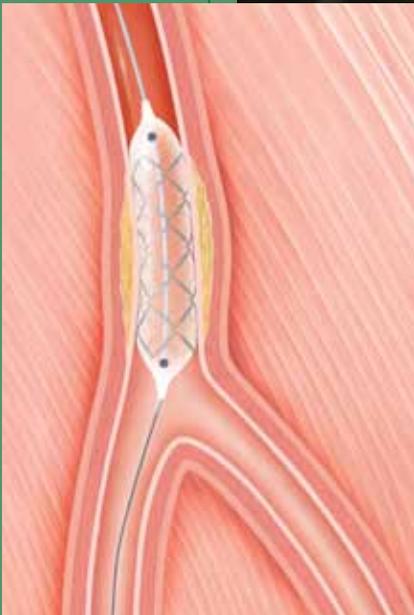


# Angioplastia y colocación de stent en el caso de EAP



# ¿Qué es la EAP?

Su médico le ha dicho que tiene enfermedad arterial periférica, también llamada EAP. Esto significa que las arterias de sus piernas están estrechadas u obstruidas. Es posible que le hayan hecho exámenes que confirman una obstrucción. Y es posible que ya haya intentado realizar cambios de estilo de vida para aliviar sus síntomas. Desafortunadamente, la EAP no se puede curar. Pero el tratamiento junto con un estilo de vida saludable puede mejorar el flujo sanguíneo, lo que ayuda a evitar que la enfermedad empeore.

## ¿Quiénes la pueden contraer? ¿Cuáles son los síntomas?

Ciertos problemas de salud y hábitos aumentan las posibilidades de desarrollar EAP. Cuántos más factores de riesgo tenga, mayores serán sus probabilidades de contraer esta enfermedad. Los factores de riesgo más comunes son:

- Fumar
- La diabetes
- Las enfermedades cardíacas, tal como la enfermedad de las arterias coronarias (EAC)
- Tener 60 años de edad o más
- La presión arterial alta
- Alto nivel de colesterol, una dieta altas en grasas, o ambos

La EAP puede causar calambres o dolor en las nalgas, los muslos o las pantorrillas después de un corto paseo. El dolor, llamado **claudicación**, desaparece cuando se detiene pero vuelve cuando se mueve de nuevo. Es probable que sea peor al subir escaleras o ir cuesta arriba. A medida que la EAP empeora, puede tener dolor con más frecuencia. Tener EAP también hace que sea más probable que otras arterias puedan estar obstruidas. Con frecuencia las arterias que llevan la sangre al corazón o al cerebro se ven afectadas. Esto lo pone en riesgo de un ataque al corazón o un ataque cerebral.



# El tratamiento de la EAP con procedimientos endovasculares

A veces la EAP se puede controlar con cambios de estilo de vida solamente. Estos incluyen dejar de fumar, hacer ejercicio diariamente y manejar los problemas de salud tales como la diabetes. Quizás también se pueda beneficiar de la combinación de cambios de estilo de vida con ciertos medicamentos. Pero los cambios de estilo de vida y medicamentos no siempre alivian los síntomas. Por esa razón, su médico le ha sugerido un procedimiento endovascular para ayudar a despejar la obstrucción. Siga leyendo para obtener más información acerca de este procedimiento. Aprenderá cómo debe prepararse para el procedimiento, cómo se hace y qué esperar después.



