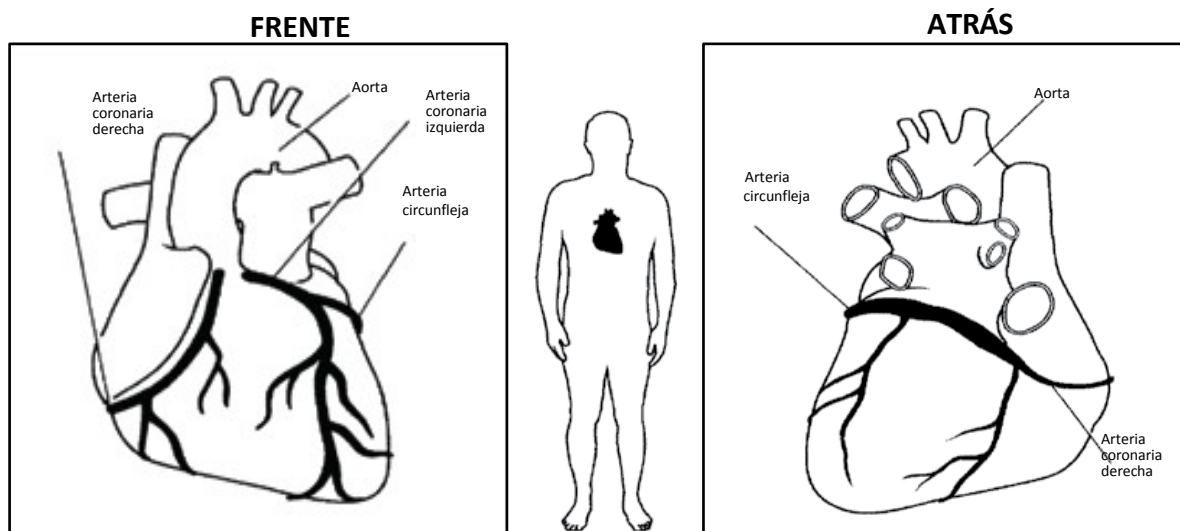


# Salud del Corazón

## Cardiopatía isquémica (CAD)

La cardiopatía isquémica (CAD por sus siglas en inglés) también es conocida como isquemia cardíaca o aterosclerosis. Es ocasionada por la acumulación de depósitos de grasa, llamados placa, en los vasos sanguíneos del corazón.

El corazón necesita oxígeno y nutrientes para funcionar bien. La sangre transporta el oxígeno y los nutrientes hasta el corazón a través de vasos sanguíneos llamados arterias. A medida que la placa se acumula en los vasos sanguíneos, el flujo de sangre hasta el músculo del corazón disminuye. Cuando disminuye el flujo de sangre, se puede producir: dolor en el pecho (angina), falta de aire, u otros signos. Si el flujo de sangre se detiene o es bloqueado, esto puede ocasionar un infarto.



### Signos de cardiopatía isquémica

Puede presentarse sin signos, o puede tener:

- dolor o presión en el pecho, brazo, mandíbula, hombros o cuello, también llamado angina de pecho. El dolor puede extenderse de un lugar a otro;
- sensación de tensión, pesadez, presión o ardor;
- sudoración;
- falta de aire;
- náuseas o vómitos;
- dolor abdominal;
- sensación de cansancio, mareo o desmayo.

**Llame al 911 si tiene alguno de estos signos.**

## Factores de riesgo

Usted corre más riesgo de sufrir cardiopatía isquémica si:

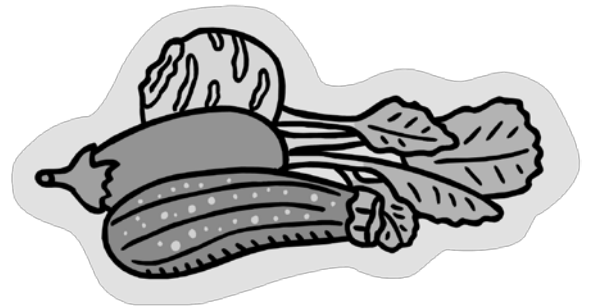
- tiene antecedentes familiares de esta enfermedad;
- tiene colesterol alto, diabetes o presión sanguínea alta;
- fuma o utiliza tabaco;
- es inactivo;
- tiene estrés;
- tiene sobrepeso, especialmente en la zona del vientre;
- bebe demasiado alcohol;
- no come suficientes frutas y verduras a diario.

Cambiar aunque sea un factor de riesgo puede mejorar su salud cardíaca. Puede impedir el empeoramiento de la enfermedad e incluso ayudarlo a mejorarse.

## Cuidados

La meta es mejorar el flujo de sangre hacia su músculo cardíaco, y reducir el riesgo de infarto. El tratamiento puede incluir:

- medicamentos;
- ejercicios;
- una dieta baja en grasas;
- procedimientos o cirugía;
- un programa de rehabilitación cardíaca;
- un programa para dejar de fumar;
- ayuda para la depresión.



Sin importar qué tratamiento se elija, éste no “curará” la enfermedad. Es necesario que cambie los factores de riesgo y siga su plan de cuidados.

**Hable con su médico acerca de sus cuidados o cualquier pregunta que pueda tener.**

**¡No tiene que hacer esto solo!** Los Programas de Salud de Alliance pueden ayudarlo a cumplir con sus metas de salud, llame al **510-747-4577**.

CRS/TTY: 711 o 1-800-735-2929; sitio web [www.alamedaalliance.org](http://www.alamedaalliance.org).

This handout was adapted from *Coronary Artery Disease (CAD)*, 1/2011 Health Information Translations. Permission is granted to use and duplicate these materials for non-profit education use as long as no changes are made without permission from Alameda Alliance for Health.