



Mujeres viviendo con la enfermedad arterial periférica (PAD, por sus siglas en inglés)



Obtenga el cuidado de salud que usted necesita

Si usted ha estado viviendo con la enfermedad arterial periférica (PAD, por sus siglas en inglés) por un tiempo, probablemente sabe que puede causar un daño grave a algunas partes de su cuerpo, generalmente a las piernas y los pies. En algunos casos, puede incluso causar la pérdida (amputación) de una pierna o un pie, especialmente cuando las personas no obtienen cuidado médico a tiempo.

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



Las mujeres y la enfermedad arterial periférica

Las mujeres tienen más probabilidad que los hombres¹ de desarrollar la enfermedad arterial periférica, pero podrían tener menos probabilidad de obtener el cuidado y tratamiento adecuados². Una razón que puede explicar este problema es que a menudo las mujeres no presentan el típico dolor de piernas de la enfermedad arterial periférica, o no lo reportan tan frecuentemente como los hombres³.

¹ doi.org/10.1016/j.amepre.2006.12.010 (en inglés) ² ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5984648/ (en inglés)

³ doi.org/10.1055%2Fs-0038-1636515 (en inglés)

Apoye y proteja su propia salud

Pregúntele a su médico si usted necesita una angiografía (también conocida como angiografía coronaria). Una angiografía es una prueba que su médico puede usar para ver qué arterias están bloqueadas y qué tipo de tratamiento podría ser el más útil para usted.

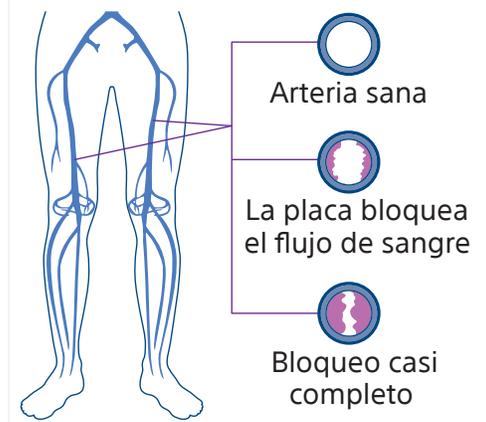
Aprenda más sobre sus opciones de tratamiento. El tratamiento para la enfermedad arterial periférica a menudo incluye programas de caminata y medicamentos, como los anticoagulantes. El tratamiento puede incluir también estos procedimientos:

- **Angioplastia**, que usa un globo para ensanchar las arterias bloqueadas. A veces se usa un pequeño tubo (conocido como endoprótesis vascular o *stent* en inglés) para ayudar a mantener abierta una arteria
- **Cirugía de derivación cardíaca (comúnmente conocida como *bypass* en inglés)**, que usa un pedazo de otro vaso sanguíneo de su cuerpo (o un vaso sanguíneo artificial fabricado en un laboratorio) para crear un nuevo paso para la sangre alrededor de una arteria bloqueada

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

Por ejemplo:

- ¿Por qué recomienda mi plan de tratamiento actual?
- ¿Son el globo o un *stent* para expandir una arteria opciones de tratamiento para mí?
- ¿Qué puedo hacer para reducir mi riesgo de tener una amputación?
- ¿Cumpló con los requisitos para participar en un ensayo clínico?



La enfermedad arterial periférica se presenta cuando la placa (compuesta por colesterol y grasa) se acumula en las arterias que llevan sangre de su corazón a sus piernas. Esto endurece y estrecha las arterias, lo que significa que las piernas no reciben suficiente sangre. Si el flujo sanguíneo se bloquea completamente, el tejido en sus piernas puede morir, lo que lleva a veces a la amputación.

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 que responda a todas sus preguntas.

Si se siente insegura sobre su cuidado de salud, pida una segunda opinión de otro médico.

Haga que su propia salud sea una prioridad. Las mujeres a menudo ejercen el papel de cuidadoras. Sin embargo, es importante cuidarse a sí misma también, por ejemplo, llamando a su médico si usted tiene un nuevo síntoma o si hay algo que no se siente bien.

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).

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



Si usted tiene úlceras o llagas en sus piernas o pies, que no están sanando, asegúrese de mostrárselas a su médico. Esto podría ser una señal de un problema grave. Por eso es importante recibir tratamiento lo más pronto posible.