## Índice

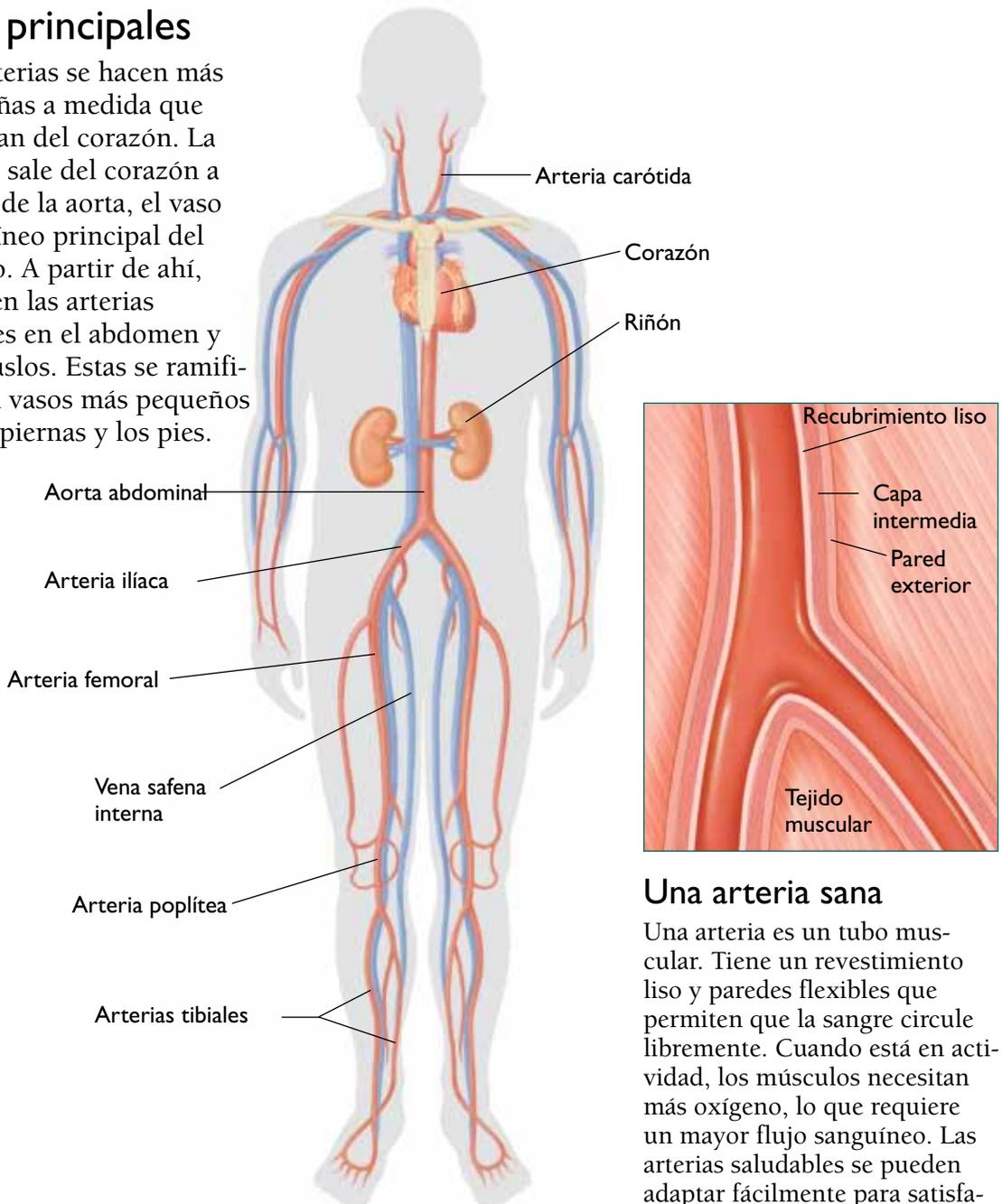
<b>Cómo circula la sangre. . . . .</b>	<b>4</b>
El avance de la EAP y cómo afecta el flujo sanguíneo normal	
<b>Su evaluación médica. . . . .</b>	<b>6</b>
Un examen físico y algunas pruebas pueden ayudar a diagnosticar la EAP	
<b>La elaboración de su plan de tratamiento . . . . .</b>	<b>8</b>
El tratamiento para la EAP depende de la extensión del daño arterial	
<b>Preparación para el procedimiento . . . . .</b>	<b>9</b>
Cómo puede colaborar para que el tratamiento sea más fácil	
<b>Los procedimientos endovasculares . . . . .</b>	<b>10</b>
Cómo la angioplastia y la colocación de stent ayudan a abrir las arterias obstruidas	
<b>Vivir una vida más sana . . . . .</b>	<b>12</b>
Los cambios en el estilo de vida pueden mejorar los síntomas y retrasar la enfermedad	

# Cómo circula la sangre

Con cada latido, el corazón bombea sangre rica en oxígeno a todo el cuerpo. Las arterias llevan la sangre a los órganos y músculos. Las venas llevan la sangre pobre en oxígeno al corazón. Este ciclo funciona bien cuando las arterias y las venas están sanas. Pero si una arteria está dañada, el flujo sanguíneo puede ser lento u estar obstruido. Esto significa que los músculos y los tejidos no reciben el oxígeno que necesitan.

