



¿Qué es el Síndrome Coronario Agudo?

EDUCACION Y CUIDADO DE NUESTROS PACIENTES ...

Programa Educación a Paciente y/o Familia

Colaboración: Educación Médica

Lo que discutiremos

¿Qué es el Síndrome Coronario Agudo?

¿Cuáles son los factores de riesgos?

¿Cuáles son los síntomas?

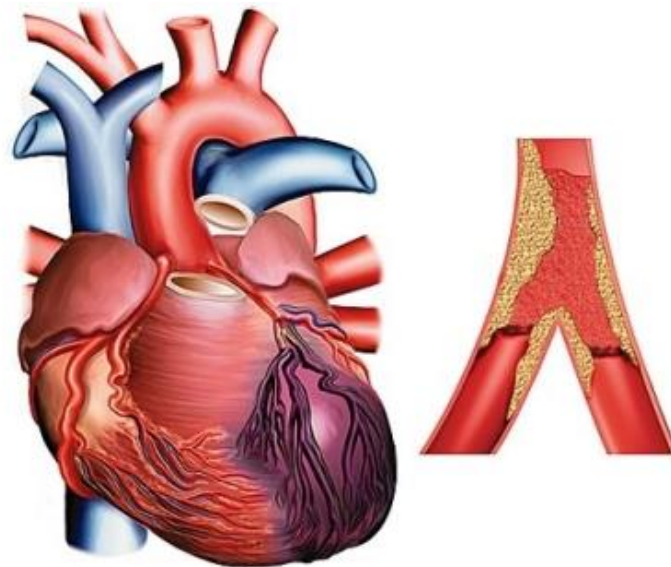
¿Cómo se diagnostica?

¿Cuál es el tratamiento?

¿Cómo prevenirlas o controlarlas?

Síndrome Coronario Agudo

- ▶ Es un conjunto de enfermedades que afectan al corazón y se caracterizan por producirse como resultado del poco flujo de sangre al músculo cardíaco.



El Síndrome Coronario Agudo se puede manifestar como:

- ❑ Isquemia Cardíaca
- ❑ Infarto al Miocardio
- ❑ Angina de Pecho Inestable

Isquemia Cardíaca

- ▶ Es una enfermedad en la que se produce una disminución del flujo de sangre al músculo cardíaco.
- ▶ Se produce una isquemia cardíaca cuando una arteria se estrecha u obstruye momentáneamente, impidiendo que llegue al corazón sangre rica en oxígeno.

Infarto al Miocardio

- ▶ Cuando se presenta un ataque cardiaco es porque se bloquea el flujo de sangre a una parte del corazón causando daño permanente por falta de oxígeno.
- ▶ Un ataque cardíaco puede ocurrir cuando:
 - Se presenta una ruptura en la placa (grasa) provocando que las plaquetas y otras sustancias formen un coágulo de sangre bloqueando el flujo de sangre al miocardio.
 - O por una acumulación de placa(grasa) que puede estrechar una de las arterias coronarias y bloquearla.

Angina de Pecho Inestable

- ▶ Ocurre cuando el corazón no recibe suficiente flujo de sangre y oxígeno y puede llevar a un ataque cardíaco.
- ▶ Es un tipo de molestia en el pecho causada por la deficiencia del flujo de sangre a través de los vasos sanguíneos del músculo cardíaco.



Factores de riesgo

- ▶ Historial familiar con enfermedades cardiovasculares
- ▶ Sobrepeso u obesidad
- ▶ Fumar
- ▶ Colesterol “malo” (LDL) y triglicéridos altos y el colesterol “bueno” (HDL) bajo
- ▶ Hipertensión descontrolada
- ▶ Diabetes descontrolada
- ▶ Falta de actividad física
- ▶ Alimentación inadecuada

Síntomas

- ▶ Dolor de pecho (presión, opresión, incomodidad o quemazón)
- ▶ Falta de aire
- ▶ Palpitaciones (latidos irregulares)
- ▶ Sudor, náuseas o mareos
- ▶ Debilidad extrema
- ▶ Ritmo cardíaco acelerado
- ▶ Dolor o molestia en la parte superior del cuerpo, ambos brazos, espalda, cuello, mandíbula o abdomen.

