

Comience su
recorrido aquí ▶



My AS Journey

GUÍA INTERACTIVA DE HERRAMIENTAS





¿Qué es Mi recorrido de EA?

Si es uno de los **más de cinco millones de estadounidenses** a los que se les diagnostica una valvulopatía cardíaca cada año, lo que incluye 1,5 millones de casos de estenosis aórtica (EA), es importante que conozca los siguientes pasos.

Gracias a la **Guía interactiva de herramientas Mi recorrido de EA**, podrá comprender con mayor facilidad los pasos más importantes relacionados con el proceso de diagnóstico, tratamiento y recuperación. Ya sea que acaban de comunicarle el diagnóstico, busca orientación sobre cómo controlar los síntomas o desea elegir el mejor procedimiento para usted, este material le brinda información en un único lugar interactivo y fácil de navegar.

La Guía interactiva de herramientas Mi recorrido de EA ofrece materiales educativos que ayudan a los pacientes, como usted, donde se encuentren en **cuatro momentos clave**:





PARADA 1 Diagnóstico de EA: ¿Y ahora qué?

¿Qué es la estenosis aórtica?

Más de 1,5 millones de estadounidenses padecen estenosis aórtica (EA), una de las valvulopatías más frecuentes y graves que puede presentarse en personas de todas las edades, la cual afecta la salud y limita las actividades diarias ([American Heart Association](https://www.heart.org)). La EA se produce cuando la válvula aórtica no se abre correctamente y afecta el modo en que la sangre oxigenada sale del corazón con cada latido. Esto aumenta la presión dentro del corazón y hace que se debilite.

HAGA CLIC PARA REPRODUCIR EL VIDEO



Cuando el médico escucha un corazón sano y un corazón con EA, estos se oyen de un modo significativamente diferente. Escuche la diferencia aquí:

Fuente: Departamento de Medicina de la Universidad de Washington



Corazón sano



Corazón con estenosis aórtica

La EA es una enfermedad progresiva con diferentes niveles de gravedad, que van de leve a grave.

HAGA CLIC PARA VER EL GRÁFICO



Normal Leve Moderada Grave

Conozca los síntomas de la EA:

Si tiene alguno de estos síntomas, hable con su cardiólogo de inmediato.





La detección temprana es fundamental para la supervivencia

50 % de los pacientes con EA grave que no reciben tratamiento no sobreviven más de dos años desde la aparición de los síntomas¹.

27 % de los pacientes con **válvula cardíaca** desearían haber buscado tratamiento antes (encuesta de la Iniciativa de concientización para una vida activa).



Cómo controlar los síntomas

Los síntomas de EA son signos de la evolución de la cardiopatía y no se deben ignorar, ya que también podrían estar asociados a otras afecciones cardíacas.

- DOLOR EN EL PECHO**
- MAREOS**
- DIFICULTAD PARA RESPIRAR**
- TAQUICARDIA**
- DESMAYOS**
- DIFICULTAD PARA DORMIR EN POSICIÓN HORIZONTAL**
- PIES HINCHADOS**
- DIFICULTAD PARA CAMINAR**
- FATIGA**

↓ [Descargue la lista de comprobación completa aquí](#) y compártala con su médico.

Información sobre el equipo de cardiología

El **equipo de cardiología** está formado por especialistas que lo apoyarán en cada paso del recorrido. **Cada persona tiene una función diferente:**

Cardiólogo general: es un médico que se especializa en el cuidado del corazón y los vasos sanguíneos.

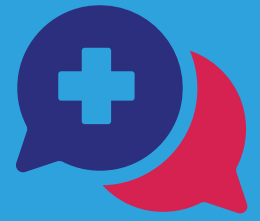
Cardiólogo intervencionista: es un cardiólogo que ha completado varios años de formación adicional en procedimientos intervencionistas relacionados con el corazón y los vasos sanguíneos.

