

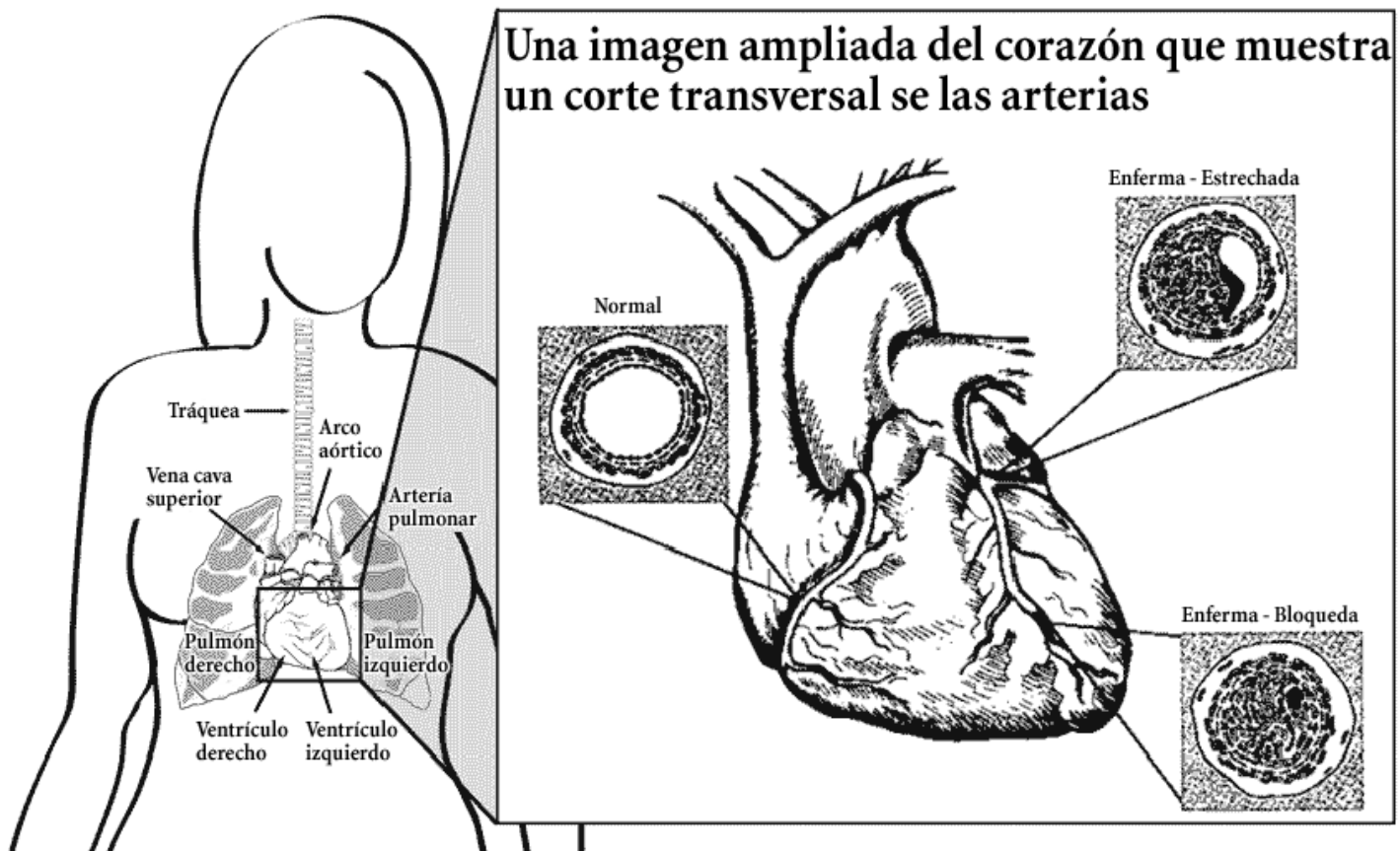


Preguntas frecuentes acerca de la angina de pecho

¿Qué es la angina de pecho y cómo puedo saber si la tengo?

La angina de pecho, o *angina pectoris*, se refiere a síntomas como dolor o malestar en el pecho ocasionados por una reducción en el flujo de sangre al corazón. La angina de pecho con frecuencia es la primera señal de una enfermedad cardíaca.

El corazón es un músculo que obtiene sangre de los vasos sanguíneos denominados *arterias coronarias*. Si una o más de las arterias coronarias tiene una obstrucción que reduce el flujo de sangre al corazón ocasionalmente, usted padece de angina de pecho.



Fuente que proporcionó la imagen ampliada: Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre

El estrechamiento y la obstrucción de las arterias generalmente se debe a la acumulación gradual de depósitos adiposos (de grasas) llamados *placa*, dentro de las arterias. Este proceso se llama *aterosclerosis*.

