

Ataque al corazón y accidente cerebrovascular no es lo mismo...

Aprende la diferencia y reduce tu riesgo

Cada vez que nos referimos a un ataque al corazón, pensamos que son lo mismo. La realidad es que son dos enfermedades diferentes.

Cuando hablamos de un ataque al corazón, nos referimos al daño que se ocasiona en el músculo del corazón. Esto se debe a la falta de circulación de sangre en esta área. La mayoría de las veces, se forma un coágulo de sangre en una de las arterias que lleva sangre al músculo del corazón. Este coágulo, bloquea la arteria e impide el paso de sangre a este músculo. A medida que el músculo del corazón deja de recibir sangre, comienza a morir.

Los síntomas que puede presentar la persona con un ataque cardíaco son: dolor o molestia en el pecho, brazos, hombro izquierdo, mandíbula o espalda. Además puede haber dificultad para respirar, náuseas o vómitos, mareos o desmayos, sudores fríos y palidez.

En cambio, un accidente cerebrovascular es un bloqueo, en una arteria que envía sangre al cerebro.

Se forma un coágulo en una de las arterias que pasa sangre al cerebro, evitando el paso de sangre. Al no recibir sangre, el tejido del cerebro comienza a morir. Los síntomas de un accidente cerebrovascular a menudo no incluyen ningún tipo de dolor o incomodidad. El síntoma más frecuente es la aparición rápida y generalmente en un solo lado del cuerpo, adormecimiento en la cara, piernas o brazos; confusión, dificultad para hablar o comprender lo que se dice; problemas visuales en uno o ambos ojos; dificultad para caminar, mareos, pérdida de equilibrio o coordinación; dolor de cabeza intenso por causa desconocida, y debilidad o pérdida de conciencia.

Humana®

PRHJW66SP



La causa más frecuente de los ataques al corazón y de los accidentes vasculares cerebrales (AVC), se relacionan con niveles altos de colesterol, alta presión arterial, pobre alimentación, inactividad física y el fumar. Todos estos factores de riesgo se pueden reducir o eliminar, previniendo los ataques.

Reduce tu riesgo...

Según la Organización Mundial de la Salud al menos un 80% de las muertes relacionadas por enfermedades cardiovasculares podrían evitarse con una alimentación saludable, actividad física regular y eliminando la práctica de fumar. Es posible reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares, consumiendo una dieta rica en frutas y vegetales; evitando los alimentos altos en grasa, azúcares y sal, y manteniendo un peso corporal saludable.

Productos y servicios ofrecidos por Humana Insurance of Puerto Rico, Inc. Licencia # 00187-0009 y/o Humana Health Plans of Puerto Rico, Inc. Licencia # 00235-0008. Humana Insurance of Puerto Rico, Inc. y Humana Health Plans of Puerto Rico, Inc. ("Humana") cumplen con todas las leyes aplicables de derechos civiles federales y no discriminan por motivos de raza, color de la piel, origen nacional, edad, discapacidad o sexo.

English: ATTENTION: If you speak English, language assistance services free of charge are available to you. Call 1-866-773-5959 (TTY: 711).

Español (Spanish): ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-866-773-5959 (TTY: 711).