

Guía informativa SCIAS de malalties i consells sanitaris

Cardiopatía isquémica

Infarto de miocardi i angina de pit

Guía informativa SCIAS de enfermedades y consejos sanitarios

Cardiopatía isquémica

Infarto de miocardio y angina de pecho



Les artèries coronàries son els vasos sanguinis que proporcionen sang rica en oxigen al cor perquè aquest pugui realitzar la seva funció de bombeig amb normalitat. Quan aquestes artèries emmalalteixen, la quantitat de sang que arriba al cor pot ser insuficient.

Aquesta malaltia s'anomena cardiopatia isquèmica, i es pot presentar en forma d'angina de pit o d'infart de miocardi. L'angina de pit és el dolor que produeix la falta de sang oxigenada (anomenada isquèmia) en una part del cor. Si la isquèmia o falta de rec no es resol amb rapidesa, pot provocar la mort de algunes cèl·lules del cor (necrosi), que es coneix com infart de miocardi.

Causa

La causa més freqüent d'angina de pit i d'infart de miocardi és l'obstrucció de les artèries coronàries a causa de l'arterioesclerosi. Aquesta malaltia es produeix quan es dipositen plaques de greix en les parets internes de les artèries, obstruint-les de forma parcial o total i impedit d'aquesta manera que la sang circuli amb normalitat. El trencament d'alguna d'aquestes plaques i la formació de nous coalls pot desencadenar angina de pit o infart de miocardi.

Factors de risc

Els factors de risc que afavoreixen la arterioesclerosi son la diabetis, el colesterol alt, la hipertensió arterial, el tabaquisme, el sobrepès, el sedentarisme i els antecedents familiars d'aquesta malaltia.

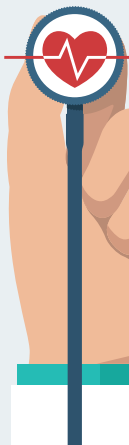
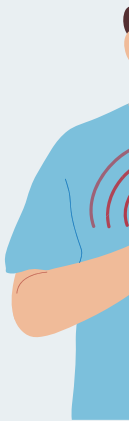
A més del cor, l'arterioesclerosi pot afectar altres artèries de l'organisme, com les del cervell, i ser causa d'ictus.

Síntomes

Pot presentar-se de diverses formes, però la més típica és el dolor opressiu al centre del pit, que pot irradiar-se als braços, al coll i a la mandíbula. També pot presentar-se només com dolor a la part alta de l'abdomen. El dolor s'acostuma a acompanyar de malestar general, pal·lidesa i sudoració.

Proves per al diagnòstic

L'electrocardiograma i l'anàlítica de sang son les proves bàsiques inicials per establir el diagnòstic, determinar el tipus de tractament i diferenciar entre angina de pit i infart de miocardi. Segons la valoració, el metge sol·licitarà altres proves com ecocardiograma, prova d'esforç o cateterisme cardíac.





Las arterias coronarias son los vasos sanguíneos que proporcionan sangre rica en oxígeno al corazón para que éste pueda realizar su función de bombeo con normalidad. Cuando estas arterias enferman, la cantidad de sangre que llega al corazón puede ser insuficiente.

Esta enfermedad se llama cardiopatía isquémica, y se puede presentar en forma de angina de pecho o de infarto de miocardio. La angina de pecho es el dolor que se produce por la falta de sangre oxigenada (llamada isquemia) en una parte del corazón. Si la isquemia o falta de riego no se resuelve con rapidez, puede provocar la muerte de algunas células del corazón (necrosis), lo que se conoce como infarto de miocardio.

Causa

La causa más frecuente de angina de pecho y de infarto de miocardio es la obstrucción de las arterias coronarias a causa de la arteriosclerosis. Esta enfermedad se produce cuando se depositan placas de grasa en las paredes internas de las arterias, obstruyéndolas de forma parcial o total e impidiendo de esta forma que la sangre circule con normalidad. La rotura de alguna de estas placas y la formación de nuevos coágulos puede desencadenar la angina de pecho o el infarto de miocardio.

Factores de riesgo

Los factores de riesgo que favorecen la arteriosclerosis son la diabetes, el colesterol alto, la hipertensión arterial, el tabaquismo, el sobrepeso, el sedentarismo y los antecedentes familiares de esta enfermedad.