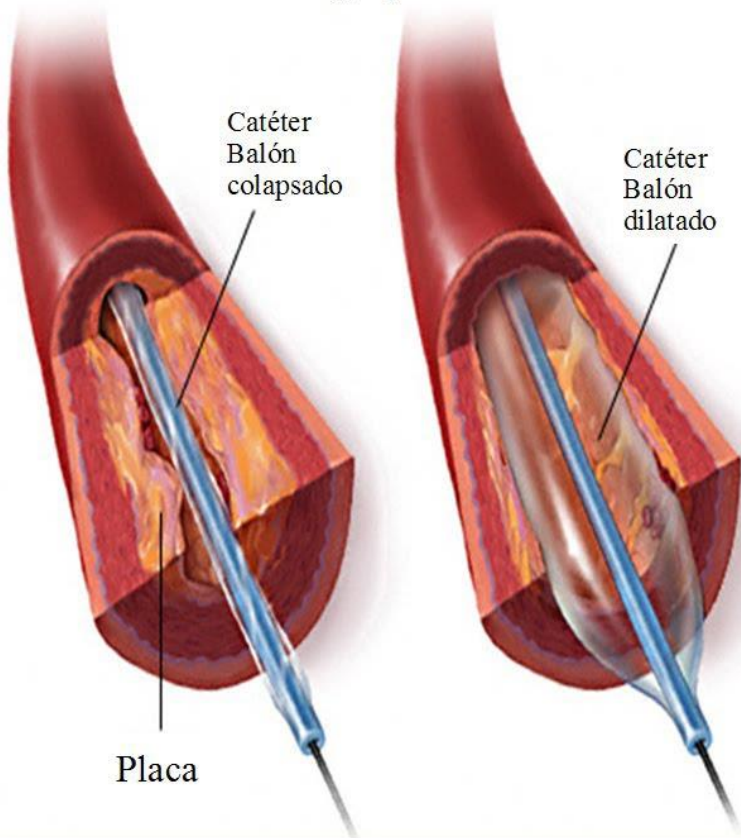
Diagnóstico

- ▶ El diagnóstico se basa en los síntomas que presenta el paciente
- ▶ Pruebas que ayudan a confirmarlo:
 - Electrocardiograma (ECG)
 - Exámenes de sangre
 - Radiografía del tórax
 - Ecocardiograma
 - Cateterismo cardiaco
 - Angiografías coronaria
 - Entre otros

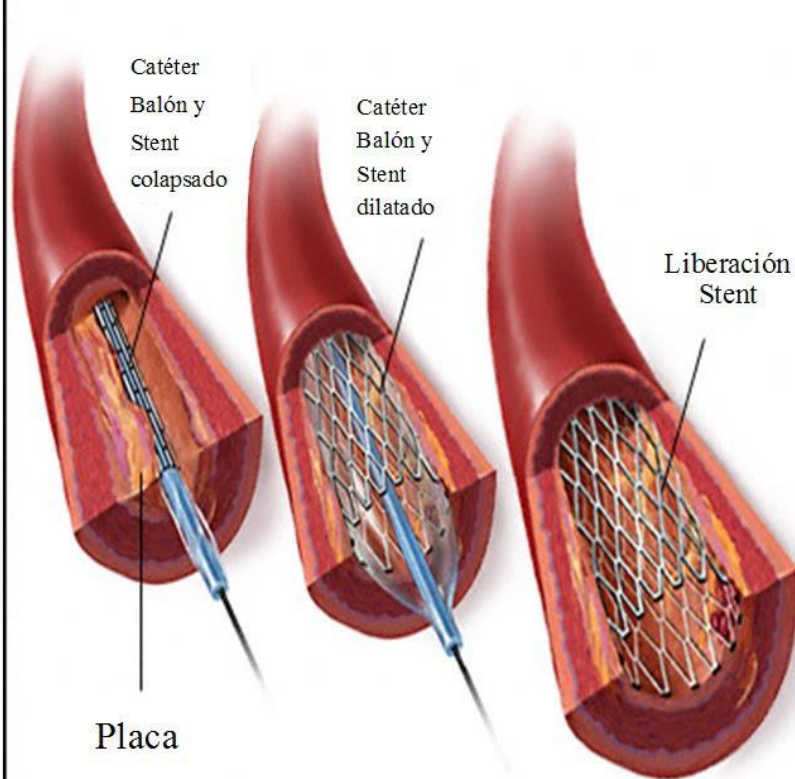
Tratamiento

- Nitroglicerina – ayudar a aliviar el dolor de pecho.
- Aspirina o antiplaquetarios – para evitar coágulos de sangre.
- Betabloqueadores – relajan el músculo cardíaco y permite que el corazón bombee con más facilidad.
- Inhibidores de ECA – baja la presión sanguínea y reduce la sobrecarga del corazón.
- Estatinas – ayudan a bajar el colesterol “malo”.
- El cardiólogo puede ordenar que se le realice un cateterismo para examinar los vasos sanguíneos. De encontrar un bloqueo, se le colocará un globo (angioplastia) o malla metálica(“stent”). Otra opción sería un cirugía para empujar la placa contra las paredes de las arterias, extraer la placa o hacer un desvío de las arterias usando un vaso sanguíneo de la pierna (“bypass”).

