

INFARTO AGUDO DE MIOCARDIO (IAM).

QUÉ ES, CÓMO LO DETECTO Y QUÉ HAGO ANTE UN IAM

QUÉ ES

El corazón es un órgano que fundamentalmente es músculo y cuando se contrae, expulsa la sangre hacia todo el cuerpo inclusive al mismo corazón a través de las arterias. La sangre contiene oxígeno que es necesario para que funcionen los distintos órganos del cuerpo y también el corazón.

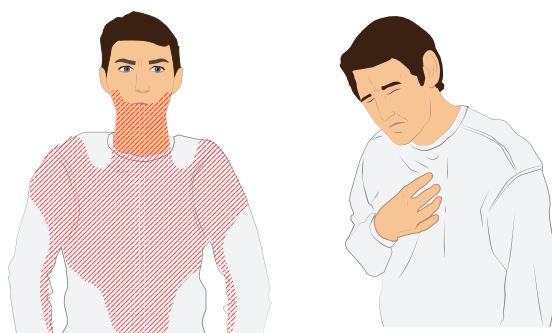
Cuando una arteria del corazón se cierra, una parte de este no recibe oxígeno y no trabaja bien. Si a esa persona no se le atiende pronto puede quedar con daño importante del corazón y una vida limitada o incluso morir.

CÓMO LO DETECTO

La persona a la que le pasa esto puede presentar:

- Dolor en el pecho (muchos dicen que tienen “como una presión, quemazón o un peso”) y/o en los brazos (más frecuentemente en el izquierdo) y en la mandíbula.
- Puede llevarse la mano al pecho, notar falta de aire, mareo, sudoración, palidez, “mala cara” y caerse al suelo y perder el conocimiento.

ZONA DE DOLOR ASOCIADO A UN INFARTO:



QUÉ HAGO

Cuando vemos a una persona con estos síntomas debemos poner en marcha la Cadena de Supervivencia, **llamando cuanto antes al 112**. Es muy importante atenderle rápidamente y llevarle al hospital en ambulancia lo antes posible para abrirle la arteria del corazón cerrada y que vuelva a funcionar bien.

Mientras llega la ambulancia, podemos ayudarle a que se coloque en un sitio seguro, sentado o tumbado y acompañarle, intentando **que esté lo más tranquilo posible**. Además, y **SI NO ES ALÉRGICO**, podemos darle una pastilla de ácido acetil salicílico (**ASPIRINA**). Si tenemos dudas, a través del 112 podemos hablar con un médico que nos ayudará.

Y... CÓMO LO PREVENGO

Esta enfermedad produce incapacidad y muerte en personas relativamente jóvenes y es fundamental evitar que se produzca manteniendo hábitos de vida saludable.

1. Una dieta equilibrada es la más indicada.
2. Ejercicio moderado: Por ejemplo caminar, está muy aconsejado.
3. Poco alcohol y ¡No! al tabaco como 2 y 2 son cuatro...
4. ... Y controlar otros males que como el IAM son fatales.
5. Lo que recete el doctor hay que tomar con rigor.