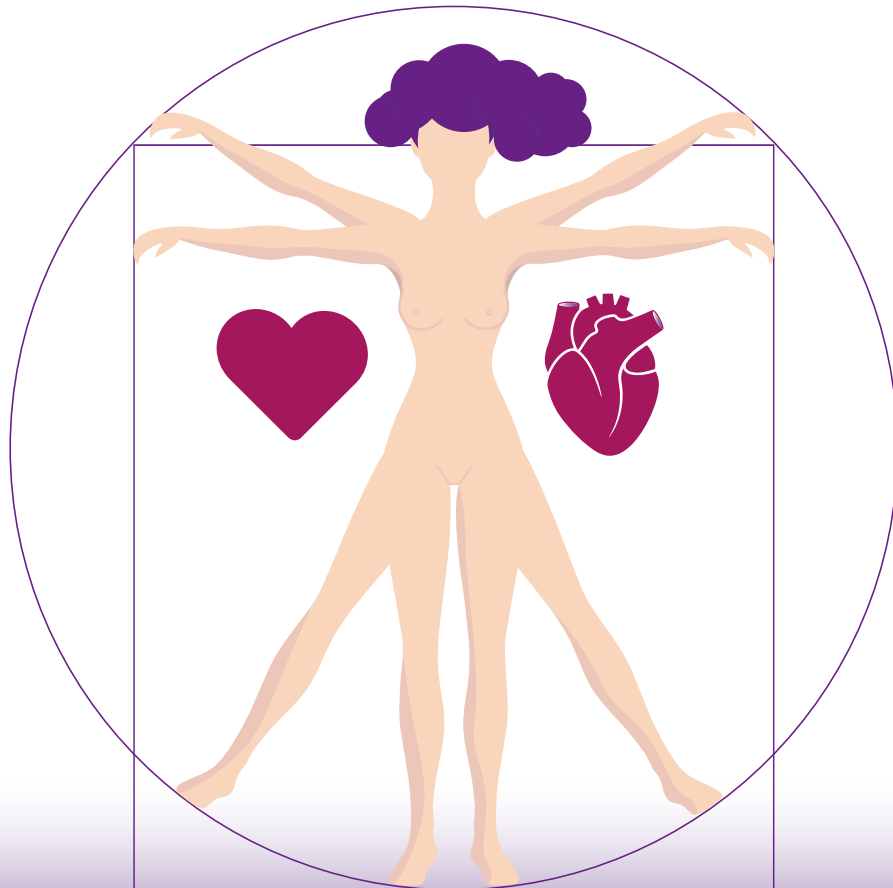


SÍMPTOMES DE L'INFART

PEMENI



Introducció



Símptomes



Definició



Riscos



Crèdits



SÍMPTOMES DE L'INFART

PREVENI

Els símptomes que s'associen
generalment a un infart
són un fort dolor al
pit i pessigolleig
al braç.



Són els símptomes
d'un home que pateix
un atac cardíac.



*La majoria de dones
en presenten de
diferents.*





Els riscos de patir-lo són els mateixos per a dones que per a homes.

Sabies que l'atac al cor és la primera causa de mort de les dones arreu del món? Per això considerem vital que es conegui quins són aquests símptomes més habituals.

Oi que sabries què fer si et veus un bony en un pit? Doncs és el mateix. Oblida una mica el dolor sobtat i agut al pit pel que fa a les dones (tot i que s'ha de tenir molt en compte per identificar-lo en els homes).

El problema és que els símptomes d'atac cardíac en les dones són més inespecífics i més difícils d'identificar que aquest dolor.

Segons una investigació elaborada el 2009, els símptomes més habituals en les dones són: nàusees, mareig, dolor d'esquena i palpitations.