## Vías principales

Las arterias se hacen más pequeñas a medida que se alejan del corazón. La sangre sale del corazón a través de la aorta, el vaso sanguíneo principal del cuerpo. A partir de ahí, fluye en las arterias grandes en el abdomen y los muslos. Estas se ramifican en vasos más pequeños en las piernas y los pies.

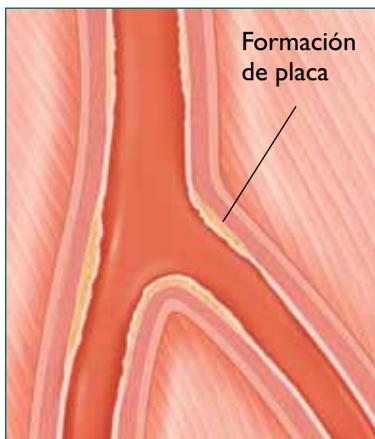


## Una arteria sana

Una arteria es un tubo muscular. Tiene un revestimiento liso y paredes flexibles que permiten que la sangre circule libremente. Cuando está en actividad, los músculos necesitan más oxígeno, lo que requiere un mayor flujo sanguíneo. Las arterias saludables se pueden adaptar fácilmente para satisfacer esta necesidad.

# Cuando el flujo sanguíneo cambia

A medida que envejece, las arterias se vuelven más rígidas y más gruesas. Además, los factores de riesgo, como el tabaquismo y el alto nivel de colesterol, pueden dañar el revestimiento de las arterias. Esto permite que la placa (una acumulación de grasa y otros materiales) se forme dentro de las paredes arteriales. La acumulación de placa estrecha el espacio interior de la arteria y, en ocasiones obstruye el flujo sanguíneo.



## Una arteria dañada

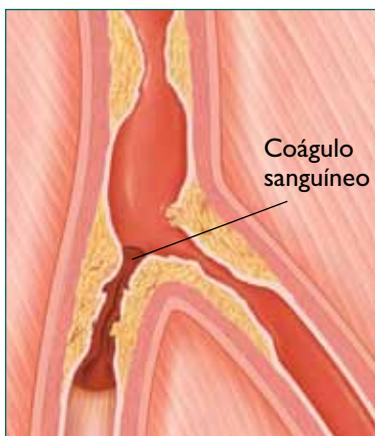
La EAP comienza cuando el revestimiento de una arteria está dañado.

Esto a menudo se debe a un factor de riesgo, como el tabaquismo o la diabetes. La placa entonces se empieza a formar dentro de la pared de la arteria. En esta etapa, la sangre fluye normalmente, por lo que probablemente no tenga síntomas.



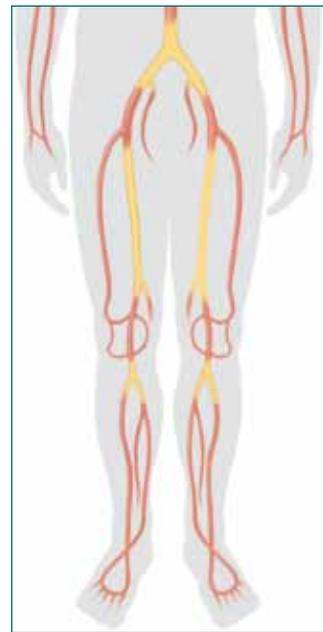
## Una arteria estrechada

Si la placa sigue acumulándose, el espacio interior de la arteria se estrecha. Las paredes de las arterias se vuelven menos capaces de expandirse. La arteria aún proporciona suficiente sangre y oxígeno a sus músculos durante el reposo. Pero cuando está en actividad, no se puede satisfacer la mayor demanda de sangre. Como resultado, su pierna podría acalambarse o doler al caminar.



