

# ¿QUÉ DEBE HACER?



- 1 APRENDA LOS SIGNOS Y SÍNTOMAS PREVIOS DE UN ATAQUE AL CORAZÓN
- 2 HAGA EL JURAMENTO Y COMPARTA EL EHAC CON OTROS
- 3 VISITE A SU MÉDICO Y DISCUTA SUS POSIBLES FACTORES DE RIESGO
- 4 ESTÉ ALERTA
- 5 SI UN ATAQUE AL CORAZÓN OCURRE, LLAME AL 9-1-1

## Juramento EHAC™

Entiendo que previo a los ataques al corazón se pueden presentar síntomas como dolor en el pecho, dificultad para respirar, dolor en el hombro y/o brazo, y debilidad. Estos síntomas pueden ocurrir horas o semanas antes del ataque al corazón.

Yo juro solemnemente que si esto me ocurriera a mí o a algún conocido, llamaré al 9-1-1 o activaré nuestros servicios de emergencia médica.

Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

Visita [accreditation.acc.org](http://accreditation.acc.org) para más información acerca de prevención y ataques al corazón.



ACC  
Accreditation  
Services™



# ¿SABÍA QUE LOS ATAQUES AL CORAZÓN TIENEN UN COMIENZO™?

- Como otras enfermedades, los ataques al corazón tienen signos y síntomas previos.
- ESTOS “COMIENZOS” OCURREN EN 50% DE LOS PACIENTES.
- Sin embargo, si se reconocen a tiempo, estos síntomas pueden ser tratados antes de que el corazón sufra daño permanente.

## ¿Cómo prevenir un ataque al corazón?

Entienda los factores de riesgo y consulte a un médico para un diagnóstico a tiempo.

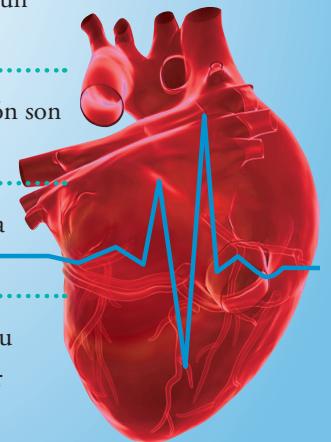
Aprenda los signos y síntomas previos. Los ataques al corazón son diferentes en hombres y mujeres.

Haga el juramento Early Heart Attack Care™ (EHAC®) para salvar una vida.

Esté alerta de un posible ataque al corazón en usted mismo u otras personas a su alrededor. ¡Convertirse en un observador activo puede salvar una vida!

En caso de una duda, llame al 9-1-1.

**¡EL EHAC no sólo salva una vida, salva la calidad de una vida!**



## ¿QUÉ ES EL EHAC?

La educación de atención temprana de un ataque al corazón o “Early Heart Attack Care” (EHAC) le ayuda a aprender los signos y síntomas de un ataque al corazón de manera que usted pueda convertirse en un observador activo para salvar una vida, incluso la suya propia. ¿Por qué?

- Más de 800,000 personas mueren en los EEUU de un ataque al corazón cada año
- En promedio 50 % de los pacientes presentaban los signos previos pero los ignoraron

## APRENDA LOS SIGNOS Y SÍNTOMAS PREVIOS

Una persona puede presentar algunos o todos los síntomas.



**SOBREVIVA. NO MANEJE. LLAME AL 9-1-1**

## ¿SABÍA QUE?

El 85% del daño al corazón ocurre dentro de las primeras dos horas del ataque al corazón. El EHAC es reconocer los síntomas previos de un ataque al corazón y actuar inmediatamente - **ANTES DE QUE OCURRA EL DAÑO IRREVERSIBLE.**

## ¿CUÁLES SON LOS FACTORES DE RIESGO?

Estos son los factores de riesgo generales. Discuta su riesgo con su médico.

- Dolor en el pecho como presión, ardor, tensión o molestia – este dolor puede ser esporádico
- Antecedentes familiares de enfermedades cardiovasculares
- Presión arterial alta
- Sobrepeso u obesidad
- Estilo de vida sedentario
- Uso de tabaco
- Enfermedades del metabolismo, diabetes u otras
- Para mujeres puede incluir el uso de anticonceptivos, antecedentes de preeclamsia, diabetes gestacional o el nacimiento de un bebé de bajo peso

## ¿CUÁL ES LA DIFERENCIA ENTRE HOMBRES Y MUJERES?

Los ataques al corazón son diferentes entre hombres y mujeres. ¿Por qué es importante? Las mujeres son menos propensas a buscar ayuda médica inmediatamente, por tal motivo son más propensas a morir.

- Los hombres normalmente sienten dolor que se irradia en el pecho o brazo izquierdo, pero en las mujeres el dolor puede aparecer en el lado derecho.
- Las mujeres pueden sentirse exhaustas, sin energías, mareadas o con náusea.
- Las mujeres pueden sentir dolor en la espalda que se irradia hacia la mandíbula.
- Las mujeres pueden pensar que el dolor de estómago es gripe, acidez o una úlcera.

## ¿CUÁLES SON SÍNTOMAS ATÍPICOS?

En síntomas atípicos, los signos y síntomas son diferentes. ¿Cómo? El paciente puede no quejarse de dolor o presión en el pecho. Está alerta a lo siguiente:

- Un dolor punzante que ocurre al toser o respirar
- Dolor que se irradia arriba de la mandíbula o hacia la espalda baja
- Dificultad para respirar