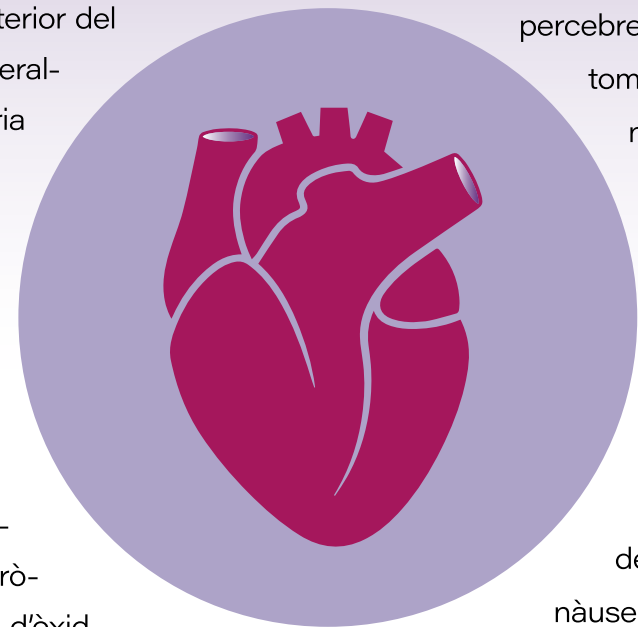
Diversos experts suggereixen que aquesta disparitat de símptomes entre els homes i les dones és una conseqüència del fet que, en les dones, l'atac s'origina a la part posterior del cor, a diferència del que passa generalment en els homes. Això explicaria el dolor d'esquena i les nàusees. I el fet que les dones tinguin ritmes cardíacs més elevats que els homes donaria lloc a les palpitations.

Per què a les dones no els fa mal, o els fa menys mal? Podria ser a causa dels nivells d'estrògens. Els estrògens desencadenen l'alliberament d'òxid

nítric, que pot reduir el dolor. Les diferències en el risc de mortalitat després d'un infart entre dones i homes no es deuen bàsicament a causes biològiques, sinó a factors socials.

Cal aclarir que les dones que pateixen un infart de miocardi poden presentar els mateixos símptomes típics que els homes. A més, poden

percebre altres símptomes addicionals no tan característics: com mareig, cansament, sudoració excessiva, sensació de falta d'aire, nàusees i vòmits...





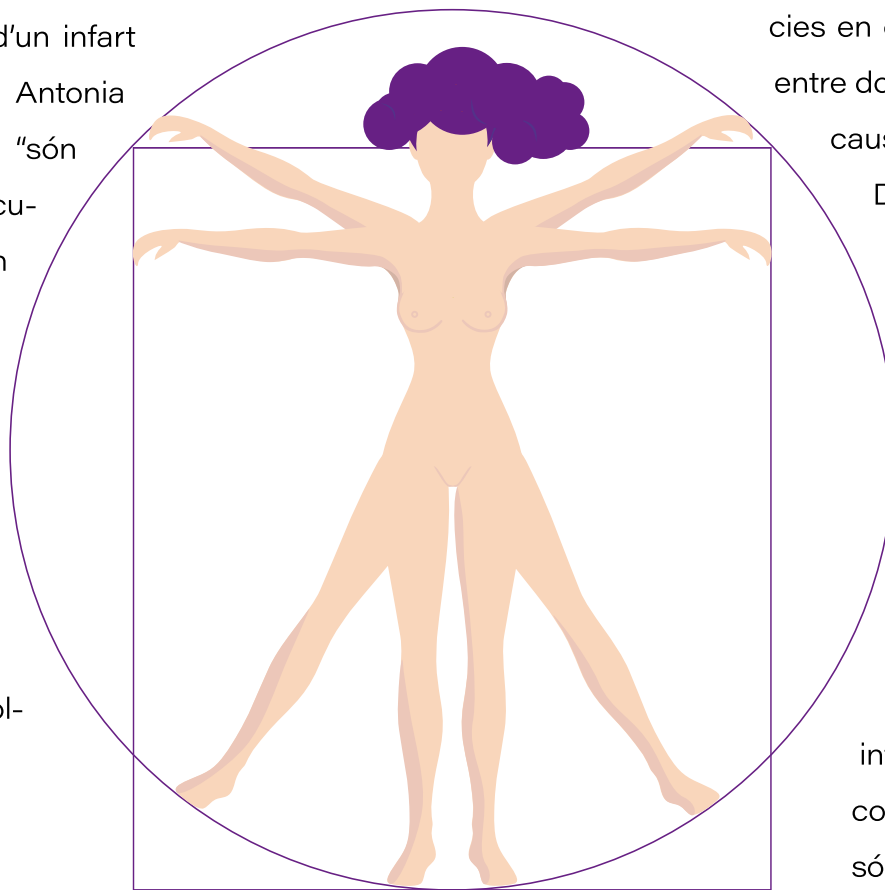
Són **síntomes** que poden atribuir-se a altres afeccions com ara problemes digestius, musculars, ansietat o estrès. Per això és clau divulgar-los, per tal que, davant la sospita de poder estar patint un atac cardíac, es busqui atenció mèdica ràpidament.