Las personas que tienen angina de pecho generalmente sienten malestar (a menudo como una presión en el pecho) en o alrededor del pecho, hombros, mandíbula, cuello, espalda o brazos. Puede ser un sentido de presión en el pecho, como si algo lo aplastara. El dolor de angina de pecho normalmente es causado y empeora cuando se hace ejercicio y se calma con el reposo. El dolor dura de 2 a 5 minutos generalmente. Si experimenta este tipo de dolor en el pecho, deberá comunicarse con su médico. Puede tomar medicamentos que le ayudarán con la angina de pecho. Si sospecha que podría estar teniendo un ataque cardíaco (véanse las señales de advertencia a continuación), llame o haga que alguien llame al 9-1-1.

No todos los malestares en el pecho significan que tiene angina de pecho. Por ejemplo, el reflujo de ácidos (la acidez) y la infección o inflamación de los pulmones puede ocasionar dolor en el pecho.

Aquí hay algunas señales de que su angina de pecho es muy grave y que puede estar teniendo un ataque cardíaco. Si siente alguna de estas señales, llame al 9-1-1 inmediatamente:

- Dolor o malestar muy fuerte que empeora y dura más de 20 minutos.
- Dolor o malestar acompañado de debilidad, sentido de molestias en el estómago, sudor o desmayo.
- Dolor o malestar que no acaba después que toma su medicamento para la angina de pecho.
- Dolor o malestar que nunca había sido tan fuerte.

¿La angina de pecho significa que estoy teniendo un ataque cardíaco?

No necesariamente. Un episodio de angina de pecho no es un ataque cardíaco pero significa que tiene mayores probabilidades de tener un ataque cardíaco. El dolor de angina de pecho indica que parte del músculo del corazón no está recibiendo suficiente sangre en ese momento. Por otro lado, un ataque cardíaco ocurre cuando el flujo de sangre que va a alguna parte del corazón se suspende de repente y permanentemente, por lo general debido a un coágulo de sangre. Esto puede provocar daños graves al corazón.

¿Todos los casos de angina de pecho son iguales?

No. Existen dos tipos principales de angina de pecho: *angina común o estable* y *angina inestable*. Ambos tipos de angina de pecho indican un incremento en el riesgo de un ataque cardíaco, pero la angina inestable es con frecuencia una señal de advertencia de que puede ocurrir pronto un ataque cardíaco.

Las personas con angina común o estable tienen episodios de malestar en el pecho que normalmente ocurren en un patrón esperado. La angina común sucede cuando se esfuerza más de lo normal (como correr para alcanzar al autobús) o se encuentra bajo estrés mental y emocional. El nivel de actividad o estrés que causa la angina de pecho es algo predecible, y el patrón cambia sólo lentamente. Reposar o relajarse generalmente alivia el malestar.

La angina inestable, en lugar de aparecer gradualmente, puede aparecer primero como un episodio muy grave o como ataques de angina de pecho frecuentes y recurrentes. El dolor de pecho de la angina inestable es inesperado y normalmente ocurre cuando se está en reposo, o puede despertar a la persona durante la noche. Algunas veces un patrón determinado de angina estable puede cambiar repentinamente. Por ejemplo, puede ser provocado por mucho menos ejercicio del que hacía en el pasado. La angina inestable deberá tratarse como un caso de emergencia debido a que puede ocasionar rápidamente un ataque cardíaco, ritmos cardíacos peligrosos o incluso la muerte repentina.

¿Existen otros tipos de angina de pecho además de las anginas estable (común) e inestable?

Existen dos otros tipos de angina de pecho. Una, la angina variante o de *Prinzmetal*, es muy rara, pero ocasiona malestares casi todo el tiempo cuando la persona está en reposo. Es causada por espasmos que estrechan las arterias coronarias y disminuyen el flujo de sangre al corazón. El otro tipo se denomina *angina microvascular*. Les ocurre a personas que sienten dolor en el pecho pero que no tienen obstrucciones evidentes en las arterias coronarias. El dolor de la *angina microvascular* es ocasionado por un funcionamiento deficiente de los vasos sanguíneos. Este tipo de angina puede tratarse con los mismos medicamentos que la angina común.

¿Cómo se diagnostica la angina de pecho?

Los médicos generalmente pueden averiguar si tiene angina de pecho escuchando lo que usted les platica acerca de sus síntomas y patrones. También pueden ordenar algunas pruebas para evaluar mejor su angina de pecho. Estas pruebas pueden incluir radiografías, un electrocardiograma (ECG o EKG) en reposo, o durante y después de hacer ejercicio; *una prueba nuclear de esfuerzo y una angiografía coronaria*. La angina variante puede diagnosticarse utilizando un monitor Holter. Este monitor obtiene una lectura continua de su ritmo y frecuencia cardíaca durante periodos de 24 horas (o mayores.) Usted usará un dispositivo de grabación (el monitor Holter) que se conectará a pequeños discos de metal llamados electrodos que se colocarán sobre su pecho. Con el uso de cierta clase de monitores, usted podrá presionar un botón de “grabación” para captar el ritmo cuando sienta los síntomas de la angina de pecho.

