

## **La enfermedad del corazón – como pueden ayudar los tratamientos Heart Disease – how treatments can help**

Las arterias sanas llevan a su corazón un flujo de sangre constante. Sin ésta sangre su corazón no puede trabajar correctamente. Pero a veces las arterias se hacen demasiado angostas – y esto puede ocasionar enfermedades en el corazón.

### **¿Porqué se angostan las arterias?**

A través del tiempo una sustancia grasosa, llamada “placa” puede acumularse en el interior de las paredes de las arterias y tapanlas, así que menos sangre llega al corazón.

### **¿Qué sucede cuando las arterias se hacen angostas?**

Puede causar angina o un ataque al corazón.

- La angina ataca cuando el corazón no está recibiendo suficiente sangre. Los síntomas incluyen presión o dolor en el pecho, dolor en el brazo. A veces la gente puede sentirse sudorosa o con náusea. Estas señales quieren decir que algo puede estar mal con su corazón y Ud. necesita asistencia médica tan pronto como sea posible. La angina no es lo mismo que un ataque al corazón, pero puede aumentar el riesgo de tenerlo.
- Un ataque al corazón ocurre si un coágulo se forma en una arteria que ya se ha angostado por la placa y ésto no deja llegar sangre al corazón. Si el flujo de sangre se corta por algún tiempo, esto puede ocasionar daño permanente al corazón. Si a una persona le da un ataque al corazón, lo más rápido que se le lleve al hospital, más se le minimiza el daño al músculo del corazón.

### **¿Qué tratamientos existen?**

Los hospitales cuentan con tratamientos para abrir las arterias bloqueadas. Si la arteria se desbloquea rápidamente, se daña menos el corazón. Su doctor ordenará unos rayos X especiales, que se llaman angiograma, para ver dónde y hasta qué grado están tapadas las arterias. Entonces su doctor le podrá avisar acerca del tratamiento. Algunas gentes con angina podrán necesitar solamente medicina. Pero si Ud. tuvo un ataque al corazón, entonces necesitará medicina y angioplastia o cirugía.

### **Las medicinas pueden**

- ayudar a disolver los coágulos que bloquean las arterias
- adelgazar la sangre, reduciendo el riesgo de un ataque al corazón o de una embolia
- bajar la alta presión de la sangre
- bajar el colesterol, que es una de las causas de las arterias bloqueadas
- aligerar los síntomas de angina
- ayudar el músculo del corazón a sanarse si ha sufrido algún daño.

## **Angioplastia**

Esta simple operación mejora el flujo de la sangre hacia el corazón por medio del ensanchamiento de la arteria. Se puede hacer bajo anestesia local. Implica solamente una estancia corta en hospital. El doctor ensancha la arteria metiendo un globo especial en la arteria tapada. Una vez que el globo está en la arteria, el doctor lo infla antes de quitarlo. Esto ensancha la arteria. Entonces el doctor coloca un tubo metálico (llamado “stent”) en la arteria ensanchada. Este tubo se queda en la arteria para mantenerla abierta.

## **Cirujía de arteria de paso (bypass)**

Esta operación procura otro camino para que la sangre llegue al corazón. El doctor “toma prestada” otra arteria del cuerpo de la persona (del pecho, de la pierna o del brazo). Entonces esta arteria sana se conecta a la arteria bloqueada para que pueda llevar la sangre, evitando el bloqueo, directamente al corazón. Esta operación necesita anestesia general y una permanencia más larga en el hospital. Como la angioplastia, la cirugía de arteria de paso es también normalmente una operación segura y exitosa.

## **¿Que más es importante?**

Hábitos sanos. Una arteria tapada es normalmente el resultado de cosas que podemos controlar, como fumar, una dieta mala y estar inactivo. Es importante:

- Dejar de fumar. Fumar daña y debilita las paredes de las arterias.
- Evitar la grasa saturada, que es malsana – la grasa de carnes grasosas, los productos de leche de grasa entera, la mantequilla, la manteca, grasa sólida para cocinar, leche de coco, comidas rápidas para llevar (“takeaway”) fritas y una variedad de galletas, pasteles y empanadas compradas en las tiendas.
- Ser activo. La actividad física regular, como caminar es bueno para el corazón. Si Ud. ha tenido un ataque al corazón, su doctor puede referirle a un programa para enseñarle buenas formas para hacer ejercicios y controlar la condición de su corazón.

Si necesita ayuda para hacer llamadas telefónicas en inglés, llame el Servicio de Traductores e Intérpretes en el 131 450.

Puede encontrar más información sobre la salud en su idioma en el sitio de Internet de Comunicación Multicultural: <http://mhcs.health.nsw.gov.au>.

Los números de teléfono están correctos al momento de publicación, pero no se ponen al día continuamente. Usted podrá averiguar los números en el directorio telefónico.