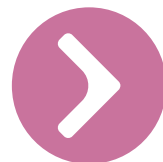
SÍMPTOMES DE L'INFART PREVENI

Els motius que expliquen perquè les dones tenen un major risc de morir després d'un infart que els homes, com apunta la Dra. Antonia Sambola, del Servei de Cardiologia, "són que les dones triguen més temps a acudir al sistema sanitari quan tenen un infart. Aguanten més símptomes com el dolor, minimitzen els símptomes, esperen a veure si passen els símptomes. Per això, també en part, se'ls hi realitzen menys angioplàsties, ja que arriben massa tard per obtenir benefici d'aquesta tècnica. Així mateix, els símptomes són confosos moltes vegades amb ansietat".



Per tant, com remarca la doctora: "les diferències en el risc de mortalitat després d'un infart entre dones i homes no es deuen bàsicament a causes biològiques, sinó a factors socials".

De totes maneres, en les comunitats en les quals existeix el Codi Infart, com Catalunya, "les xifres de mortalitat són una mica menors, tant en homes com en dones —assenyala la Dra. Antonia Sambola, que també és coordinadora del Grup de Treball Dones en Cardiologia de la SEC—. Però cal continuar treballant per reduir aquesta bretxa en la mortalitat per infart entre dones i homes. Cal tenir en compte que les patologies cardiovasculars són la principal causa de mort a l'Estat".



Definició de l'infart agut de miocardi (IAM)

L'infart agut de miocardi és la mort del teixit cardíac, i és causat per una disminució o interrupció de la circulació sanguínia que, en general, es pot atribuir a una trombosi de l'artèria.



La trombosi és un trastorn vascular que es presenta quan hi ha una massa de sang coagulada que bloqueja de manera total o parcial l'interior d'un vas sanguini, ja sigui una vena o una artèria.

112
emergències

Catalunya disposa d'un codi d'emergència implantat a tot el territori per al tractament d'aquesta malaltia: el **Codi infart**. Aquest protocol consisteix a reduir pràcticament a la meitat el temps de resposta del sistema sanitari, perquè el pacient rebi les mesures diagnòstiques i terapèutiques apropiades en els diferents punts de la xarxa assistencial.



Com reduir-ne el risc?



Segueix la dieta mediterrània. Té pocs greixos saturats, és a dir, poc colesterol i menys sal. Tots aquests ingredients tendeixen a elevar la pressió sanguínia, un factor clau de cara als problemes circulatoris, tant en les dones com en els homes.



Aprima't, i, sobretot, de cintura. També has de prendre menys sucre i controlar-te el colesterol i els triglicèrids (una anàlisi de sang periòdica, segons el que t'indiqui el teu metge, serà suficient).



No fumis. Sembla que fumar prova pitjor a les dones que als homes, en termes de risc d'atac cardíac.



Fes exercici. 30 minuts diaris. Caminar a pas lleuger és suficient. Amb l'avantatge que l'aire lliure és beneficiós per a la teva salut. I és ben conegut que l'estat d'ànim va lligat als problemes cardíacs.





SÍMPTOMES DE L'INFART PEMENI

Fonts, Bibliografia

Institut Català de la Salut (ICS) *(Estudi dones atac de cor Dra. Antonia Sambola)*

<https://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/i/infart-agut-de-miocardi/>

Hospital Vall d'Hebron *(Estudi Dra. Antonia Sambola)*

Dipsalut · Organisme de la Salut Pública de la Diputació de Girona

MGC *(Principals símptomes d'IAM en les dones)*

Disseny Gràfic

West Gràfic Estudi · 2020

westgrafic.cat