## Una arteria obstruida

Una arteria puede estar obstruida por la placa o por un coágulo sanguíneo alojado en una sección estrechada. Cuando sucede esto, el oxígeno no puede llegar al músculo debajo de la obstrucción. Entonces usted puede sentir dolor al acostarse (**dolor en reposo**). Este tipo de dolor es común especialmente en la noche cuando está acostado. Con el tiempo, el tejido afectado puede morir. Esto puede conducir a la pérdida de un dedo o del pie.



Con EAP, una pierna puede tener más de una obstrucción. Las áreas amarillas muestran sitios comunes de obstrucción

# Su evaluación médica

Es probable que se lo haya sido remitido a un especialista que evalúa y trata los problemas de los vasos sanguíneos. La remisión puede haber sido debido a sus síntomas o los resultados de las mediciones del flujo de sangre. Sus antecedentes de salud, un examen físico y determinadas pruebas ayudan a determinar si tiene EAP. Otras pruebas pueden demostrar que las arterias están estrechadas u obstruidas.

## Sus antecedentes de salud

Se le preguntará acerca de los síntomas y factores de riesgo que pueda tener para EAP. Asegúrese de mencionar los medicamentos que está tomando, lo que incluye aspirina, anticoagulantes y hierbas medicinales.

## Examen físico

La placa se puede formar en los vasos sanguíneos de todo el cuerpo. Por esa razón, su médico buscará los pulsos y escuchará el flujo sanguíneo en las arterias principales. Es probable que le revise los brazos y el abdomen también. Y se le examinarán los pies y las piernas se examinará cuidadosamente para detectar signos de EAP. Estos pueden incluir problemas en las uñas, cambios en el color y la temperatura, y llagas que no cicatrizan.

## Exámenes para medir el flujo sanguíneo

También es posible que le realicen exámenes que evalúan el flujo sanguíneo en las piernas y los pies. Estos exámenes son rápidos e indoloros.

- **El índice tobillo-brazo (ITB)** compara la presión arterial en el tobillo con la presión en el brazo. Con base en los resultados, el médico le puede diagnosticar EAP.
- **El ultrasonido Doppler** observa la sangre que fluye por las arterias. Puede mostrar cambios en el flujo sanguíneo debido al estrechamiento u obstrucción arterial.



Su médico escuchará sus arterias principales, incluidas las arterias carótidas en el cuello.



El ultrasonido Doppler es un examen indoloro que muestra el flujo sanguíneo en las arterias.

## Diagnóstico por imágenes

Si le diagnostican EAP, es posible que le hagan otros exámenes. Estos muestran la cantidad de daño en una arteria y su ubicación exacta. Su médico usará los resultados para planificar el tratamiento más eficaz para usted.

### Arteriografía

En este examen, las radiografías ayudan a identificar donde el lugar de estrechamiento u obstrucción de la arteria. Antes del procedimiento, se le darán medicamentos para mantenerlo cómodo. Un tubo largo y delgado (**catéter**) luego se inserta en una arteria, generalmente en la ingle. A partir de ahí, se lo lleva cuidadosamente hasta la arteria afectada. Una vez que el catéter está en su lugar, un colorante de contraste se inyecta en la arteria. El medio de contraste llena la arteria para que se muestre el flujo sanguíneo claramente en las radiografías. Luego, le tomarán varias imágenes (**arteriogramas**).



Este arteriograma muestra el estrechamiento en ambas arterias ilíacas. Los sitios de estrechamiento se muestran en el círculo arriba.

### Otras pruebas de diagnóstico por imágenes

Es posible que le hagan otras pruebas para ayudar a detectar un estrechamiento u obstrucción. El uso del medio de contraste permite que el estado de las arterias se vea con más facilidad.

- **La arteriografía mediante tomografía computada (TC)** utiliza radiografías generadas por computadora para proporcionar imágenes detalladas de las arterias.
- **La arteriografía mediante resonancia magnética (RM)** utiliza un imán fuerte y ondas de radio para producir imágenes del flujo sanguíneo en las arterias.