Angioplastia



Stent



CAMBIOS EN ESTILO DE VIDA



Evite el consumo de sodio (sal)



▶ Sodio

- Consuma alimentos bajo en sodio.
- Lea la etiqueta nutricional de los alimentos y evalúe el contenido de sodio. Un alimento bajo en sodio tiene 140 mg por porción.
- Sustituya la sal, adobo, cubitos y sazón por hierbas, especias como: hoja de laurel, orégano, perejil, recaó, jengibre, mostaza, nuez moscada y pimienta. →
- Prefiera frutas y vegetales frescos antes de elegir los enlatados.

Datos Nutricionales

Tamaño por ración 1 taza (228g) Porciones en el paquete 2	
Cantidad por ración	
Calorías	90
Grasa Total	3g
Grasas Saturadas	0g
Colesterol	0mg
Sodio	140 mg
Carbohidrato Total	13g
Fibra	3g
Azúcar	3g
Proteína	9g

Evite consumir alimentos altos en grasa y sal:

- ▶ Jamón/Tocineta/Tocino
- ▶ Hot Dog
- ▶ Granos enlatados
- ▶ Platanutres
- ▶ Bacalao/Arenque
- ▶ Salchichas/“Corn Beef”
- ▶ Quesos altos en sodio (ej.cheddar)
- ▶ Adobo/cubitos/sazón
- ▶ Atún enlatado
- ▶ Bizcochos/mantecados
- ▶ Aceitunas, alcaparrados
- ▶ Carnes crudas
- ▶ Morcillas
- ▶ Salsa de tomate
- ▶ Chocolate, cocoa
- ▶ Ketchup/salsas picantes
- ▶ Vegetales enlatados



Productos de panadería



Fiambres y embutidos



Sopas, caldos y salsas deshidratadas



Snacks



Quesos (sobre todo los duros)

Pregunta:



- ▶ ¿Qué alimentos son los que debo evitar?
 - A. Altos en fibra
 - B. Altos en sodio y grasa –
 - C. Altos en proteína

Aumente el consumo de fibra

- ▶ Consuma frutas con cáscara.
- ▶ Prefiera cereales de grano integral como: arroz, pan y pasta.
- ▶ Consuma avena y granos (ej. Gandules, habichuelas y garbanzos, entre otros.)



Grasas y Colesterol

- ▶ Elimine alimentos con bajo contenido en grasas. Un alimento bajo en grasa debe tener 3g o menos por porción.
- ▶ Reduzca el consumo de grasa saturadas (de origen animal).
- ▶ Prefiera carnes asadas, al horno, al vapor o a la parrilla. Utilice “Pam Cooking Spray” para freír o dorar.
- ▶ Limita la cantidad de mantequilla, mayonesa, salsas con alto contenido en sodio y grasa.
- ▶ Utilice margarina, aceite vegetal.



Medicamentos

- ▶ Es importante que usted conozca los medicamentos que está tomando. Por ejemplo: nombre, cantidad que tiene que tomar, cuántas veces tiene que tomarla, cuándo la tiene que tomar y para qué es el medicamento. Cuando los compre, **pida la literatura.**

Nombre del medicamento	Dosificación (mg)	¿Cuánto?	¿Cuándo lo tomo? Marque todas las que apliquen				¿Para qué la toma?
			mañana 	mediodía 	tarde 	noche 	
Ejemplo: Lipitor®	10mg	1 tableta	x				Para baja el colesterol

Cesar de Fumar

Departamento de Salud



Ayuda telefónica para dejar de fumar

1-877-335-2567

libre de costo • www.salud.gov.pr

División de Control de Tabaco y Salud Oral

Recuerde:

- ▶ Evitar consumir carnes crudas, embutidos o enlatados.
- ▶ Consuma alimentos frescos y preparados en casa, evitando así los “Fast Foods”.
- ▶ Reducir la cantidad de sal que se le añade a la comida poco a poco para que el paladar se acostumbre.
- ▶ Sustituir condimentos altos en sodio como: sal, adobo, cubitos y sazón por especias frescas.
- ▶ Leer las etiquetas nutricionales y analizar el contenido de sodio de los alimentos.