¿Qué debo hacer si comienzo a tener dolores en el pecho inesperadamente mientras estoy en reposo?

Si tiene dolor en el pecho inesperadamente mientras está en reposo, busque ayuda médica de inmediato. Llame o haga que alguien más llame al 9-1-1. Esta clase de dolor puede indicar que se están formando coágulos en las arterias y que están a punto de ocasionar un ataque cardíaco. Están disponibles en el hospital medicamentos que pueden detener la formación de coágulos y disolver aquellos ya existentes.

¿Cuál es el tratamiento a seguir en el caso de la angina de pecho?

Los cambios en el estilo de vida y los medicamentos son las formas más comunes de controlar la angina estable. Aunque el ejercicio puede provocar la angina de pecho, eso no significa que deberá dejar de hacer ejercicio. De hecho, usted deberá seguir un programa de ejercicios que haya sido aprobado por su médico.

Entre los factores de riesgo de las enfermedades de las arterias coronarias que debería controlar se encuentran la hipertensión sanguínea, fumar, el colesterol elevado en la sangre y el sobrepeso. Al llevar una dieta saludable, no fumar, limitar el consumo de alcohol y evitar el estrés, usted podrá vivir más cómodamente y con menos ataques de angina de pecho. Es posible que necesite medicamentos que le ayuden a reducir la presión sanguínea o el colesterol.

A menudo se utilizan medicamentos para controlar la angina de pecho. El más común es la *nitroglicerina*, la cual alivia el dolor al relajar los vasos sanguíneos. Esto permite que fluya más sangre al músculo del corazón y también disminuye el esfuerzo del corazón. La nitroglicerina debe tomarse cuando tenga molestias o sienta que va a tenerlas. El médico puede ordenar que se tomen otros medicamentos todos los días, para ayudar a reducir el esfuerzo del corazón. Dos tipos de medicamentos utilizados con frecuencia son *los betabloqueantes* y *los bloqueantes de los canales de calcio*.

¿Qué cambios en el estilo de vida pueden ayudar si se tiene angina de pecho?

Hable con su médico acerca de los cambios que puede hacer para mejorar la salud de su corazón y la angina de pecho. Usted puede beneficiarse si:

- pierde peso
- incrementa su actividad física
- lleva una dieta saludable y no come en exceso
- controla el estrés en su vida
- deja de fumar
- bebe menos alcohol.

¿Qué pasa si los cambios en el estilo de vida y los medicamentos no funcionan para controlar la angina de pecho?

Si los cambios en el estilo de vida y los medicamentos no alivian la angina de pecho, o si el riesgo de un ataque cardíaco es alto, es posible que usted necesite pruebas y tratamientos adicionales. Una prueba convencional es el *cateterismo cardíaco*. En este procedimiento se introduce un catéter (un tubo delgado) en una arteria del antebrazo o la ingle, y se une con el corazón. Puede inyectarse un tinte en las arterias y rastrearse con radiografías computarizadas (*angiografía o arteriografía coronaria*) para mostrar las arterias obstruidas. Puede usarse la *angioplastia de balón* para despejar estas arterias obstruidas. Este procedimiento utiliza un balón diminuto que se infla brevemente dentro de la arteria. Algunas veces se coloca un *stent* (un tubo pequeño de malla de metal) para ayudar a mantener abierta la arteria.

Para obtener más información...

Para obtener más información acerca de la angina de pecho, comuníquese con el Centro Nacional de Información sobre la Salud de la Mujer (NWHIC por sus siglas en inglés) al (800) 994-9662 (WOMAN) o las organizaciones siguientes:

Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre, NIH, HHS

Número(s) telefónico(s): (301) 592-8573 (Oficina de información), (800) 575-9355 (Información sobre la presión sanguínea y el colesterol)

Dirección en Internet: <http://www.nhlbi.nih.gov/index.htm>

Asociación Americana del Corazón

Número(s) telefónico(s): (800) 242-8721

Dirección en Internet: <http://www.americanheart.org/>

Servicio de Información sobre el Corazón

Número(s) telefónico(s): (800) 292-2221

Dirección en Internet: <http://www.texasheartinstitute.org/>

Colegio Americano de Cardiología

Número(s) telefónico(s): (800) 253-4636

Dirección en Internet: <http://www.acc.org/>

La Verdad del Corazón de la Mujer

Campaña nacional para educar a las mujeres acerca de las enfermedades del corazón

Número(s) telefónico(s): (800) 793-2665

Dirección en Internet: <http://www.nhlbi.nih.gov/health/hearttruth/>

Esta información se adaptó de las hojas de información preparadas por el Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre, incluyendo "Facts about Angina" y "Facts about Heart Disease and Women: So You Have Heart Disease."

Todo el material contenido en las Preguntas Frecuentes carece de restricciones de derechos de autor y puede copiarse, reproducirse o duplicarse sin permiso del Departamento de Salud y Servicios Humanos, Oficina de Salud de las Mujeres. Se agradecerá citar la fuente.

Marzo de 2002