

R

**Recomendaciones
para el paciente con dolor
torácico (dolor de pecho)**



PACIENTES



Recomendaciones para el paciente con dolor torácico (dolor de pecho)

- 1.- ¿Realiza ejercicio de manera regular? **Si No**
- 2.- ¿Sabe usted que padecer diabetes, hipertensión (presión sanguínea alta) o tener el colesterol alto sin control, es un riesgo para presentar un infarto? **Si No**
- 3.- ¿Sabe usted que fumar es factor de riesgo para infarto? **Si No**
- 4.- ¿Tiene usted ubicada la unidad de urgencias más cercana a su domicilio? **Si No**
- 5.- ¿Tiene a la mano el teléfono de algún servicio de ambulancias? **Si No**
- 6.- Si usted ha presentado un infarto, padece diabetes, hipertensión (presión sanguínea alta) o colesterol alto ¿lo saben sus familiares? **Si No**
- 7.- ¿Saben sus familiares qué medicamentos consume usted regularmente? **Si No**
- 8.- ¿Sabe usted que el sobrepeso es un factor de riesgo que puede ocasionar un infarto? **Si No**

Si contestó NO a cualquiera de las preguntas anteriores lo invitamos a leer este folleto que seguramente resultará de su interés.

1

Aprenda a identificar los signos de alarma relacionados con el dolor torácico (dolor de pecho)

- Dolor opresivo en el pecho, algunas veces con sudoración, náusea, vómito o angustia.
- Dolor que se extiende desde el pecho hasta la mandíbula, brazo, hombro o espalda.
- Dolor que se extiende del pecho hacia el estómago y puede sentirse como indigestión.
- Dificultad para respirar o sensación de falta de aire.
- Dolor de pecho que lo hace despertarse.
- En caso de padecer diabetes, hipertensión (presión sanguínea alta) o infarto previo, en presencia de dolor en el pecho cualquiera que sea su característica acuda de inmediato al servicio de urgencias.

2

Asegúrese de conocer las medidas a realizar en caso de urgencia.

- Identifique la unidad médica (pública y/o privada) más cercana y apropiada a la que pueda dirigirse en caso de urgencia.
- Obtenga al menos el teléfono de un servicio de ambulancias que pueda trasladarle en caso necesario.
- Tenga a la mano una tarjeta con los nombres de los medicamentos que regularmente toma y las instrucciones para tomarlos, esto es de mucha utilidad.
- Solicite ayuda de su familia, amigos o vecinos en caso de una urgencia.
- En la medida de lo posible, trate de mantener la calma y así reducir la angustia que supone una urgencia.

3

Mantenga una buena relación con su médico.

- Brinde toda la información a su médico tratante.
- Exprese con franqueza y claridad al médico, qué es lo que usted espera de él, aclare todas sus dudas.
- Siga el tratamiento indicado por su médico.
- Informe a su médico cualquier cambio en los síntomas de su enfermedad.

4

En caso de dolor en el pecho, acuda de inmediato a algún servicio de urgencias cercano.

Estás recomendaciones, son emitidas por la
Comisión Nacional de Arbitraje Médico,
durante su proceso fueron avaladas por líderes
de opinión de diversas instituciones de salud
que participaron en la elaboración de las
Recomendaciones para Mejorar
la Práctica de los Profesionales de Salud.



**Mitla No. 250, Esq. Eugenia, Col. Narvarte,
C. P. 03020 México, D. F.
Lada sin costo 01 800 711 06 58
en el Distrito Federal 5420-7000**

**www.conamed.gob.mx
recomendaciones@conamed.gob.mx**