### Riesgos y complicaciones de la arteriografía

Aunque las complicaciones de la arteriografía son bastante raras, los riesgos pueden incluir:

- Sangrado en el lugar donde está insertado el catéter
- Reacción alérgica al medio de contraste
- Pequeños coágulos de sangre
- Daño arterial
- Problemas renales

# La elaboración de su plan de tratamiento

Al planificar el tratamiento, su médico tiene en cuenta varios factores. Estos incluyen el número de arterias afectadas y el sitio y la extensión de los daños. Su salud en general también es un factor. Los cambios de estilo de vida son una parte clave de la atención. Pero medicamentos y el tratamiento también son a menudo necesarios para mejorar los síntomas. Los procedimientos endovasculares son un tratamiento clave.

## Los procedimientos endovasculares

Estos procedimientos pueden utilizarse para tratar una arteria con un estrechamiento grave o una obstrucción corta. Se pueden hacer a través de pinchazos pequeños. Los procedimientos endovasculares incluyen la angioplastia y la colocación de stent. Ambos emplean catéteres (tubos delgados) para llegar a las obstrucciones en las arterias.

- **La angioplastia** utiliza un pequeño balón para abrir las arterias obstruidas.
- **La colocación de stent** es la inserción de un pequeño tubo de malla de alambre en la arteria para mantenerla abierta.



Después de la evaluación, visitará a su médico para analizar sus opciones de tratamiento.

### Cambios para toda la vida

Aunque no hay cura para la EAP, usted puede jugar un papel importante en el proceso de tratamiento. Cambios de estilo de vida a largo plazo pueden reducir los factores de riesgo que dañan las arterias. Al permanecer comprometido con un estilo de vida saludable, puede ayudar a retrasar el progreso de esta enfermedad. En el caso de una arteria con un estrechamiento ligero, los síntomas tienden a mejorar si deja de fumar, hace ejercicio diariamente y consume alimentos bajos en grasa. Estas medidas ayudan a mejorar el flujo de sangre por todo el cuerpo. Esto puede reducir su riesgo de ataque al corazón y ataque cerebral.

# Preparación para el procedimiento

Antes de que un procedimiento endovascular, es probable que se hagan exámenes para evaluar su salud general. El tipo de exámenes depende en parte de sus factores de riesgo. También se le pueden dar instrucciones especiales sobre medicamentos y dieta.

## Exámenes antes del tratamiento

Para ayudar a garantizar que el procedimiento no tendrá inconvenientes, es posible que se le realicen uno o más de los siguientes exámenes:

- Un ECG comprueba la salud de tu corazón. También se le puede realizar una prueba que mide cómo responde el corazón al esfuerzo. No tiene que hacer ejercicio durante esta prueba.
- Una radiografía de tórax de rutina ayuda a detectar problemas en los pulmones.
- Algunos análisis de sangre muestran que tan bien están funcionando sus riñones. Otras evalúan la capacidad de la sangre para coagularse. También es probable que se le midan los niveles de azúcar en la sangre.

## Cómo prepararse para el procedimiento.

Estar bien preparado puede hacer que se sienta más a gusto en el día de su procedimiento. Asegúrese de hacer lo siguiente:

- Conozca todos los medicamentos que esté tomando, incluidas vitaminas, hierbas medicinales y otros suplementos.
- Deje de tomar los medicamentos según le hayan indicado. Es probable que reciba instrucciones especiales si tiene diabetes o utiliza anticoagulantes.
- Siga tomando los medicamentos que le indique su médico.
- No beba ni coma nada después de la medianoche anterior al procedimiento.
- Llegue al hospital temprano para llenar el papeleo.
- Coordine con algún amigo o familiar adulto para que pueda llevarle a casa después. Empaque algunas cosas si es probable que pasará la noche en el hospital.

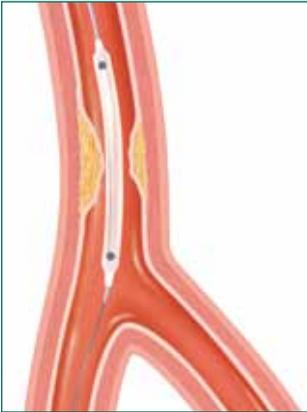


Pida a un miembro de la familia que le ayude a preparar una lista de los medicamentos que toma.

