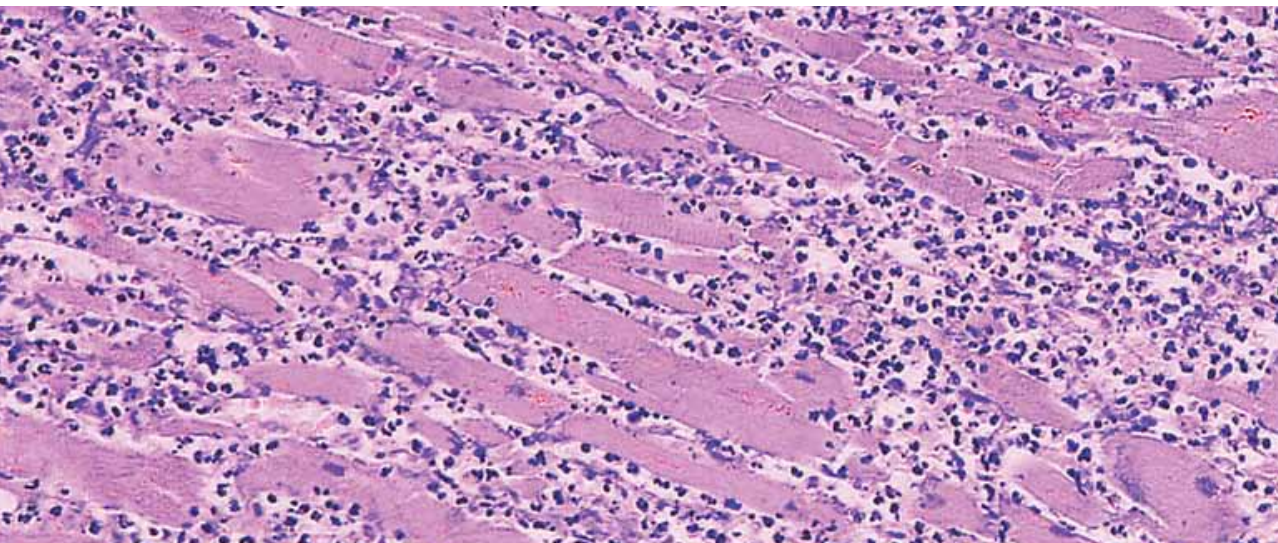


Cuidando tu Salud



Síndrome isquémico coronario agudo.

¿Qué es, cómo tratarlo y qué hacer para prevenirlo?

Por: Dra. Guadalupe Teresa Araujo Pulido¹

El síndrome isquémico coronario agudo (SICA) es un conjunto de padecimientos del corazón, caracterizado por un aporte insuficiente de sangre al músculo cardíaco (miocardio) debido a una obstrucción en el flujo sanguíneo. Representa una amenaza para la vida y, en ocasiones, requiere tratamiento médico inmediato. Incluye el infarto agudo del miocardio (IAM) y la angina de pecho estable e inestable (AI).

1. Este artículo se elaboró con información validada por los Dres. Rubén López Molina Y José Omar Silverman Retana, de la Unidad de Investigación en Diabetes y Riesgo Cardiovascular. CISP-INSP.

Las arterias que alimentan el corazón con flujo sanguíneo se llaman coronarias. Al obstruirse por tapones de grasa o sangre, el corazón sufre de falta de oxígeno por un proceso progresivo llamado "aterosclerosis", que tapa las arterias. Cuando las arterias coronarias se obstruyen completamente, se produce un ataque cardíaco; cuando la oclusión es parcial, la consecuencia es una angina de pecho, a la cual, si es "inestable", puede seguirle un infarto.

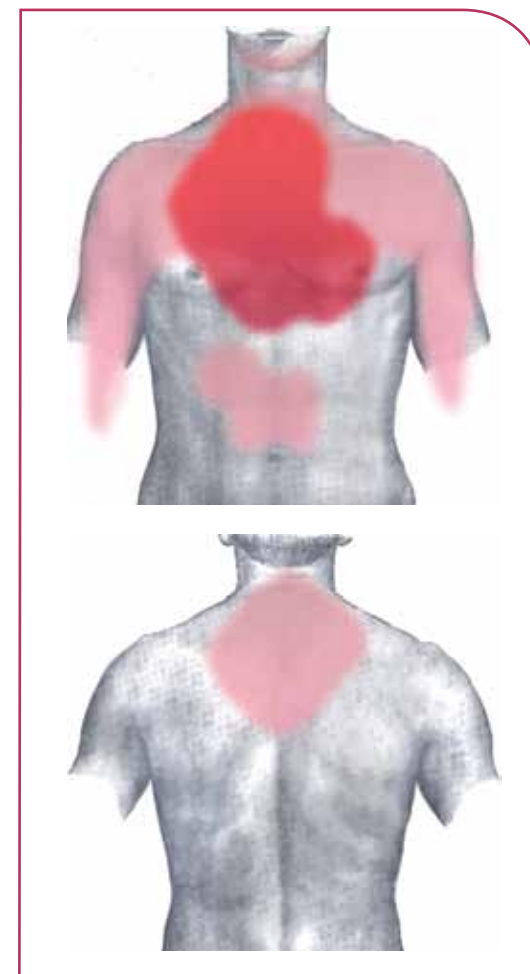


Diagrama de las principales zonas de dolor de pecho en un infarto de miocardio (rojo oscuro = la zona más frecuente, rojo claro = otras posibles regiones)

¿Cuáles son los síntomas?

