

Si usted sufriera un ataque de corazón, ¿sabría reconocerlo?



Notas importantes

- **No hay dos ataques de corazón que sean iguales.**

Alguien que ya haya tenido un ataque de corazón puede tener síntomas diferentes la segunda vez.

- **Los signos de advertencia varían de persona a persona.**

Los ataques de corazón no siempre son repentinos o severos. Muchos comienzan lentamente, con sólo un ligero dolor o incomodidad. Algunas personas no sufren ningún tipo de dolor en el pecho, sólo malestar en otras partes superiores del cuerpo.

- **Conocer las señales de advertencia de un ataque cardíaco y actuar rápidamente puede reducir el daño al músculo del corazón y aumentar las posibilidades de supervivencia.**

Muchas personas pierden la vida porque esperan demasiado tiempo para llamar al Triple Zero (000) para pedir una ambulancia.

Recuerde

- **Las personas que han sufrido un ataque de corazón corren un mayor riesgo de tener otro.**

Las personas con enfermedad coronaria siguen siendo reacias a la búsqueda de atención médica la segunda vez que experimentan signos de advertencia de un ataque de corazón.

Esta información es solamente para fines educativos. No es un sustituto para el asesoramiento de salud individual recibida de su médico o cardiólogo (especialista del corazón).

¿Cuáles son las señales de advertencia de un ataque de corazón?

Los signos de advertencia más comunes de un ataque de corazón se detallan más adelante. Usted puede tener sólo uno de estos síntomas, o puede tener una combinación de ellos. Los síntomas pueden aparecer de repente o desarrollarse en cuestión de minutos y luego ir empeorando. Los síntomas suelen durar por lo menos 10 minutos.

- **Molestia o dolor en el centro del pecho—** a menudo, esto se siente como una pesadez, tensión o presión. Algunas personas que han sufrido un ataque de corazón comúnmente lo describen como “tener un elefante sentado sobre el pecho”, “un cinturón que me han apretado alrededor del pecho” o “indigestión severa”. El malestar puede extenderse a diferentes partes superiores del cuerpo.



Pecho

- **Malestar en las siguientes partes superiores del cuerpo:**



Brazo(s)



Hombro(s)



Cuello



Mandíbula



Espalda

Usted puede sentir una sensación de ahogo en la garganta. Puede sentir pesadez en los brazos o inhabilidad para usarlos.

- **Usted puede también experimentar otros signos y síntomas:**
 - falta de aliento
 - náuseas
 - sudor frío
 - sentirse mareado o aturdido.

Algunas personas también han descrito sensación de malestar general o “no sentirse del todo bien”.

Si usted sufre signos de advertencia de ataque cardíaco, consulte su plan de acción y obtenga ayuda rápidamente. Llame a Triple Zero (000)* y pida una ambulancia.

*Si el Triple Zero (000) no contesta su teléfono móvil, pruebe el 112.



Señales de advertencia de un ataque de corazón – lo que se debe hacer

1. Pare—Inmediatamente pare lo que está haciendo y descanse.

2. Hable—Si está con alguien, explíquele lo que está sintiendo.

- Si usted toma medicamento para la angina:*
 - Tome una dosis de su medicamento para la angina. Espere 5 minutos.
 - Todavía tiene síntomas? Tome otra dosis de su medicamento. Espere otros 5 minutos.
- Si alguno de los síntomas:
 - Es grave
 - Empeora rápidamente
 - Ha durado 10 minutos

3. Llame a Triple Zero (000) ¡ahora!**

- Pida una ambulancia. No cuelgue el teléfono. Espere que le asesore el operador.

* “Medicina para la angina” * se refiere a los medicamentos de nitrato, de corta acción, que se absorben por la mucosa de la boca para aliviar los síntomas de la angina de pecho. Pueden ser en forma de aerosol o de comprimido. El medicamento para la angina más común es glyceryl trinitrate, a veces llamado “GTN”.

** Si el Triple Zero (000) no contesta su teléfono móvil, pruebe el 112.

¿Por qué es un caso de urgencia el ataque de corazón?

Con un ataque de corazón, cada minuto cuenta. Demasiadas personas pierden la vida debido a que tardan mucho en llamar Triple Zero (000) para pedir una ambulancia.

Llegar rápidamente al hospital puede reducir el daño al músculo del corazón y aumentar las posibilidades de supervivencia. En el hospital, el personal llevará a cabo los tratamientos que ayudan a reducir este daño.

¿Por qué llamar Triple Cero (000)?

Llamando a Triple Zero (000) se consigue:

- una ambulancia rápidamente
- tratamiento tan pronto como llame
- consejos sobre qué hacer mientras espera a que llegue la ambulancia.

Los paramédicos de ambulancia están capacitados para utilizar equipo especial de salvamento y para empezar los primeros tratamientos para el ataque cardiaco en la ambulancia.

La ambulancia es la forma más segura y más rápida de llegar al hospital. Se pone a la atención médica de inmediato. Tratar de llegar al hospital rápidamente en un vehículo particular puede ser peligroso para los ocupantes del vehículo y otros usuarios de la vía de circulación.

Siempre es mejor ir al hospital y que digan que no se trata de un ataque de corazón que quedarse en casa hasta que sea demasiado tarde.

¿Quiere más información?

Para más información sobre las señales de advertencia de un ataque de corazón, visite www.heartfoundation.org.au o llame al Servicio de Información sobre la Salud al **1300 36 27 87**.

Esté preparado

- Conozca las señales de advertencia de un ataque de corazón y qué hacer.
- Mantenga su plan de acción práctico (en la puerta del refrigerador o en la billetera/cartera).
- Asegúrese de que usted tiene cobertura de ambulancia.
- Dígale a su familia y amigos acerca de las señales de advertencia de un ataque de corazón y lo que se debe hacer — no guarde este mensaje que salva vidas donde sólo usted sabría encontrarlo.
- Prevenga otro ataque de corazón tomando medidas para reducir el riesgo — hable con su médico, asista a un programa de rehabilitación cardiaca o visite www.heartfoundation.org.au.



© 2009–2011 National Heart Foundation of Australia
ABN 98 008 419 761

CON-075-SPA.v2

ISBN 978-1-921748-95-0

Terms of use: This material has been developed for general information and educational purposes only. It does not constitute medical advice. Please consult your healthcare provider if you have, or suspect you have, a health problem. The health information provided has been developed by the Heart Foundation and is based on independent research and the available scientific evidence at the time of writing. The information is obtained and developed from a variety of sources including, but not limited to, collaborations with third parties and information provided by third parties under licence. It is not an endorsement of any organisation, product or service.

While care has been taken in preparing the content of this material, the National Heart Foundation of Australia, its employees and related parties cannot accept any liability, including for any loss or damage, resulting from the reliance on the content, or for its accuracy, currency and completeness.

This material may be found in third parties' programs or materials (including, but not limited to, show bags or advertising kits). This does not imply an endorsement or recommendation by the National Heart Foundation of Australia for such third parties' organisations, products or services, including their materials or information. Any use of National Heart Foundation of Australia materials or information by another person or organisation is at the user's own risk.

The entire contents of this material are subject to copyright protection.