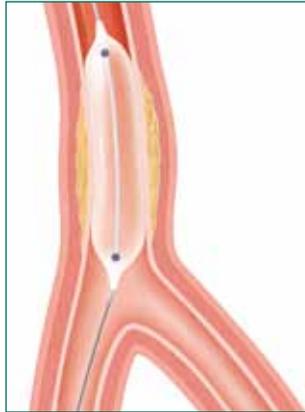
# Los procedimientos endovasculares

La angioplastia se utiliza para ensanchar una arteria estrechada o abrir una obstrucción. A continuación, se le puede insertar un stent para mantener la arteria abierta. Más de una arteria se puede tratar durante estos procedimientos.

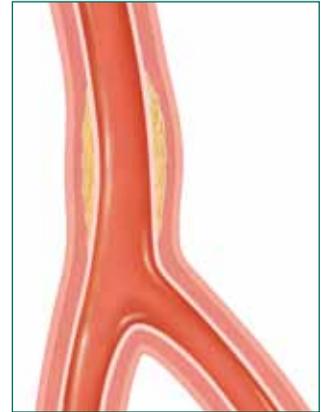
## Angioplastia



Un catéter con punta de balón se inserta en la arteria y se dirige hacia el estrechamiento u obstrucción.



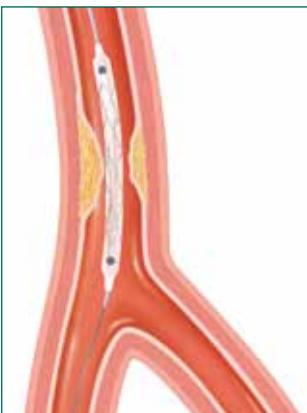
El balón se infla y desinfla varias veces. Esto presiona la placa contra las paredes arteriales.



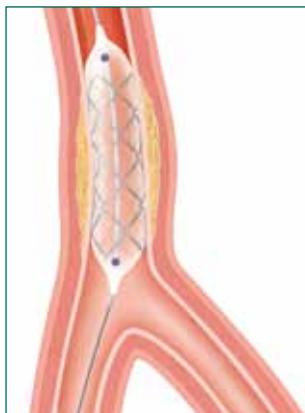
Una vez que la arteria está abierta, el balón se desinfla y se retira. La sangre fluye libremente a través del canal ensanchado.

---

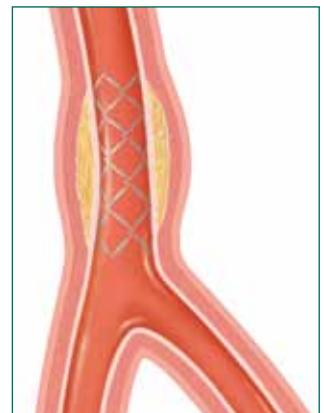
## Colocación de stent



Un stent colapsado se monta sobre un catéter de balón y se guía a través de la obstrucción.



El balón se infla para abrir el stent, que fija en su lugar dentro de la arteria.



El balón se desinfla y se retira. El stent permanece en su lugar, manteniendo la arteria abierta.

## Mientras se recupera

Necesitará permanecer acostado después del procedimiento. Y es posible que se le solicite no doblar la pierna durante 2 a 6 horas. El flujo de sangre en las piernas se controlará de cerca durante este tiempo. La mayoría de las personas pueden volver a sus casas el mismo día. Una vez en casa, tomar los medicamentos según las indicaciones. Siga todas las instrucciones que le dieron al momento del alta para la mejor recuperación.



## Si los síntomas vuelven a aparecer:

Las arterias en ocasiones se estrechan u obstruyen de nuevo en el mismo lugar (restenosis). Esto puede ocurrir incluso unos pocos meses después del tratamiento. Si nota un retorno de la claudicación o del dolor en reposo, comuníquese con su médico. En muchos casos, una segunda angioplastia de balón puede volver a abrir la arteria y reducir los síntomas.

Es probable que vuelva a su casa pocas horas después del procedimiento: Un miembro adulto de la familia o un amigo debe estar con usted.

