



Todos los años hay 735.000 estadounidenses que sufren infartos según los CDC.

525,000 (71%) de ellos son víctimas de un ataque al corazón por primera vez.

795,000 personas experimentan un derrame cerebral en los EE. UU.

Los accidentes cerebrovasculares son la principal causa de discapacidad grave a largo plazo.

Y la tercera causa principal de muerte en los Estados Unidos. Más del 75% de las víctimas de accidentes cerebrovasculares tienen más de 65 años.

Los infartos y derrames cerebrales son una lamentable realidad en nuestro país. Existe una buena posibilidad de que en algún momento de su vida sea testigo de que alguien sufre un ataque al corazón o un derrame cerebral o usted mismo será una víctima.

Es importante conocer los signos y síntomas de un ataque al corazón y un derrame cerebral. Es igualmente importante saber qué hacer si alguien a su alrededor está teniendo un ataque al corazón o un derrame cerebral. Reconocer una emergencia y brindarle a la persona la atención adecuada rápidamente puede significar la diferencia entre la vida y la muerte.

Signos y síntomas de un ataque al corazón

En las películas y la televisión, a menudo vemos a una persona ponerse completamente blanca y comenzar a tocarse el pecho cuando está teniendo un ataque al corazón. Si bien este podría ser el caso en la vida real, a menudo no lo es. Muchos de los signos y síntomas de un ataque al corazón son mucho más sutiles.

Estas son algunas de las señales:

- Dolor o malestar en el pecho.
- Dolor en la parte superior del cuerpo o molestias en los brazos, la espalda, el cuello, la mandíbula o la parte superior del estómago.
- Dificultad para respirar.
- Náuseas, mareos o sudores fríos.

No todos estos deben estar presentes para ser un ataque al corazón. Presta atención a tu cuerpo y a lo que te dice. Si cree que usted o alguien cercano a usted está mostrando síntomas de un ataque al corazón, no los ignore.

Signos y síntomas de un derrame cerebral

Debilidad repentina o entumecimiento en la cara, el brazo o la pierna en un lado del cuerpo.

- Pérdida abrupta de la visión, la fuerza, la coordinación, la sensibilidad, el habla o la capacidad de comprender el habla.
- Oscurecimiento repentino de la visión, especialmente en un ojo.

- Dolor de cabeza intenso y repentino sin otra causa, seguido rápidamente de pérdida del conocimiento: indicaciones de un derrame cerebral debido a una hemorragia.
- Pérdida repentina del equilibrio, posiblemente acompañada de vómitos, náuseas, fiebre, hipo o dificultad para tragar.
- Pérdida breve del conocimiento.
- Mareos inexplicables.

Qué hacer si alguien tiene un ataque al corazón o un derrame cerebral

- Llama al 911.

Incluso si termina no siendo un ataque al corazón o un derrame cerebral, es mejor estar seguro que curar. Obtener la atención médica adecuada rápidamente es su mejor oportunidad de vivir y minimizar los efectos.

- Trate de mantener a la persona calmada y pídale que se siente o se acueste.
- Haga que la persona tome una aspirina si sospecha que es un ataque al corazón, siempre que no sea alérgica y esté consciente de hacerlo.
- Si la persona deja de respirar, usted u otra persona calificada debe realizar la RCP. Si no sabe RCP, el operador del 911 puede ayudarlo hasta que llegue el personal de EMS.

Resumen

Debido a la gran cantidad de ataques cardíacos y accidentes cerebrovasculares cada año, existe una buena posibilidad de que alguien que conozca

pueda experimentar uno. Saber qué buscar cuando se trata de alguien que está teniendo un ataque al corazón o un derrame cerebral es fundamental. Usted puede ser la diferencia en si una víctima recibe la atención que necesita rápidamente. Tome en serio los síntomas de un ataque al corazón y un derrame cerebral. Si algo parece estar mal, hable con la persona o involucre a un supervisor. Conozca cuál es el plan de respuesta de emergencia en su lugar de trabajo para una emergencia médica como un ataque al corazón o un derrame cerebral. Saber a quién llamar, cuál es la dirección del lugar de trabajo y quién está capacitado en RCP en el lugar puede salvar la vida de la víctima.