Además del corazón, la arteriosclerosis puede afectar otras arterias del organismo, como las del cerebro, y ser causa de ictus.

Síntomas

Puede presentarse de distintas formas, pero la más típica es un dolor opresivo en el centro del pecho, que puede irradiarse a los brazos, al cuello y a la mandíbula. También puede presentarse sólo como un dolor en la parte alta del abdomen. El dolor suele acompañarse de malestar general, palidez y sudoración.

Pruebas para el diagnóstico

El electrocardiograma y la analítica de sangre son las pruebas básicas iniciales para establecer el diagnóstico, determinar el tipo de tratamiento y diferenciar entre angina de pecho e infarto de miocardio. Según la valoración, el médico solicitará otras pruebas, como ecocardiograma, prueba de esfuerzo o cateterismo cardíaco.



Tratamiento

El tractament pot consistir en medicaments, en realització d'angioplàstia amb col·locació d'un o més stents o en cirurgia cardíaca, depenent del seu estat i dels resultats de les proves realitzades.

Consells a l'alta

Després de l'alta es recomana que es fixin unes pautes d'autocura que l'ajudaran a millorar la seva qualitat de vida:

>Obesitat

Controli el seu pes. L'exercici regular i una dieta adequada són claus per mantenir el pes adient. Això redueix el risc de patir diabetis i ajuda a controlar les glicèmies si ja la pateix. També ajuda a controlar la tensió arterial i el colesterol.

>Colesterol

Una alimentació baixa en greixos l'ajuda a controlar les xifres de colesterol. Substitueixi els greixos saturats pels insaturats que trobem en l'oli d'oliva, els fruits secs sense sal, el peix, etc. Disminueixi el consum de carn vermella; és preferible la carn blanca sense pell (pollastre, conill, gall dindi).

Augmenti el consum de fibra en la dieta (verdura i fruita), que ajuda a disminuir els nivells de colesterol i regula els nivells de sucre en sang.

>Hipertensió

Una dieta baixa en sal és recomanable per controlar la tensió arterial. Substitueixi la sal per herbes fresques, seques o espècies. Redueixi el consum de menjar en conserva, d'embotits, de menjars preparats i de begudes gasoses.

Controli la pressió arterial, dugui un registre dels controls que ha realitzat, comentï-ho amb el seu metge a les visites.

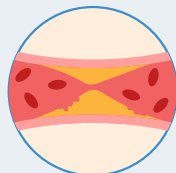
>Tabac, alcohol i cafè

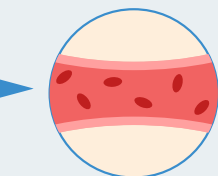
Eviti l'excés d'alcohol.

El tabac és una causa important d'obstrucció de les artèries i de diversos tipus de càncer. Deixar de fumar disminueix el risc de tornar a presentar angina o infart. Si ho necessita, busqui ajuda per abandonar l'hàbit.

Està totalment desaconsellat el consum de drogues.

Moderi el consum de cafè; un o dos cafès al dia és el màxim recomanat.





Tratamiento

El tratamiento puede consistir en medicamentos, realización de angioplastia con colocación de uno o más stents o cirugía cardíaca, dependiendo de su estado y de los resultados de las pruebas realizadas.

Consejos al alta

Después del alta se recomienda que se fijen unas pautas de autocuidado que le ayudarán a mejorar su calidad de vida:

>Obesidad

Controle su peso. El ejercicio regular y una dieta adecuada son claves para mantener un peso adecuado. Esto reduce el riesgo de sufrir diabetes y ayuda a controlar las glicemias i ya la sufre. También ayuda a controlar la tensión arterial y el colesterol.

>Colesterol

Una alimentación baja en grasas le ayuda a controlar las cifras de colesterol. Sustituya las grasas saturadas por las insaturadas que encontramos en el aceite de oliva, los frutos secos sin sal, el pescado, etc. Disminuya el consumo de carne jora; es preferible la carne blanca sin piel (pollo, conejo, pavo).

Aumente el consumo de fibra en la dieta (verdura y fruta), que ayuda a disminuir los niveles de colesterol y regula los niveles de azúcar en sangre.

>Hipertensión

Una dieta baja en sal es recomendable para controlar la tensión arterial. Sustituya la sal por hierbas frescas, secas o especias. Reduzca el consumo de comida en conserva, de embutidos, de comidas preparadas y de bebidas gaseosas.

