

Conozca los signos de advertencia de ataques cardíacos y ataques cerebrales

Podría salvar su vida



Los ataques cardíacos y los accidentes cerebrovasculares son emergencias potencialmente mortales; cada segundo cuenta. Si piensa que usted o alguien con quien está tiene algún síntoma de ataque cardíaco o accidente cerebrovascular, llame al 911 (o su número de emergencia local) inmediatamente.

Para un accidente cerebrovascular, también tenga en cuenta el momento en que aparecieron los primeros síntomas. Un medicamento para la coagulación que se recibe en el plazo de las 3 a 4,5 horas del comienzo de los síntomas puede mejorar sus posibilidades de recuperarse más rápido.

Signos de alarma del ataque cardíaco

Algunos ataques cardíacos son repentinos e intensos, pero la mayoría comienza lentamente, con dolor leve o molestia. Los signos de advertencia son los siguientes:

-  • Molestia torácica: La mayoría de los ataques cardíacos se manifiestan mediante molestias en el centro del tórax que pueden durar unos minutos o ser intermitentes. Se pueden sentir como una presión, opresión, inflamación o dolor.
-  • Molestia en otras partes del torso: Entre los síntomas se encuentran dolor o molestias en uno o ambos brazos, la espalda, el cuello, la mandíbula o el estómago.
-  • Respiración entrecortada: Esto puede ocurrir con o sin molestias torácicas.
-  • Otros signos pueden incluir brotes de sudor frío, náuseas o mareo.

Al igual que para los hombres, el síntoma de ataque cardíaco más frecuente en las mujeres es el dolor torácico o la molestia. Sin embargo, las mujeres tienen más probabilidades que los hombres de experimentar algunos de los otros síntomas frecuentes, especialmente respiración entrecortada, náuseas/vómitos y dolor de espalda o mandíbula.

Signos de alarma del accidente cerebrovascular

- Repentino hormigueo o debilidad de los músculos del rostro, brazo o pierna, sobre todo localizados en uno de los lados del cuerpo
- Problemas repentinos de visión en uno o en ambos ojos
- Confusión o dificultad repentinamente para hablar o comprender
- Dificultad repentina para caminar, mareos o pérdida de equilibrio o coordinación
- Cefalea grave repentina sin causa conocida

El acrónimo F.A.S.T. (del inglés "RÁPIDO") es una forma fácil de reconocer y responder a los signos de advertencia de un ataque cerebral. Las letras significan lo siguiente:

-  • **Face dropping (parálisis facial):** pida a la persona que sonría. ¿Presenta hormigueo o parálisis facial en un lado de la cara?
-  • **Arm weakness (debilidad de los brazos):** pida a la persona que suba los dos brazos. ¿Lo siente débil o entumecido? ¿Uno de los brazos se cae?
-  • **Speech difficulty (dificultad para hablar):** pida a la persona que repita una frase simple, como "El cielo es azul". ¿Repite la frase correctamente? ¿No puede hablar o es difícil de entender?
-  • **Time to call 911 (momento de llamar al número de emergencias):** si la persona muestra cualquiera de estos síntomas, incluso si desaparecen, llame al número de emergencias y llévela inmediatamente al hospital.

La American Heart Association y el National Heart, Lung, and Blood Institute (Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre) trabajan juntos por la salud de los corazones de las mujeres.

GoRedForWomen.org