Enfermedades del corazón

IDEAL
Health in Deaf

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

Cofinanciado por
la Unión Europea

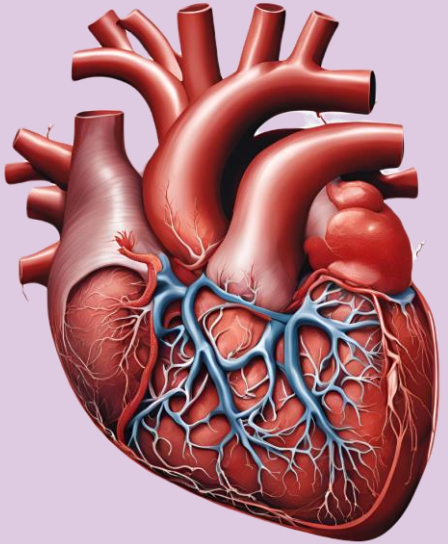
Contenidos

- ¿Qué es le corazón?
- Factores de riesgo de enfermedades cardíacas
- Problemas cardíacos más comunes
- ¿Qué hacer?
- Especialistas
- Recursos útiles

IDEAL
Health in Deaf

¿Qué es el corazón?

El corazón es un **órgano muscular que funciona como bomba para el sistema circulatorio**. El corazón está situado en la cavidad torácica entre los pulmones y tiene aproximadamente el **tamaño de un puño humano.**



¿Qué sabemos sobre el corazón?

- El corazón bombea sangre oxigenada al cuerpo y sangre desoxigenada a los pulmones, donde obtiene oxígeno.
- El corazón bombea alrededor de 5 litros de sangre por minuto.
- El corazón se divide en 4 partes: la aurícula derecha, la aurícula izquierda, el ventrículo derecho y el ventrículo izquierdo.
- El corazón tiene su propio sistema que regula su ritmo.
- El corazón funciona en ciclos: 1) contracción (sístole), seguida de 2) relajación (diástole).

IDEAL
Health in Deaf

Factores de riesgo

- Falta de actividad física
- Dieta poco saludable
- Fumar
- Sobrepeso
- Consumo excesivo de alcohol

Enfermedades comunes del corazón

Cardiopatía isquémica
La cardiopatía isquémica se produce **cuando el corazón sufre daños debido a que las arterias se estrechan o se bloquean.**

Angina de pecho (AP)
La AP es un tipo de cardiopatía isquémica. **Se produce cuando el corazón no recibe suficiente oxígeno o sangre**. **Esto provoca isquemia, lo que significa que el corazón no puede funcionar como debería**. La AP es un tipo de dolor que se siente como presión en el pecho. A veces, la respiración puede resultar muy difícil y la persona puede sentirse ansiosa.

Defectos cardíacos congénitos
Los defectos cardíacos congénitos son problemas cardíacos con los que las personas nacen. Algunos defectos son leves y no causan muchos problemas, e incluso pueden mejorar por sí solos. Otros defectos pueden ser más graves y pueden provocar una muerte prematura si no se tratan.

Enfermedades comunes del corazón

Infarto de miocardio (ataque cardíaco)
Un ataque cardíaco ocurre cuando parte del músculo cardíaco muere repentinamente, generalmente debido a un coágulo de sangre en las arterias (llamado trombosis). Puede ser muy peligroso y, a menudo, conduce a la muerte. ¿Cómo se puede reconocer un ataque cardíaco? Recuerde que las mujeres pueden tener síntomas menos claros que los hombres.

- Dolor en el pecho detrás del esternón (generalmente sordo, opresivo o ardiente),
- Dificultad para respirar,
- Dolor en la parte superior del abdomen,
- Náuseas,
- Ansiedad,
- Sudor frío,
- Sensación de mucho cansancio,
- Mareos,
- Sensación de desmayo,
- Dolor que se irradia a la mandíbula inferior, el brazo izquierdo o entre los omóplatos.

¿Qué hacer?

1 PREVENCIÓN

Puede reducir estos problemas:

- realizando **controles médicos regulares**,
- comiendo **muchas verduras, frutas, cereales integrales, legumbres y frutos secos**,
- comiendo menos azúcar y grasas no saludables (ácidos grasos saturados), especialmente de productos animales,
- siendo **activo regularmente**, como caminar a paso ligero durante 30 minutos cada día.

2 CONSULTE A UN ESPECIALISTA

- Piense en sus **problemas y síntomas**.
- Luego, **busque un médico que se especialice en esas áreas y solicite una cita**.

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.

- **Cirujano cardiovascular**
  Un cirujano cardiovascular es un especialista que realiza cirugías en el corazón y los vasos sanguíneos, como cirugías de bypass y reparaciones de válvulas cardíacas. En la cirugía de bypass cardíaco, el cirujano usa un vaso sanguíneo de otra parte del cuerpo para rodear una arteria bloqueada. Un reemplazo de válvula cardíaca es cuando el cirujano reemplaza o repara las válvulas que controlan el flujo sanguíneo en el corazón.

Especialistas

Especialistas diferentes para diferentes problemas

- **Cardiólogo intervencionista**
  Un cardiólogo intervencionista diagnostica y trata problemas del corazón y los vasos sanguíneos mediante pequeños tubos llamados catéteres. Realiza procedimientos como la angioplastia, que abre las arterias bloqueadas, y la implantación de stents, donde se utilizan tubos para mantener la arteria abierta y mejorar el flujo sanguíneo.

- **Electrofisiólogo**
  Un electrofisiólogo (EP) se especializa en diagnosticar y tratar problemas del ritmo cardíaco, conocidos como arritmias. Realiza pruebas para averiguar qué áreas del corazón están causando estos problemas. Puede realizar procedimientos como la ablación, que ayuda a tratar los latidos cardíacos irregulares.

Recursos útiles

- Utilice las secciones “Global” y “Región” del sitio web de la **OMS (Organización Mundial de la Salud)** para obtener más información sobre temas y datos de salud en diferentes continentes. https://www.who.int/es/home

- Más videos para aprender más sobre los problemas del corazón y todo el cuerpo en el canal de Youtube de **FreeMedEducation .** (Activar la opción de subtítulos en español)
https://www.youtube.com/@FME/search?query=heart

IDEAL
Health in Deaf

Saber más…

IDEAL
Health in Deaf