Controle la presión arterial, lleve un registro de los controles que ha realizado, y coméntelo con su médico en las visitas.

>Tabaco, alcohol y café

Evite el exceso de alcohol.

El tabaco es una causa importante de obstrucción de las arterias y de distintos tipos de cáncer. Dejar de fumar disminuye el riesgo de volver a presentar angina o infarto. Si lo necesita, busque ayuda para abandonar el hábito.

Está totalmente desaconsejado el consumo de drogas.

Modere el consumo de café; uno o dos cafés al día es el máximo recomendado.

>Sexualitat

El reinici de la vida sexual es pot considerar dues setmanes després d'un infart. En general, no és recomanable tenir relacions sexuals després d'àpats abundants o si s'està molt cansat.

>Tractament farmacològic

Prengui's la medicació prescrita pel seu metge. Consulti els dubtes que puguin aparèixer i comuniqui les variacions que noti en el seu estat físic.

No suspengui cap tractament sense abans consultar-ho amb el seu metge.

>Signes d'alarma

En cas que presenti dolor toràcic que li recordi el que ha tingut en aquest episodi, cal que segueixi dues recomanacions:

- 1.- Segui o reposi en el lloc més proper que trobi.
- 2.- Posi's nitroglicerina sota la llengua i esperi 5 minuts. Si el dolor no desapareix, posi's una segona pastilla de nitroglicerina sota la llengua. Si passats uns altres 5 minuts no desapareix, **truqui al 112.**

(Controli la data de caducitat de la nitroglicerina).

Si aquest dolor es repeteix amb freqüència en les hores següents, encara que millori amb la nitroglicerina, ha de trucar al 112.





>Sexualidad

El reinicio de la vida sexual se puede considerar a las dos semanas después de un infarto. En general, no es recomendable tener relaciones sexuales después de comidas abundantes o si se está muy cansado.

>Tratamiento farmacológico

Tómese la medicación prescrita por su médico. Consulte las dudas que puedan aparecer y comunique las variaciones que note en su estado físico.

No suspenda ningún tratamiento sin antes consultarlo con su médico.

>Signos de alarma

En caso de presentar dolor torácico que le recuerde al que ha tenido en este episodio, debe seguir dos recomendaciones:

- 1.- Siéntese o descanse en el lugar más próximo que encuentre.
- 2.- Póngase nitroglicerina bajo la lengua y espere 5 minutos. Si el dolor no desaparece, póngase una segunda pastilla de nitroglicerina bajo la lengua. Si pasados otros 5 minutos el dolor no desaparece, **llame al 112.**

(Controle la fecha de caducidad de la nitroglicerina).

Si este dolor se repite con frecuencia en las horas siguientes, aunque mejore con la nitroglicerina debe llamar al 112.

OBSERVACIONS OBSERVACIONES

Telèfons d'interès / Teléfonos de interés

Si té cap dubte o problema, o si creu que els seus símptomes son anormals, podem ajudar-lo/a. No dubti a consultar el seu metge.

Si tiene alguna duda o problema, o si cree que sus síntomas son anormales, podemos ayudarle. No dude en consultar a su médico.

Dr. _____ Tel: _____

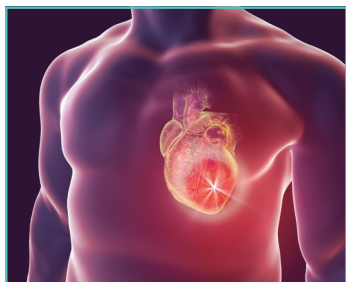
Servei d'Urgències Domiciliàries (SUD) Tel.: 93 280 33 66
Servicio de Urgencias Domiciliarias (SUD)

HOSPITAL DE BARCELONA Tel.: 93 254 24 00

Telèfon d'emergències de la Generalitat Tel: 112
Teléfono de emergencias de la Generalitat

Web per a més informació / Web para más información

http://www.catcardio.cat/docs/publicacions/Guia_recom_malaltia_coronaria.pdf.



Autors / Autores

Dr. J. Mercé (cardiòleg / cardiólogo), P. Carvajal, D. Perelló
(infermeres / enfermeras).

Revisió / Revisión

Gener 2022 / Enero 2022