### Riesgos y complicaciones

Al igual que con cualquier procedimiento, la angioplastia y la colocación de stent tienen ciertos riesgos. Por ejemplo:

- La rotura de la arteria tratada
- Sangrado
- Coágulos sanguíneos
- Complicaciones cardíacas o pulmonares
- Problemas renales
- Pérdida del dedo del pie o del pie
- Muerte (rara vez)

### Cuándo debe llamar al médico

Tras un procedimientos endovascular llame a su médico si experimenta:

- Hinchazón o sangrado en el lugar donde se hizo el corte.
- Dolor en el pecho o dificultades para respirar.
- Fiebre de 100.4 °F (38 °C) o más.
- Un cambio en la temperatura o el color de su pie
- El retorno de síntomas similares a los que tenía antes del procedimiento

# Vivir una vida más sana

Mantener un estilo de vida saludable puede ayudar a disminuir la enfermedad. También puede mejorar la salud general de sus arterias, reduciendo el riesgo de ataque al corazón o un ataque cerebral.

## Mantenga las visitas de seguimiento

Asegúrese de asistir a todas sus citas de seguimiento. Durante estas visitas, el médico revisará su flujo sanguíneo. Si se encuentra problemas, se pueden tratar de inmediato.

## Haga actividad física todos los días

El ejercicio frecuente es importante para su salud. Mejora el flujo sanguíneo y ayuda a bajar la presión arterial. Al reanudar su programa de caminatas, empiece con paseos cortos. A continuación, aumente su distancia de caminata de a poco cada día. Pregúntele a su médico si un programa de ejercicio supervisado es adecuado para usted.

## Cuide sus pies

Incluso después del tratamiento, sus pies necesitan un cuidado especial. Las llagas o ampollas pueden tardar mucho tiempo en cicatrizar. Esto aumenta el riesgo de infección. Para proteger sus pies:

- Haga que un podiatra (podólogo) le corte las uñas de los pies.
- Use zapatos resistentes. Evite los tacones altos y los zapatos con la punta abierta.
- Consulte a un proveedor de atención médica si tiene cortes o heridas en los pies.



## Si fuma, deje de hacerlo

El tabaquismo es el principal factor de riesgo para la EAP. Interfiere con el flujo sanguíneo y daña las paredes de las arterias. Dejar de fumar no es fácil, pero estos pasos pueden ayudar:

- Solicítele a su médico asesoramiento sobre los programas y ayudas para dejar de fumar.
- Obtenga ayuda de su familia, sus amigos y grupos de apoyo,
- Evite los lugares y situaciones en las que probablemente fumará.
- No se rinda, puede llevarle tres o cuatro intentos para dejar de fumar definitivamente.

## Coma alimentos saludables

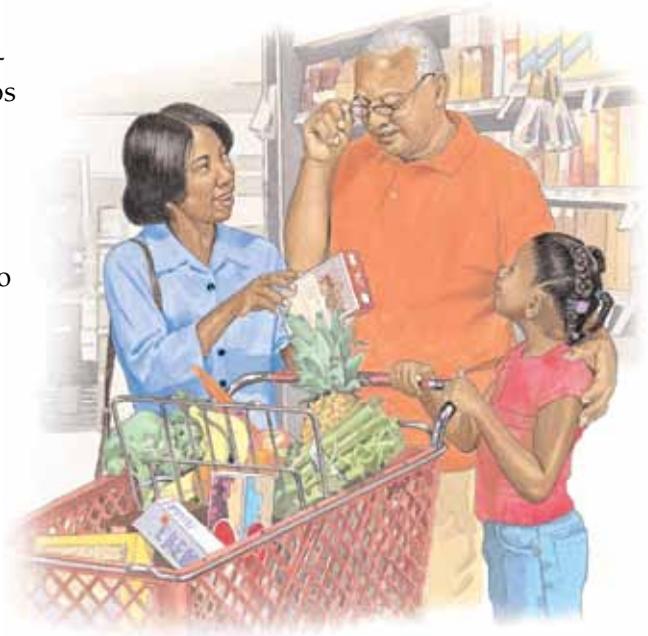
Una dieta saludable es una buena manera de reducir el riesgo de EAP. Ayuda a prevenir la acumulación de placa y reduce la presión arterial y los niveles de colesterol. Para obtener los mayores beneficios para su salud:

