



## Tome el Juramento EHAC™

Entiendo que previo a los ataques al corazón se pueden presentar síntomas como dolor en el pecho, dificultad para respirar, dolor en el hombro y/o brazo, y debilidad. Estos síntomas pueden ocurrir horas o semanas antes del ataque al corazón. Juro solemnemente que si esto me ocurriera a mí o a algún conocido, llamaré al 9-1-1 o activaré nuestros servicios de emergencia médica.

Nombre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

Visita [deputyheartattack.org](http://deputyheartattack.org) para más información acerca de prevención y ataques al corazón.



## ¡Mantenga la calma! Salve una vida

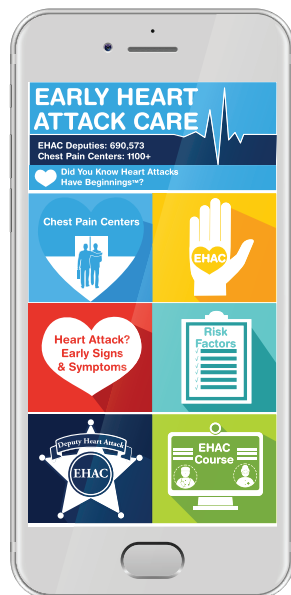
Si los síntomas han pasado desapercibidos y la persona colapsa, llame al 9-1-1 y practique la Reanimación Cardiopulmonar (RCP) con sólo las manos. Toma solamente unos minutos aprender, pero usted puede agregar años a la vida de una persona. Si hay disponible un Desfibrilador Externo Automático (DEA), utilícelo tan pronto sea posible. El DEA provee instrucciones verbales sencillas para otorgar la ayuda necesaria.



## Descubra un CPC acreditado

¡La aplicación móvil EHAC es gratis!

Un hospital cerca de usted ha adoptado los procesos que pueden salvar su vida. Descargue la aplicación móvil EHAC para encontrar un centro de dolor de pecho acreditado (CPC por sus siglas en inglés) en su área. La aplicación móvil también incluye la información vital del programa tal como las señales de alerta y síntomas previos de un ataque al corazón, al igual que los factores de riesgo.



ACC  
Accreditation  
Services

# EHAC ¿SABÍA QUÉ?

Los ataques al corazón tienen un comienzo.

- Los ataques al corazón tienen señales de alerta y síntomas previos.
- Estos “comienzos” pueden ocurrir en un **50% de los pacientes**.
- Si los síntomas se reconocen a tiempo, una persona puede recibir tratamiento antes de que el corazón sufra daño permanente.



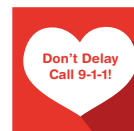
## Aprenda EHAC™

- Conozca las señales de alerta y síntomas previos
- Tome el juramento EHAC



## Prevenga un ataque al corazón

- Conozca los factores de riesgo
- Conozca las diferencias entre hombres y mujeres
- Conozca los síntomas atípicos



## Salve una vida

- Si alguien se colapsa o desmaya, llame al 9-1-1
- Practique Reanimación Cardiopulmonar (RCP) con sólo las manos
- Encuentre y utilice un Desfibrilador Externo Automático (DEA)



## ¿Qué es el EHAC?

La educación de atención temprana de un ataque al corazón (EHAC por sus siglas en inglés, "Early Heart Attack Care") le ayuda a aprender las señales de alerta y síntomas de un ataque al corazón. ¿Por qué? Queremos que usted sea un observador activo que pueda salvar una vida - incluso su propia vida.

- Aproximadamente 750,000 personas en los EEUU presentan un ataque al corazón cada año. Cerca de 116,000 de ellos mueren.
- Muchos de esos pacientes presentaron síntomas previos al ataque.

## Aprenda las señales de alerta y síntomas previos



**SOBREVIVA. NO MANEJE. LLAME al 9-1-1**

## ¿SABÍA QUÉ?

El daño más grave al corazón ocurre en las primeras dos horas desde que sucede el ataque cardíaco. EHAC busca que usted conozca las señales previas y actúe antes de que ocurra daño permanente.

## ¿Cuáles son los factores de riesgo?

Estos son los factores generales de riesgo. Consulte su riesgo con su médico.

- Dolor en el pecho como presión, ardor, tensión o molestia – puede ser esporádico
- Antecedentes familiares de enfermedades cardiovasculares
- Presión arterial alta
- Sobrepeso u obesidad
- Estilo de vida sedentario
- Uso de tabaco
- Enfermedades del metabolismo, diabetes u otras
- Para mujeres puede incluir el uso de anticonceptivos, antecedentes de preeclampsia, diabetes gestacional o haber dado a luz un bebé de bajo peso

## ¿Cuál es la diferencia entre hombres y mujeres?

Los ataques al corazón son diferentes entre hombres y mujeres. ¿Por qué es importante? Las mujeres son menos propensas a buscar ayuda médica inmediatamente, lo cual puede causar mayores daños al corazón.

- Los hombres normalmente sienten dolor que se irradia en el pecho o brazo izquierdo, pero en las mujeres el dolor puede aparecer en el lado derecho.
- Las mujeres pueden sentirse exhaustas, sin energías, mareadas o con náusea.
- Las mujeres pueden sentir dolor en la espalda que se irradia hacia la mandíbula.

## ¿Cuáles son síntomas atípicos?

En síntomas atípicos o anormales, las señales de alerta son diferentes. ¿Cómo? El paciente puede no quejarse de dolor o presión en el pecho. Está alerta a lo siguiente:

- Un dolor punzante que ocurre al toser o respirar
- Dolor que se irradia arriba de la mandíbula o hacia la espalda baja
- Dificultad para respirar