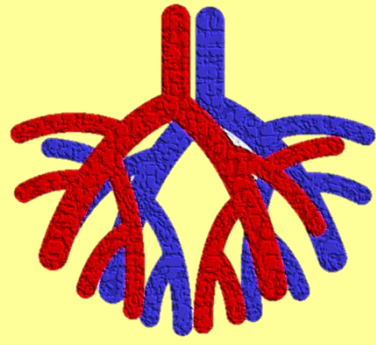


# WOS

Brian Eduardo Hernández Roblero  
Aparato circulatorio  
Patología del niño y adolescente  
Beatriz Gordillo López  
Quinto cuatrimestre  
Licenciatura en enfermería



## PATOLOGIA MAS COMUN

La cardiopatía coronaria es un tipo de cardiopatía en la que las arterias del corazón no pueden aportar suficiente cantidad de sangre oxigenada al corazón. Es la causa principal de muerte en los Estados Unidos.

La causa de la arteriopatía coronaria con frecuencia es el colesterol, una sustancia cerosa que se acumula en el interior de la capa que recubre a las arterias coronarias, formando una placa. Esta acumulación puede obstruir el flujo sanguíneo de las grandes arterias del corazón en forma parcial o total.

Síntomas de un ataque cardíaco:

- La angina, o dolor de pecho causado por el corazón, puede sentirse como una presión, opresión, indigestión, sensación urente o constricción, y en ocasiones está relacionada con la actividad física. El dolor o la molestia habitualmente comienzan por detrás del esternón, pero también puede ocurrir en los brazos, los hombros, la mandíbula, la garganta y la espalda.
- Sudoración fría
- Mareos
- Vahídos
- Náusea o sensación de indigestión
- Dolor en el cuello
- Falta de aire, especialmente al realizar una actividad
- Interrupción del sueño
- Debilidad

## APARATO CIRCULATORIO

El sistema circulatorio está formado por vasos sanguíneos que transportan sangre desde el corazón y hacia el corazón. Las arterias transportan la sangre desde el corazón al resto del cuerpo, y las venas la transportan desde el cuerpo hasta el corazón. El sistema circulatorio lleva oxígeno, nutrientes y hormonas a las células y elimina los productos de desecho, como el dióxido de carbono. El recorrido que sigue la sangre siempre va en la misma dirección, para que las cosas sigan funcionando como deben funcionar.

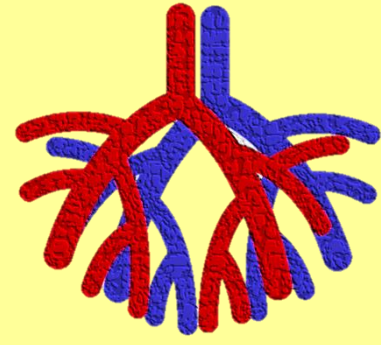
¿CUALES SON LAS PARTES DEL APARATO CIRCULATORIO?

Existen dos recorridos que parten del corazón:

- La circulación pulmonar es un circuito de corto recorrido que va del corazón a los pulmones y viceversa.
- La circulación sistémica transporta la sangre desde el corazón al resto del cuerpo y luego la lleva de vuelta al corazón

¿COMO MANTENER SANO EL CORAZON?

- Hacer mucho ejercicio físico.
- Llevar una dieta nutritiva.
- Alcanza y mantén un peso saludable.
- Si fumas, deja de fumar.
- Programa y asiste a tus revisiones médicas con regularidad.
- Informa a tu médico sobre cualquier antecedente familiar de problemas relacionados con el corazón.



## CUIDADOS DE ENFERMERIA

- Evitación tabáquica
- Control del peso
- Mantener una dieta cardiosaludable, disminuyendo el consumo de grasas saturadas de origen animal para consumir, en su lugar, grasas insaturadas de pescado o aceites vegetales, así como aumentar el consumo de frutas, verduras y legumbres.
- Control sobre la tensión arterial, la glucemia y el colesterol, manteniéndolos en rangos de objetivo terapéutico:
- Glucemias inferiores a 110mg/dl y HbA1c inferior al 6,1%
- Tensión Arterial inferior a 140/90mmHg (130/90 si el paciente es diabético)
- Colesterol por debajo de 200 mg/dl con LDL inferior a 120mg/dl, triglicéridos por debajo de 150 mg/dl. El colesterol HDL se recomienda que se encuentre por encima de los 40 mg/dl en hombres y de 50 mg/dl en mujeres
- Evitar situaciones que puedan desencadenar angina, como la realización de ejercicio intenso o prolongado, la exposición al frío extremo o someterse a situaciones de tensión emocional
- Practicar, de forma regular, ejercicio físico ligero: 30-45 minutos de marcha 3 veces por semana
- Identificar las causas de las crisis para ayudar a prevenirla
- Explicar al paciente su enfermedad de forma que alivie su ansiedad
- Reforzar la importancia de acudir al Centro de Salud ante cualquier dolor torácico para la pronta realización de un electrocardiograma



Bibliografía:

Recuperado el 12/02/23

Aparato circulatorio: <https://kidshealth.org/es/teens/heart.html>

Cardiopatía: <https://www.nhlbi.nih.gov/es/salud/cardiopatia-coronaria/sintomas>

Cuidados de enfermería: <https://revistamedica.com/atencion-enfermera-cardiopatia-isquemica/#CUIDADOS-DE-ENFERMERIA-DURANTE-LA-CARDIOPATIA-ISQUEMICA>