

¿NECESITA AYUDA?

Es un momento en el que le han cambiado de forma brusca muchas cosas. Sabemos que cuesta un tiempo adaptarse a los cambios, por eso su cardiólogo le ofrecerá participar en un programa de rehabilitación cardíaca cuando vuelva a casa.

También las asociaciones de pacientes coronarios pueden apoyarle en esta nueva etapa.

¿QUÉ ES LA REHABILITACIÓN CARDIACA?

Es un programa dirigido a pacientes como usted en el que le ayudamos a mejorar su condición física y psicológica.

Se realiza en grupo y consta de:

- Entrenamiento físico: varios días a la semana.
- Intervención grupal en psicología clínica.
- Charlas educativas sobre los factores de riesgo dirigidas al paciente y a los familiares.

Tiene una duración aproximada de 8 semanas y, aunque su participación es voluntaria, está recomendado a nivel mundial por todas las sociedades médicas ya que mejora la calidad de vida y el pronóstico de la enfermedad coronaria.

¿DÓNDE PUEDO ENCONTRAR MÁS INFORMACIÓN?

www.fundaciondelcorazon.com

Asociaciones

www.apacor.org



Hospital Rey Juan Carlos

Comunidad de Madrid



Hospital Rey Juan Carlos

Comunidad de Madrid

SERVICIO DE CARDIOLOGÍA

INFORMACIÓN SOBRE
CARDIOPATÍA ISQUÉMICA

Tel. información **91 481 62 25**



C/ Gladiolo s/n - 28933 Móstoles (Madrid)
Tel. 91 481 62 25 - Fax. 91 491 62 16
e.mail: info@hospitalreyjuancarlos.es

www.hospitalreyjuancarlos.es
www.madrid.org



SERVICIO DE
CARDIOLOGÍA

INFORMACIÓN SOBRE
CARDIOPATÍA ISQUÉMICA

SERVICIO DE CARDIOLOGÍA

CARDIOPATÍA ISQUÉMICA

Si está leyendo este folleto es porque usted o alguien cercano ha tenido una cardiopatía isquémica y tiene preguntas que hacer.

¿QUÉ ES LA CARDIOPATÍA ISQUÉMICA?

Es una enfermedad del corazón que se produce cuando las arterias coronarias se obstruyen y no llega sangre suficiente a alguna parte del corazón. Si la obstrucción es completa y hay necrosis (lesión) en el corazón lo llamamos infarto agudo de miocardio. Si la obstrucción es parcial puede aparecer angina (dolor) sin lesión en el corazón.

¿CÓMO SE TRATA?

El tratamiento tiene dos partes: el tratamiento durante el ingreso y el control de los factores de riesgo al alta.

El tratamiento inicial es desobstruir las arterias coronarias lo antes posible. Para ello se le ha administrado medicación en urgencias y durante el ingreso se le ha realizado un cateterismo. Si ha sido necesario y técnicamente posible, se le ha puesto un *stent* dentro de la arteria (especie de muelle para mantener la arteria coronaria abierta), en otros casos es necesario realizar un *bypass* mediante cirugía cardiaca (parecido a un puente para saltar la obstrucción).



Hospital Rey Juan Carlos

Comunidad de Madrid

FACTORES DE RIESGO

El control de los factores de riesgo se inicia durante el ingreso y debe hacerse siempre de forma constante.

¿QUÉ SON FACTORES DE RIESGO?

Son aquellas causas que hacen más probable tener una enfermedad que afecte a las arterias y tener un infarto de miocardio, un ictus (infarto cerebral) o afectación renal.

¿QUÉ PUEDE HACER USTED?

Los factores de riesgo como la edad, el sexo, la raza y los antecedentes familiares no son modificables.

Pero otros como el colesterol elevado, el tabaco, la hipertensión arterial, la obesidad, el sedentarismo y la glucosa elevada los puedes y debes controlar.

- Controla el colesterol. Medicación y dieta.
- Controla la tensión arterial.
- Controla las cifras de glucemia, sobre todo si eres diabético.
- Controla tu peso.
- Deja de fumar definitivamente.
- Haz ejercicio