

¿Qué es la EAP?



La enfermedad arterial periférica (EAP) es una condición que reduce el flujo sanguíneo hacia las extremidades. La EAP afecta con mayor frecuencia a las piernas. En condiciones normales, la sangre fluye libremente a través de las arterias. Cuando los lípidos, el colesterol y la placa se acumulan en las paredes de las arterias, pueden causar un estrechamiento o, incluso, una obstrucción total de las arterias. Esta acumulación de placas en las arterias se llama “ateroesclerosis”. Cuando se obstruye el flujo de sangre rica en oxígeno hacia las piernas, pueden aparecer síntomas. La aterosclerosis es el mismo proceso que causa los ataques cardíacos y los accidentes cerebrovasculares. Por lo tanto, las personas con EAP también corren el riesgo de sufrir ataques cardíacos y accidentes cerebrovasculares. La siguiente información se refiere solo a los síntomas que se presentan en las piernas.

¿Cuáles son los síntomas de la EAP?

Al principio, muchas personas con EAP no notan ningún síntoma. Algunas personas tienen dificultad para caminar, pero pueden pensar que se debe a otras condiciones, al envejecimiento o a la falta de ejercicio, en lugar de atribuirla a la EAP. La EAP también puede causar los siguientes síntomas:



Claudicación: es el dolor en los músculos de los glúteos o las piernas. El dolor se produce cuando los músculos requieren más oxígeno al caminar y mejora poco después de dejar de hacerlo.



Cicatrización lenta de heridas: esto se debe a la disminución del flujo sanguíneo a las heridas. Por lo general, esto ocurre en la parte inferior de las piernas o en los pies. A veces, las heridas pueden infectarse.



Isquemia aguda de una extremidad: se produce cuando el flujo sanguíneo a una de las piernas se detiene repentinamente. La pierna puede doler, sentirse fría y verse pálida. Esta es una emergencia médica que requiere atención inmediata.

¿Cuáles son las causas de la EAP?

- Fumar (este es el mayor factor de riesgo para la EAP)
- Diabetes
- Presión arterial alta
- Colesterol alto
- Enfermedad renal crónica
- Falta de actividad física suficiente

¿Qué pruebas se usan para detectar la EAP?

- **Índice tobillo-brazo (ITB):** un proveedor de cuidado médico coloca brazaletes de presión arterial en el brazo y la pierna. La prueba compara la presión arterial de cada una de estas zonas.
- **Ecografía:** mediante las ondas sonoras, se mide el flujo sanguíneo y se puede ver cuánto se han estrechado las arterias.
- **Angiografía por tomografía computarizada (TC):** el paciente debe acostarse en la camilla de un escáner de rayos X grande. Se inyecta un tinte de contraste en el cuerpo durante la tomografía, que permite ver imágenes detalladas de las arterias de las piernas.
- **Angiografía invasiva:** un proveedor de cuidado médico coloca un catéter en un vaso sanguíneo de la muñeca o la ingle para inyectarle un tinte. Se usan rayos X para detectar arterias estrechas u obstruidas.

¿Cómo se trata la EAP?

Medicamentos

- La aspirina y otros anticoagulantes ayudan a que la sangre fluya a través de las arterias estrechadas.
- Los medicamentos para el colesterol, como las estatinas, ayudan a prevenir la acumulación de placa.
- Los medicamentos para la presión arterial favorecen un flujo sanguíneo saludable.
- Los medicamentos que tratan la diabetes también pueden ayudar a prevenir el daño a los nervios. El daño en los nervios causado por la diabetes puede hacer que las heridas se infecten y, debido a la EAP, estas tardan en sanar o no sanan en absoluto. Los medicamentos para tratar la diabetes pueden ayudar a reducir este riesgo.
- Un medicamento llamado cilostazol puede ayudar a que la sangre fluya con mayor facilidad. También puede ayudar a reducir los síntomas de la claudicación.



Dieta y estilo de vida

- No consuma tabaco ni productos con nicotina. Si lo hace, esfuércese para dejar de fumar.
- Lleve una alimentación saludable. Elija alimentos ricos en fibra y de origen vegetal. Limite los alimentos procesados y grasos.
- Haga ejercicio con regularidad según las indicaciones de su médico. Un programa de caminata puede reducir en gran medida los síntomas de la claudicación.
 - Visite healthmapsolutions.com/patient-resources para descargar el documento “Ejercicio para la salud” y obtener consejos de entrenamiento.



Procedimientos



- Los procedimientos de revascularización se realizan cuando la aterosclerosis o la placa limitan el flujo sanguíneo, en especial si el paciente presenta síntomas. Algunos de estos procedimientos son mínimamente invasivos. Otros son cirugías que permiten eliminar la obstrucción o crear una vía alternativa para que la sangre circule alrededor de la zona obstruida.
- Cuando la enfermedad está muy avanzada, puede ser necesario amputar los dedos de los pies, los pies o las piernas si el flujo sanguíneo es tan limitado que el tejido de la extremidad comienza a morir. Esto también puede ocurrir si una infección no se puede tratar debido a la falta de flujo sanguíneo. Uno de los principales objetivos del cuidado de la EAP es evitar la amputación.

¿Qué puedo hacer para prevenir la EAP?

Tratar los factores de riesgo a tiempo es la mejor manera de prevenir la EAP.

- No consuma tabaco ni productos con nicotina.
- Controle la diabetes para cumplir con las metas establecidas por su médico.
- Mida su presión arterial con regularidad y, si está alta, busque tratamiento.
- Reduzca los niveles de colesterol.
- Haga ejercicio regularmente.
- Pregúntele a su médico acerca de las pruebas de detección de la EAP para evitar la progresión.

Healthmap Solutions está aquí para ayudarlo a manejar su salud. Para obtener más información, llame al 1-800-481-0474 (TTY: 711) o visite www.healthmapsolutions.com/patient-resources. Los pacientes deben cumplir con los requisitos del programa para acceder a los servicios de Healthmap.



1-800-481-0474 (TTY: 711) | healthmapsolutions.com/patient-resources