Recuerde:

- ▶ Monitoree diariamente los niveles de presión arterial y azúcar en sangre.
- ▶ Evite fumar y de utilizar bebidas alcohólicas.
- ▶ Comience a realizar actividad física, según las indicaciones del médico.
- ▶ Duerma suficiente por la noche.
- ▶ Controle el estrés.
- ▶ Mantenga al día todos los medicamentos ordenados por el médico y tómelos según indica.
- ▶ No deje pasar su cita médica de seguimiento.

Pregunta:



- ▶ **¿Qué usted puede hacer para controlar las enfermedades cardiovasculares?**
 - a. Aumentar el consumo de frutas y vegetales
 - b. Disminuir el consumo de sal y grasa
 - c. Tomar los medicamentos según la indicación del médico
 - d. Controlar la diabetes y la presión arterial
 - e. **Todas las anteriores**

Una vez el médico da el alta hospitalaria:

- ▶ Un profesional de la salud le explicará las instrucciones a seguir: Estas incluyen lo siguiente:
 - Dieta – ¿Qué tipo de dieta debo seguir?
 - Tipo de actividad física – ¿Puedo o no hacer algún tipo de actividad física?
 - Medicamentos – ¿Qué medicamentos nuevos debo tomar y si tengo que continuar tomando los medicamentos anteriores?
 - Seguimiento con su médico primario – ¿Cuándo tengo que visitar a mi médico?.

Aproveche la oportunidad para aclarar dudas, no asuma.

Resumen de alta

- ▶ El resumen de alta (Discharge Summary) y la Reconciliación de Medicamentos tendrán toda la información de lo que se le hizo en el hospital y medicamentos administrados. Es importante que usted se lo entregue a su médico primario para seguimiento.

RESUMEN DE ALTA

MANATI MEDICAL CENTER MANATI, PUERTO RICO 00974
DISCHARGE SUMMARY

DATE OF ADMISSION _____ DATE OF DISCHARGE _____

PROVISIONAL DIAGNOSES: _____

PRINCIPAL, FINAL DIAGNOSIS: _____

SECONDARY DIAGNOSES: _____

OPERATION: _____ LEFT VENTRICULAR FUNCTION _____

HISTORY AND ESSENTIAL PHYSICAL FINDINGS: _____

Significant Laboratory, E-test, and Consultation Findings: _____

Course in Hospital with Complications, if any: _____

Infection On Admission In Hospital Not Infection

Medical Stability on Day of Discharge: BP _____ Pulse _____ Temp _____

Discharge Status and Final Instructions on Discharge:

Conditions on Discharge: Guarded Stable Good Anticipatory

Prevalent Medication: _____

Absolute daily activities Administer medication _____

Social interactions _____

Other: Recovered Stabilized Other _____

Medication: _____

Discharge Location: _____

Final Disposition: Home Extended care facility Office etc. _____

Transfer to _____ Other institutions: _____

Left against medical advice Transfer _____

Died ACE INFARCT _____

DATE: _____ SIGNATURE: _____ M.D. _____

**RECONCILIACION DE
MEDICAMENTOS**

Manatí Medical Center MANATI, PUERTO RICO
MEDICATION RECONCILIATION

ADMISSION: _____ PRESCRIPTION: Drug Chem Lab Other Other _____

DATE: _____

Medication/Procedure	DATE	RESULTS	REMARKS	LAST TAKEN	DISCONTINUED

No previous medication history

No medication at home

Equipment carried, non-medication

Notes by Primary Care Physician: _____

Reasons for Medication Review (check all that apply):

- Patient medication use
- Patient health status
- Changes
- Medication use at discharge
- Medication history/assessment
- Medication use at care institution facility
- Other: _____

Medication: _____

Final Disposition: _____

DATE: _____ SIGNATURE: _____ M.D. _____

Pregunta:



- ▶ ¿Qué documentos son los que se le entregan al paciente al alta?
 - A. Discharge Summary, Reconciliación de medicamentos.
 - B. Material educativo, Derechos y Responsabilidades
 - C. Relevo de responsabilidades.

Recuerde:
Usted es quién toma la
decisión en cambiar su
estilos de vida.
Nunca es tarde.



Referencias

- ▶ MedlinePlus: Síndrome Coronario Agudo
www.nlm.nih.gov
- ▶ *Coronary Artery Disease/ Coronary Heart Disease – American Family Physician*
http://s.aafp.org/?q=acute+coronary+sindrom&first_search=0&search=Entire+Site