- Limite las grasas a un tercio de sus calorías diarias. A continuación, seleccione el tipo adecuado de grasas. Utilice aceite de oliva o aceite de canola en lugar de mantequilla o margarina.
- Coma por lo menos 5 porciones de frutas y vegetales todos los días. Contienen fibra, vitaminas, minerales y antioxidantes.
- Limite la carne roja, los productos lácteos y los alimentos procesados. En su lugar, opte por el pollo, los pescados o el tofu.
- Hornee, ase o cocine los alimentos al vapor. Tienen un excelente sabor y tienen menos grasa.
- Siga cambios en la dieta que pueden ayudarle a controlar los problemas de salud Use menos sal si tiene la presión arterial alta. Limite el azúcar y los carbohidratos si tiene diabetes.
- Coma porciones más pequeñas para alcanzar o mantener un peso saludable.

## Trate cualquier problema de salud relacionado

El manejo de otros problemas de salud es una parte importante para mantener las arterias sanas. Hable con su médico sobre la mejor manera de controlar la diabetes, la presión arterial alta, el alto nivel de colesterol o la enfermedad cardíaca. En general:

- Tome los medicamentos según le hayan indicado. No se saltee días o deje de tomarlos sin la aprobación de su médico.
- Revise su colesterol y presión arterial con la frecuencia indicada.
- Mantenga un peso saludable.
- Si tiene diabetes, realícese análisis de azúcar en la sangre según le hayan indicado.



Una mejor nutrición es buena para usted y su familia.



Si tiene diabetes, el control del azúcar en la sangre puede ayudar a mantener las arterias sanas.

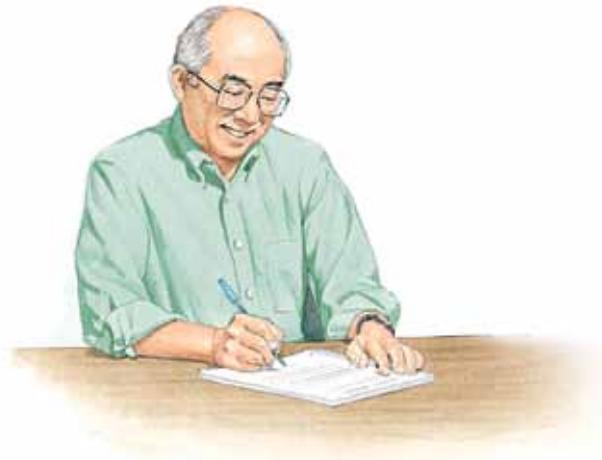
# Inicio de un programa de caminatas

El ejercicio desempeña un papel importante en el manejo de la enfermedad arterial. Por esa razón, es posible que le digan que camine todos los días. Comience con uno o dos paseos cortos todos los días. A continuación, intente aumentar el tiempo o la distancia.

## Para ponerse en marcha

Si le dan pautas para su programa de caminatas, asegúrese de seguirlas. Por ejemplo, su proveedor de atención médica puede decirle que siga caminando aún cuando se sienta dolor en la pierna. Si lo hace, puede ayudar a mejorar la circulación. Con el tiempo, esto puede ayudar a disminuir el dolor. Pruebe las siguientes sugerencias para ayudar a que su programa sea un éxito:

- Realice un estiramiento antes y después de caminar. Eso ayuda a reducir el riesgo de lesión.
- Entre en calentamiento y enfríese. Camine despacio durante 5 minutos antes y después de hacer ejercicio.
- No deje que el mal tiempo lo detenga. Cuando no pueda caminar al aire libre, camine bajo techo. Puede caminar en un centro comercial o incluso en casa.
- No camine con dolor a menos que su médico le diga que puede hacerlo.
- Anote sus resultados. Cada día, registre cuánto tiempo y qué distancia caminó.



Use un cuaderno o un pizarrón para registrar el tiempo que camina.

**KRAMES**  
staywell

[www.kramesstaywell.com](http://www.kramesstaywell.com) 800.333.3032