



“ALERTA DE SEGURIDAD”

Nunca se sabe cuándo ocurrirá un ataque cardíaco. Cada año, más de 800,000 estadounidenses son víctimas de un ataque cardíaco y miles ocurren en el trabajo. Ser capaz de reconocer los signos de un ataque cardíaco y comprender qué acciones tomar puede ser fundamental para ayudar a disminuir los impactos a largo plazo y posiblemente salvar una vida. La Alerta de seguridad de este mes puede ayudarlo a iniciar la conversación sobre las políticas y procedimientos de su empresa para manejar esta emergencia médica.

Qué hacer en una emergencia de ataque cardíaco

Cada año, alrededor de 805,000 estadounidenses tienen un ataque cardíaco, con un promedio de aproximadamente uno cada 40 segundos.

Un ataque cardíaco es causado por un bloqueo o espasmo de una arteria coronaria. Es esencialmente un problema de plomería con el corazón. Esta interrupción del flujo sanguíneo hace que el músculo cardíaco muera.

Los ataques cardíacos son la principal causa de [Paro Cardíaco Repentino](#) (PCR). Si bien pueden ser fatales, el tratamiento inmediato puede aumentar dramáticamente las posibilidades de supervivencia.

A continuación, le indicamos cómo reconocer los signos de un ataque cardíaco y cómo debe responder.

Signos y síntomas de un ataque cardíaco

Los signos de un ataque cardíaco generalmente ocurren repentinamente. Sin embargo, pueden aparecer y desaparecer o aparecer con cualquier combinación de síntomas.

Los signos de ataque cardíaco incluyen:

- Dolor, malestar o presión en el pecho
- Dolor o malestar irradiado en el brazo izquierdo, ambos brazos, la parte superior de la espalda, el cuello, la mandíbula o el estómago
- Dificultad para respirar
- Sentirse débil, aturdido o desmayado
- Piel fría, húmeda y sudorosa
- Náuseas o vómitos
- Fatiga inexplicable

Heart attack symptoms vary from person to person. For example, women are somewhat more likely to have shortness of breath, nausea and vomiting, unusual tiredness (sometimes for days) and pain in the back, shoulders and jaw.

Respondiendo a un ataque cardíaco

No se demore en [llamar al 911](#) si sospecha un ataque cardíaco. Los primeros minutos son los más críticos.

1. **Llame al 911.** No transporte a la persona al hospital usted mismo.
2. **Coloque a la persona en una posición cómoda.** Por lo general, esta será una posición sentada. Con consentimiento, ayude a aflojar la ropa restrictiva para que la persona se sienta más cómoda y continúe tranquilizándola con calma.
3. **Ayude a la persona a tomar cualquier medicamento recetado para el dolor en el pecho.** Por ejemplo, es posible que se les haya recetado nitroglicerina.
4. **Anímelos a masticar y tragar 1 tableta de aspirina para adultos (325 mg) o 2-4 aspirinas "pequeñas" de dosis baja (81 mg cada una).** Asegúrese de que la persona esté lo suficientemente alerta como para masticar y tragar. No ofrezca aspirina si la persona tiene una alergia conocida a la aspirina o si un proveedor de atención médica le ha aconsejado que no tome aspirina.

Un ataque cardíaco puede progresar rápidamente a un paro cardíaco repentino. Esté preparado para darle RCP a la persona y usar un DEA si tiene acceso a uno.

"Qué hacer en una emergencia de ataque cardíaco". *HSI*, 9 de agosto de 2023

https://hsi.com/blog/what-to-do-in-a-heart-attack-emergency?utm_medium=email&_hsmi=269060968&_hsenc=p2ANqtz-H6QQuUgUyPNy4p4_Q0yqTcqbjYuR6N87StRLTiXQ3ofwb7yhgAEqilqi1on6DVmLISXhNBiPDqhSic4Wc_ba8BJqMQyQ&utm_content=269060968&utm_source=hs_email

P.O. Box 167 • Watkinsville, Georgia 30677
3001 Monroe Hwy., Bldg. 700A • Bogart, Georgia 30622
855/753-0016 • 678/753-0016 • Fax 678/753-0056
www.agritrust.biz