El principal síntoma consiste en un malestar en el pecho en forma de dolor, punzada o apretón, habitualmente relacionado con un esfuerzo, y que en algunos casos se alivia con el reposo. Tal malestar puede estar acompañado de:

- sensación de entumecimiento, hormigueo o dolor en los brazos —en especial el izquierdo—, mandíbula, cuello, espalda o estómago;
- sudoración fría y excesiva;
- sensación de falta de aire;
- confusión o mareo;
- ganas repentinas de ir al baño;
- sensación de muerte inminente;
- náusea o vómito.

¿Cómo se diagnostica el SICA?

Ante la presencia de síntomas o la sospecha de padecer éstos, acuda al hospital de inmediato, de preferencia en ambulancia. El médico le realizará un examen físico, lo interrogará acerca de las molestias y le realizará pruebas como:

- electrocardiograma (ECG);
- muestra de sangre para identificar marcadores de daño miocárdico;
- estudios de imagen, como angiografía coronaria, ecocardiograma, etc.

Tratamiento

Los estudios demuestran que existe mayor probabilidad de sobrevivir a un SICA si se atiende dentro de los primeros sesenta minutos.

Si el tratamiento se lleva a cabo en el hospital, este podría consistir en lo siguiente:

- analgésicos;
- oxígeno;
- vasodilatadores;
- aspirina;
- dependiendo del cumplimiento de ciertos criterios, será candidato a: trombolisis (destrucción del coágulo o tapón) o revascularización (cirugía para destapar las arterias).



Representación de un infarto de la pared anterior del corazón

¿Cuáles son los factores de riesgo cardiovascular?

- Edad (en hombres, ser mayor de 45 años; en mujeres, ser mayor de 55);
- antecedentes familiares de enfermedad cardíaca prematura (en hombres, antes de los 45 años; en mujeres, antes de los 55);
- sobrepeso y obesidad;
- tabaquismo;
- colesterol elevado;
- presión arterial elevada;
- diabetes;
- falta de actividad física (sedentarismo);
- estrés (ansiedad, tensión emocional), que es, a su vez, un factor desencadenante;
- tener angina, haber sufrido un ataque cardíaco previo o padecer otros tipos de enfermedades del corazón.

Ojo: Padecer diabetes es equivalente a haber sufrido un infarto previo.

PREVENCIÓN

Prevenir las enfermedades es mucho más positivo para nuestro bienestar, que intentar curarlas. Para ayudar a reducir las probabilidades de tener un SICA, es necesario adoptar un estilo de vida saludable, que minimice los factores de riesgo.

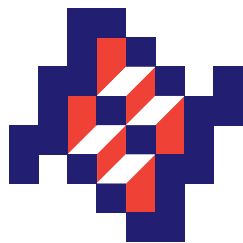


¡RECUERDA!:

- tener una alimentación correcta, de preferencia una dieta baja en grasas de origen animal, y rica en frutas, verduras y granos enteros;
- hacer ejercicio regularmente, al menos treinta minutos al día, la mayoría de días a la semana,
- disminuir o eliminar el consumo de tabaco. Para obtener mayor información y orientación, marca el número telefónico 01 800 911 2000.
- controlar la diabetes, la presión arterial y los niveles de colesterol y triglicéridos.;
- consultar al médico sobre los pasos a seguir para evitar un SICA y qué hacer en caso de padecer uno.

REFERENCIAS

1. Acute coronary syndromes, A national clinical guideline, Scottish Intercollegiate Guidelines Network, February 2007.
2. ABC of interventional cardiology, Acute coronary syndrome: unstable angina and non-ST segment elevation myocardial infarction, Ever D Grech, BMJ VOLUME 326 7 JUNE 2003.
4. Diagnosis of Acute Coronary Syndrome, SURAJ A. ACHAR, American Family Physician, Volume 72, Number 1, July 1, 2005.
5. Guía de práctica clínica, Diagnóstico y tratamiento en la cardiopatía isquémica crónica, México, Instituto Mexicano del Seguro Social 2009.
6. Guía de referencia rápida, Diagnóstico y tratamiento de cardiopatía isquémica crónica, Instituto Mexicano del Seguro Social, octubre del 2009 ♦



Instituto Nacional
de Salud Pública



VIVA SALUD

INSTITUTO NACIONAL DE SALUD PÚBLICA
Av. Universidad No. 655 Col. Sta. María Ahuacatitlán
Cerrada Los Pinos y Caminera
C.P. 62100 Cuernavaca, Morelos.

Año 3, N° 1. Enero-Febrero 2011

Todos los derechos reservados.