Coordinador del programa de la válvula: trabaja con el médico a fin de brindar apoyo a los pacientes desde la primera visita al médico responsable del reemplazo de válvula aórtica transcatóter (RVAT) hasta el seguimiento correspondiente al procedimiento del RVAT.

Cirujano cardíaco: realiza cirugías en el corazón y los vasos sanguíneos.

Especialista en ecocardiografía: es un médico que emplea tecnología de diagnóstico por imágenes para examinar el corazón y colabora con el diagnóstico del corazón.

¹Ross J, Braunwald E. Aortic Stenosis. *Circulation*. 1968;Suppl V:V61-7.



PARADA
2

Comparación de las opciones de tratamiento

Conozca sus opciones: RVAT frente a RQVA

Además del reemplazo quirúrgico de válvula aórtica (RQVA) tradicional, una cirugía a corazón abierto que se realiza para corregir la válvula afectada, donde los pacientes generalmente deben permanecer en el hospital durante una semana o más, antes de comenzar con un largo período de recuperación. Quizás podría ser candidato para un tratamiento menos invasivo llamado reemplazo de válvula aórtica transcatóter (RVAT). Es posible que el RVAT requiera un menor tiempo de permanencia en el hospital y tenga una recuperación más rápida.

▶ HAGA CLIC PARA REPRODUCIR EL VIDEO



▶ HAGA CLIC PARA REPRODUCIR EL VIDEO

 Si desea obtener más información sobre las opciones de tratamiento, [haga clic aquí](#).

Vea cómo funciona el procedimiento mínimamente invasivo.

Cómo tomar una decisión informada sobre el tratamiento


El 90%

de los pacientes con válvula cardíaca fueron influenciados por las conversaciones que mantuvieron con sus médicos a la hora de tomar una decisión sobre el tratamiento (encuesta de la Iniciativa de concientización para una vida activa).

Preguntas para hacer al médico

- ¿Por qué es necesario el tratamiento?
- ¿Cuán eficaces son las opciones de tratamiento?
- ¿Cómo sé cuál es el mejor tratamiento para mí?
- ¿Cuáles son los riesgos asociados a las opciones de tratamiento?
- ¿Soy candidato para un procedimiento menos invasivo?
- ¿Cómo afectará a mi vida el tratamiento de mi valvulopatía cardíaca?



Haga clic aquí para descargar esta lista y llévela a la cita con el médico.



PARADA
3

Preparación para el tratamiento

Ya ha tomado una decisión sobre el tratamiento y, ahora, queda una semana para el procedimiento. ¿Cómo debería prepararse?

▶ [HAGA CLIC PARA REPRODUCIR EL VIDEO](#)



1. Cita preoperatoria

En la cita preoperatoria, el médico repasará lo que ocurrirá el día del procedimiento y lo que puede esperar de la recuperación. El procedimiento podría tardar de una a dos horas o más, en función de si le realizan el RQVA o el RVAT.

Durante esta cita, usted y su equipo de atención trabajarán en conjunto a fin de prepararlo para el procedimiento. Puede esperar lo siguiente:

- Completar documentación.
- Realizar análisis de sangre y otras evaluaciones, como ECG y radiografía de tórax.
- Recibir instrucciones detalladas del médico sobre qué medicamentos tomar o no antes del procedimiento.
- Realizar preguntas.



Preguntas de logística

- ¿Qué debo llevar al hospital?
- ¿Cómo se notificará a mi familia o cuidador durante y después del procedimiento?
- ¿Cuál es la hora de registro para el procedimiento?
- ¿Cuál es la ubicación donde se realizará el procedimiento?
- ¿Cuáles son las indicaciones para ducharse después del procedimiento?

Preguntas sobre la recuperación

- ¿Puedo realizar ejercicio después del procedimiento?
- ¿Hay algún medicamento que debería tomar o evitar?
- ¿Qué alimentos o bebidas se recomiendan y cuáles se deberían evitar?
- ¿Hay algún protocolo para prevenir infecciones?

