Sistema circulatorio

IDEAL
Health in Deaf

Project Number: 2022-2-SK01-KA220-ADU-000102228

Cofinanciado por
la Unión Europea

Contenido

- ¿Qué es el sistema circulatorio?
- Factores de riesgo de problemas circulatorios
- Problemas más comunes del sistema circulatorio
- ¿Qué hacer?
- Especialistas
- Recursos útiles

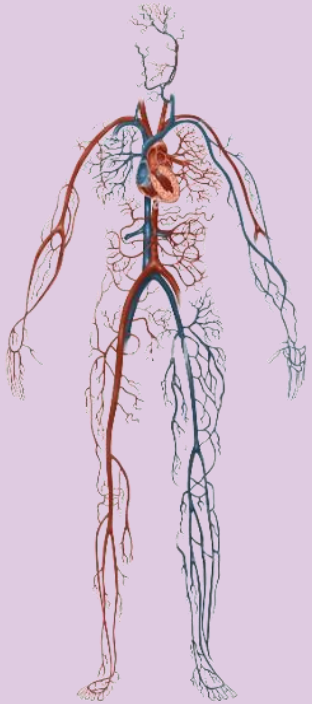
IDEAL
Health in Deaf

¿Qué es el sistema circulatorio?

El sistema circulatorio (SC), también llamado sistema cardiovascular o sistema vascular, **tiene la función de transportar nutrientes, gases y productos de desecho hacia y desde los tejidos corporales**. Los seres humanos tenemos un SC cerrado con dos partes principales: la **circulación pulmonar** y la **circulación sistémica**.

La circulación pulmonar (o circulación "pequeña") mueve la **sangre entre el corazón y los pulmones**. Comienza en el lado derecho del corazón. Luego envía sangre a los pulmones a través de la arteria pulmonar. En los pulmones, la sangre recoge oxígeno y luego regresa al lado izquierdo del corazón.

La circulación sistémica (o circulación "grande") mueve la **sangre entre el corazón y el resto del cuerpo**. Entrega nutrientes y oxígeno a las células del cuerpo. La sangre fluye desde el lado izquierdo del corazón a través de las arterias y la aorta a todas las partes del cuerpo. Luego regresa a través de las venas al lado derecho del corazón y continúa hacia la circulación pulmonar.



IDEAL
Health in Deaf

Problemas circulatorios

Factores de riesgo:

- presión arterial alta
- colesterol alto
- tabaquismo
- sobrepeso y obesidad
- mala alimentación
- diabetes
- estrés intenso
- antecedentes familiares

IDEAL
Health in Deaf

Problemas más comunes del sistema circulatorio

- **Accidente cerebrovascular (ACV)**
  Por lo general, esto ocurre **cuando la sangre de repente no puede fluir a una parte del cerebro porque un coágulo de sangre bloquea parcial o totalmente el flujo**. Entonces, el cerebro no recibe el oxígeno y los nutrientes que necesita.

Síntomas:

- Debilidad o parálisis en un lado del cuerpo (la persona puede no ser capaz de levantar un brazo, mover una pierna o puede tener problemas para caminar);
- Parálisis en un lado de la cara, a menudo con una comisura de la boca caída;
- Dificultad para hablar o comprender lo que se le dice (la persona puede parecer confundida);
- Problemas de equilibrio y coordinación;
- Sensación de mareos y malestar estomacal;
- Dolor de cabeza intenso;
- Problemas repentinos de visión, como visión borrosa o pérdida de parte de la visión.

¡Si tiene estos problemas, llame a una ambulancia inmediatamente!

IDEAL
Health in Deaf

Problemas más comunes del sistema circulatorio

- **Presión arterial alta (hipertensión)**
  Al principio, la presión arterial alta no suele presentar síntomas. Más adelante, los síntomas pueden incluir:
  - **Sensación de mucho cansancio;**
  - **Dolores de cabeza fuertes;**
  - **Problemas de visión;**
  - **Latidos cardíacos irregulares;**
  - **Sangre en la orina;**
  - **Dificultad para respirar;**
  - **Dolor en el pecho.**

- **Enfermedades cardíacas**
  Las enfermedades cardíacas incluyen:
  - **Ateroesclerosis;**
  - **Angina de pecho;**
  - **Ataque cardíaco;**
  - **Accidente cerebrovascular;**
  - **Enfermedad cardíaca isquémica.**

IDEAL
Health in Deaf

¿Qué hacer?

Prevención

Para ayudar a reducir estos problemas, puede:

- realizar **controles médicos periódicos** para controlar la presión arterial, el colesterol y el nivel de azúcar en sangre;
- **comer muchas verduras, frutas y cereales integrales;**
- **comer menos azúcar, sal y grasas no saludables;**
- **hacer ejercicio regularmente** para mantener un peso saludable y mejorar la circulación;
- **limitar el consumo de alcohol y tabaco;**
- **controlar el estrés** (pruebe la meditación, el yoga o la respiración profunda);
- dormir lo suficiente;
- beber suficiente agua.

IDEAL
Health in Deaf

Especialistas

Diferentes especialistas, para diferentes problemas

Cardiólogo

Un cardiólogo es un médico que se especializa en diagnosticar y tratar afecciones del corazón y los vasos sanguíneos. Realiza pruebas como ecocardiogramas y pruebas de esfuerzo para verificar la salud del corazón. Los cardiólogos también brindan asesoramiento sobre cambios en el estilo de vida y medicamentos para ayudar a mejorar la salud del corazón.

Cardiólogo pediátrico

Estudia y trata enfermedades cardíacas en niños y recién nacidos.

Internista

Un internista es un médico que trata los órganos internos, como el corazón, los riñones y el hígado. Aborda una amplia gama de problemas de salud, incluidos los problemas con el sistema circulatorio y el corazón.

Flebólogo

Los flebólogos tratan problemas con las venas del cuerpo. Ayudan con problemas como las venas varicosas, que son venas hinchadas que pueden ser dolorosas, y los coágulos de sangre. Utilizan diferentes tratamientos, como inyecciones especiales o láseres, para ayudar a mejorar el flujo sanguíneo.

Especialistas

Especialistas diferentes para diferentes problemas

Cirujano vascular

Cirujano vascular

Un cirujano vascular es un experto en procedimientos quirúrgicos relacionados con los vasos sanguíneos, incluidas las operaciones en arterias y venas.

Raiólogo cardiovascular

Un radiólogo cardiovascular es un especialista que utiliza métodos de diagnóstico por imágenes, como la ecografía (la ecografía es una técnica de diagnóstico por imágenes médicas que utiliza ondas sonoras de alta frecuencia para crear imágenes del interior del cuerpo) o la angiografía (la angiografía es una técnica de diagnóstico por imágenes médicas que se utiliza para visualizar el interior de los vasos sanguíneos y los órganos, generalmente para detectar bloqueos o anomalías), para diagnosticar y controlar las enfermedades vasculares.

Angiólogo

Un angiólogo es un médico que se especializa en el diagnóstico y el tratamiento de enfermedades relacionadas con los vasos sanguíneos, incluidas las arterias y las venas.

IDEAL
Health in Deaf

Saber más…

IDEAL
Health in Deaf