

Si ha sufrido un infarto de miocardio o padece una angina de pecho o le han implantado un stent, le recomendamos...

- ✓ **No fume.** Fumar disminuye el calibre de los vasos sanguíneos y favorece la formación de coágulos en las arterias.
- ✓ **Lleve una alimentación sana.** Evitar la obesidad y disminuir el colesterol son fundamentales para el corazón.
 - **Limite la grasa saturada:** leche entera y sus derivados, carnes grasas como cerdo, embutidos, vísceras...
 - **Evite las grasas hidrogenadas:** bollería industrial, comidas rápidas fritas y algunas margarinas.
 - **Alimentos recomendables:** legumbres, frutas, hortalizas, pescado y carne magra, aves...
 - **Limite el consumo de sal y alcohol.**
- ✓ **Disminuya el colesterol.** Mantenga sus niveles de colesterol LDL por debajo de los 100 mg/dl. Hay casos en los que la dieta no es suficiente. A veces, las personas con infarto de miocardio necesitan algún tipo de medicación para mantener los niveles adecuados de colesterol.
- ✓ **Controle la tensión arterial.** La hipertensión es uno de los principales factores de riesgo coronario. En las personas con infarto de miocardio, la tensión arterial sistólica debe estar por debajo de 130 mmHg y la diastólica por debajo de 80 mmHg.
- ✓ **Controle su diabetes.** Si es diabético, procure mantener un nivel normal de azúcar en sangre.
- ✓ **Haga ejercicio físico.** Es fundamental realizar 30 minutos de ejercicio al día. Consulte con su cardiólogo qué tipo de ejercicio le vendría mejor para controlar los factores de riesgo cardiovascular.
- ✓ **No olvide la medicación ni abandone el tratamiento.** sin consultar a su médico.

Recuerde: tan importante es tomarse la medicación como llevar una vida sana y saludable.

sanofi aventis

La Salud es lo esencial

¿Ha sufrido un infarto recientemente?

Cómo reducir riesgos

sanofi aventis

La Salud es lo esencial



Infarto de miocardio

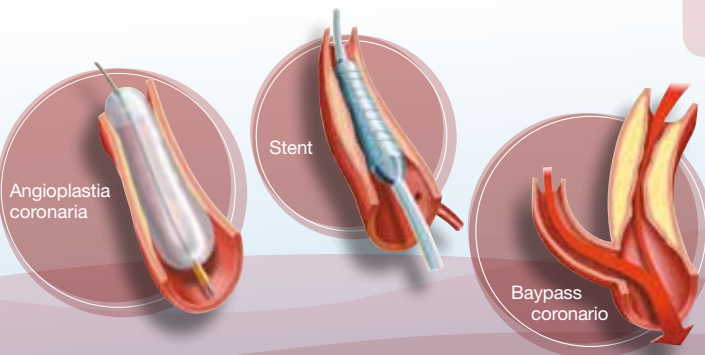
¿Qué es y cómo se produce?

El ataque cardíaco, o infarto de miocardio, **se produce cuando el riego sanguíneo al corazón se interrumpe o se reduce durante el tiempo suficiente como para causar lesiones celulares o la muerte.**

En la mayoría de los casos, el infarto de miocardio **se debe a obstrucciones de las arterias coronarias** causadas por la aterosclerosis (formación de coágulos sanguíneos debido a la ruptura de placas de depósitos de grasa en las arterias).

El infarto de miocardio **se puede manifestar como angina de pecho, síndrome coronario agudo o muerte súbita.**

El riesgo de sufrir un infarto coronario o cerebral (ictus) es mayor en los pacientes que ya han sufrido un infarto de miocardio con anterioridad. Por tanto, es básico seguir las indicaciones médicas para disminuir este riesgo.



Tratamiento del infarto de miocardio

Tratamientos de revascularización:

Las intervenciones coronarias más comunes incluyen

- **La angioplastia coronaria**, que desobstruye la arteria coronaria mediante un balón expansivo que comprime la placa de grasa.
- **El stent**, una malla de metal que se coloca durante la angioplastia para mantener permeable la arteria y prevenir una futura obstrucción.
- **El bypass coronario**, técnica consiste en una circunvalación de las arterias parcialmente bloqueadas, realizada con segmentos de otras venas o arterias.

Tratamiento farmacológico:

Normalmente se indica la toma de **antiagregantes** que evitan la formación de coágulos sanguíneos. Es muy importante mantener el tratamiento durante el tiempo que le indique su médico.

Actualmente existen en el mercado **presentaciones combinadas** de fármacos que permiten reducir el número de comprimidos, facilitando la toma de la medicación.

ÁREA
cardiovascular