

alerta sobre la salud

Reconocer y Reducir su Riesgo de P.A.D.

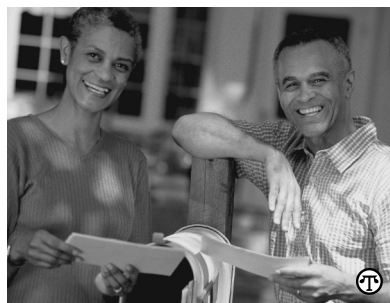
(NAPSM)—Entre 8 y 12 millones de estadounidenses mayores de 50 años de edad (o uno en veinte adultos) sufren de enfermedad arterial periférica (P.A.D., por sus siglas en inglés), de acuerdo al Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre (NHLBI, por sus siglas en inglés), parte de los Institutos Nacionales de la Salud (NIH, por sus siglas en inglés).

Usted no tiene que estar entre quienes sufren de P.A.D. ellos si conoce sus factores de riesgos. La P.A.D. ocurre cuando las arterias—particularmente en las piernas—se obstruyen con depósitos de grasa que limitan el flujo de la sangre. La P.A.D. incrementa el riesgo de ataque al corazón o al cerebro, pero la temprana detección y tratamiento pueden reducir estos riesgos y mejorar su calidad de vida.

Su riesgo de sufrir P.A.D. se incrementa si usted fuma o ha fumado; si tiene diabetes; si tiene presión arterial alta; si tiene colesterol alto; si tiene un historial de enfermedades vasculares, ataques al corazón o al cerebro.

En un esfuerzo para aumentar el conocimiento sobre la P.A.D., el NHLBI, en cooperación con la P.A.D. Coalition, lanzó la campaña Stay in Circulation: Take Steps to Learn About P.A.D. como un esfuerzo para que las personas aprendan más sobre los factores de riesgo, síntomas y opciones de tratamiento para la P.A.D.

“La P.A.D. no es una consecuencia inevitable del envejecimiento”, dice Elizabeth G. Nabel, M.D., directora de NHLBI. “La detección temprana y el tratamiento de la P.A.D. son importantes para mantenerse en circulación y preservar o restablecer la movilidad”.



La temprana detección y tratamiento pueden reducir sus riesgos de padecer de P.A.D. y mejorar su calidad de vida. Es importante reconocer los síntomas y buscar ayuda.

La mayoría de la gente con P.A.D. no siente dolor u otros síntomas. Cuando los síntomas se presentan, típicamente incluyen:

- Fatiga, pesadez y calambres en las piernas durante actividades tales como caminar o subir escaleras que desaparecen luego de descansar;
- Dolor en la piernas y/o pies al descansar que interrumpe sueño; y
- Heridas o llagas en los dedos de los pies, en los pies o en las piernas que tardan en sanar.

Afortunadamente, una prueba simple que no causa dolor llamada índice braquial del tobillo (ABI, por sus siglas en inglés) puede ayudar a diagnosticar la P.A.D.

Si usted es mayor de 50 años de edad o tiene cualquier factor de riesgo asociado con la P.A.D., hable con su doctor sobre su riesgo.

Para más información sobre la P.A.D., visite www.parapad.org o llame al Centro de Información de la Salud del NHLBI al (301) 592-8573 o para TTY (para los sordomudos) al (240) 629-3255.

Ideas Saludables

Alrededor de uno en veinte adultos tiene enfermedad arterial periférica, o P.A.D., de acuerdo al Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre—pero usted no tiene que estar entre ellos. La detección a tiempo y el tratamiento pueden reducir sus riesgos. Para más información, visite www.parapad.org.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10