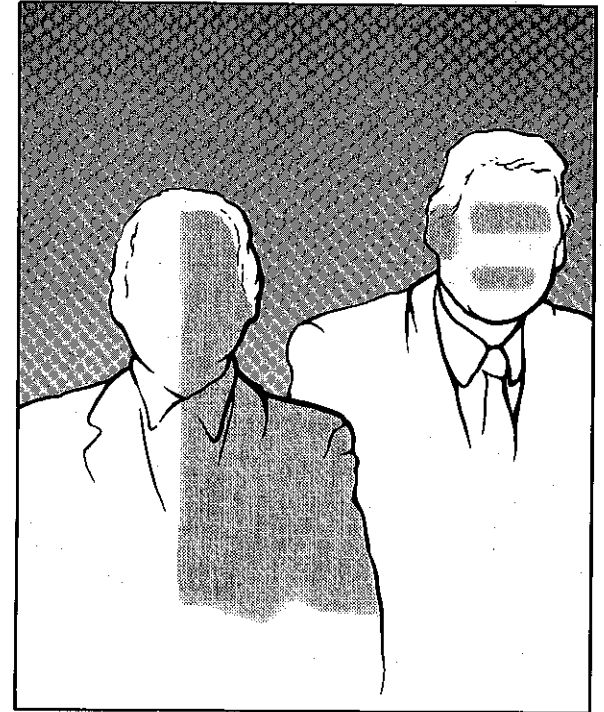
Un derrame cerebral exige inmediatamente atención médica de emergencia. Todos deberíamos saber las señales de aviso del derrame cerebral y actuar con rapidez cuando éstas se presentan.

Las señales de aviso de un derrame cerebral son:

1. Debilidad o entumecimiento repentinos de la cara, el brazo o la pierna de un lado del cuerpo.
2. Debilidad o pérdida de la vista repentinas, especialmente en un ojo.
3. Pérdida del habla, o dificultad para hablar o entender a los demás.
4. Dolores de cabeza fuertes y repentinos sin ninguna causa aparente.
5. Mareo o vértigo inexplicable o caídas repentinas, especialmente junto con cualquiera de las señales ya mencionadas.

Usted está particularmente en peligro de un derrame cerebral si tiene:

- presión alta diagnosticada
- enfermedad del corazón diagnosticada



Debilidad en un lado

Vista nublada o pérdida de visión
Dificultad al hablar/
o para entender a los demás

Las señales de aviso indicadas antes pueden ser temporales, durando desde unos minutos hasta casi 24 horas. Sin embargo, si cualquiera de estos síntomas se presentan, busque atención médica inmediatamente. Síntomas similares pueden ser causados por el alcohol, las drogas, las reacciones de la insulina o por otras enfermedades. Aún cuando estos síntomas sean sólo de corta duración, pueden ser indicación de un derrame, así que tómelos muy seriamente.



Cómo reaccionar ante un derrame cerebral

Si usted piensa que usted o alguien a quien usted conoce está teniendo un derrame cerebral, llame **inmediatamente** al servicio médico de emergencia, o lleve a la persona al hospital más cercano que tenga servicio médico de emergencia. **¡No se demore!**

Esperamos que usted y los suyos nunca tengan un ataque al corazón o un derrame cerebral. Pero, si les llega a suceder, usted puede minimizar las complicaciones y quizá hasta salvar una vida, la suya o la de otra persona, reconociendo a tiempo los síntomas y actuando con rapidez.

