



Mujeres viviendo con la enfermedad de las arterias coronarias (CAD, por sus siglas en inglés)



Obtenga el cuidado de salud que usted necesita

Si ha estado viviendo por algún tiempo con la enfermedad de las arterias coronarias (EAC, o CAD por sus siglas en inglés, también conocida como “cardiopatía coronaria” y “enfermedad arterial coronaria”) probablemente sabe que puede causar un ataque al corazón o una falla cardíaca (también conocida como “insuficiencia cardíaca”), especialmente si no recibe el tratamiento que necesita.

La buena noticia es que puede tomar medidas para apoyarse usted misma y asegurarse de que esté recibiendo el tratamiento que necesita para estar lo más sana posible.



Las mujeres y la enfermedad de las arterias coronarias

La enfermedad de las arterias coronarias es la principal causa de muerte entre las mujeres, y afecta a una de cada 16 mujeres en los Estados Unidos¹.

Las mujeres pueden tener diferentes síntomas de la enfermedad de las arterias coronarias que los hombres, como dolor en la mandíbula o en la parte baja de la espalda. Esto significa que les puede tomar más tiempo a las mujeres para obtener el tratamiento que necesitan.

¹[cdc.gov/healthequity/spanish/features/heartdisease/](https://www.cdc.gov/healthequity/spanish/features/heartdisease/)

Apoye y proteja su propia salud

Aprenda sobre sus opciones de tratamiento. Usted puede controlar la enfermedad de las arterias coronarias con cambios en su estilo de vida y diferentes tipos de medicamentos. El tratamiento para la enfermedad de las arterias coronarias también puede incluir estos procedimientos:

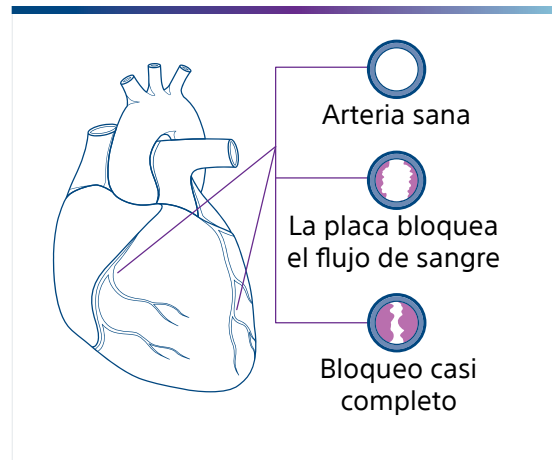
- **Intervención coronaria percutánea (PCI, por sus siglas en inglés, también llamada "angioplastia coronaria"):** un procedimiento en que un médico inserta un pequeño tubo (llamado *stent*, en inglés) o un dispositivo inflable (similar a un globo) para abrir una arteria bloqueada de su corazón
- **Cirugía de derivación de la arteria coronaria (CABG, por sus siglas en inglés):** un tipo de cirugía a corazón abierto, conocida en inglés como *bypass*, que crea un nuevo camino para que la sangre fluya alrededor de las arterias bloqueadas de su corazón

Haga preguntas a su médico para asegurarse de que está recibiendo el cuidado de salud que usted necesita. Por ejemplo:

- ¿Por qué recomienda mi plan actual de tratamiento?
- ¿Hay otros medicamentos, dietas o actividades que podrían ayudarme?
- ¿Puede hablarme sobre la intervención coronaria percutánea? ¿Es una opción para mí?
- ¿Cumpló con los requisitos para participar en un ensayo clínico?

Cumpla con todas las visitas médicas. Sin embargo, recuerde que usted tiene derecho a recibir cuidado de salud de un médico en quien confíe, alguien que tome sus síntomas seriamente, que escuche sus opiniones y responda a todas sus preguntas.

Si no está segura sobre su cuidado de salud, pida una segunda opinión de otro médico.



La enfermedad de las arterias coronarias se presenta cuando la placa (compuesta por colesterol y grasa) se acumula en las arterias que llevan sangre al músculo del corazón. Esto hace que las arterias se estrechen y se bloquee el flujo de sangre, por lo que menos sangre llega al corazón.

Si no se siente cómoda hablando en inglés con su médico, enfermera o profesional de salud, hágalo saber. Muchos centros médicos están obligados por ley a ofrecer servicios de ayuda de idiomas sin costo (como por ejemplo, traductores orales o traducción por escrito).

Haga que su salud sea una prioridad. Las mujeres a menudo cumplen el papel de cuidadoras. Pero es importante cuidarse también a usted misma, por ejemplo, llamando a su médico si tiene un nuevo síntoma o si siente algo fuera de lo normal.

Lleve a un familiar o amigo con usted a sus visitas médicas. Ellos pueden ofrecer apoyo emocional, ayudarle a hacer preguntas y tomar notas.

Pídale a su médico que le recomiende un grupo de apoyo para personas con problemas del corazón. Es posible que le resulte útil hablar con otras personas que están pasando por lo mismo que usted.



Y recuerde, un ataque al corazón **siempre** es una urgencia médica. Si usted cree que está teniendo un ataque al corazón, llame inmediatamente al 911. Lea sobre los síntomas de un ataque al corazón:

nhlbi.nih.gov/es/salud/ataque-cardiaco/sintomas