↓ [Haga clic aquí para descargar esta lista y llévala a la cita con el médico.](#)



2. Medidas perioperatorias y día del procedimiento



i Si desea obtener más información sobre los procedimientos de RVAT y RQVA, consulte la **parada n.º 2 de Mi recorrido de EA: Comparación de las opciones de tratamiento.**

3. Posoperatorio

Expectativas



Los **pacientes con RVAT**

pueden permanecer un promedio de **1 o 2 días** en el hospital.



Los **pacientes con RQVA**

pueden permanecer **entre 5 y 7 días** en el hospital y tener un proceso de recuperación más largo.

Luego de un procedimiento de válvula cardíaca, la mayoría de los pacientes manifiestan que empiezan a sentirse mejor de inmediato. Una vez que el equipo de atención le indica que ya puede irse a su casa, le explicarán lo siguiente:



Qué medicamentos podría necesitar



Qué actividades puede hacer o cuáles debería evitar



Cuándo volverá a ver al médico para las visitas de seguimiento



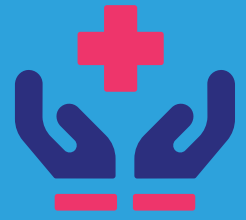
Si lo inscribirán en un programa de rehabilitación cardíaca



Cuándo puede retomar el trabajo



Cómo controlar los riesgos y por qué motivos debería comunicarse con el médico



Recuperación y regreso a la vida activa

Cómo cuidar de sí mismo mientras se recupera:

Según el tipo de tratamiento que reciba, el tiempo de recuperación puede variar de unos pocos días para aquellos que se someten al RVAT hasta algunos meses para los pacientes que se someten al RQVA. Las molestias o los dolores leves son normales y previsibles en el caso de los procedimientos de reemplazo de la válvula aórtica.



4 de cada 5 pacientes (82 %)
que se realizaron la cirugía de válvula cardíaca informaron que poder realizar ejercicio fue uno de los principales beneficios tras el tratamiento.



Casi la mitad (47 %)
indicó que el procedimiento de válvula cardíaca le permitió pasar más tiempo con su familia y amigos.

▶ [HAGA CLIC PARA REPRODUCIR EL VIDEO](#)



En las semanas posteriores al procedimiento, debe descansar bien y retomar lentamente actividades como estas:



Caminatas
cortas



Ejercicio
moderado



Visitas con
amigos



Salidas o
mandados
breves

Atención de seguimiento



Después del procedimiento, deberá regresar a la clínica donde le colocaron la válvula cardíaca para que la controlen. Por lo general, este seguimiento se realiza **al menos 30 días y 1 año después** del procedimiento o cuando el médico lo considere oportuno.

Además, debe mantener informado a su médico de atención primaria y alertar a su odontólogo para que tomen medidas adicionales durante las limpiezas y los procedimientos, a fin de evitar posibles infecciones en la válvula cardíaca.

Cuidadores: cómo apoyar a un ser querido que se recupera de una cirugía de válvula cardíaca

Como cuidador, puede ayudar a un ser querido en cada paso del recorrido de tratamiento. Por ejemplo, puede llevarlo a las citas, brindar apoyo emocional, ayudar en el seguimiento de los medicamentos y unirse a las caminatas durante la recuperación.

Lista de recursos:



[Lista de comprobación sobre el control de los síntomas](#)



[Infografía sobre vida activa](#)



[Preguntas para hacer al médico sobre el tratamiento](#)



[Preguntas para hacer al médico en la cita preoperatoria](#)



[Video sobre el procedimiento de RVAT](#)



[Video del recorrido de EA: Diagnóstico](#)



[Video del recorrido de EA: Opciones de tratamiento](#)



[Video del recorrido de EA: Preparación para el tratamiento](#)



[Video del recorrido de EA: Recuperación](#)