

Heart Attack

Get the Facts

The Facts

More than 1 million Americans have a heart attack each year, and about 515,000 die from heart attacks annually, according to the National Heart, Lung, and Blood Institute. While a heart attack occurs suddenly, its causes generally develop over several years. You can greatly reduce your risk of a heart attack through such steps as improving your diet, not smoking and exercising.

What Is a Heart Attack?

A heart attack occurs when the blood flow that brings oxygen to the heart muscle is greatly reduced or stopped. This happens due to atherosclerosis, or a thickening and hardening of the coronary arteries that supply blood to the heart due to buildups of substances such as fat and cholesterol.

Who Is At Risk?

Risk factors include:

- Diabetes
- High blood pressure (greater than 140 mmHg systolic pressure or 90 mmHg diastolic pressure)
- Smoking
- Being overweight (a Body Mass Index higher than 25)
- High levels of triglycerides (more than 150 mg/dL) and “bad” (LDL) cholesterol (more than 100 to 160 mg/dL, depending on other risk factors)
- Low levels of “good” (HDL) cholesterol (less than 40 mg/dL for men and 50 mg/dL for women)
- Physical inactivity

What Can I Do?

- Don't smoke and avoid exposure to secondhand smoke
- Aim for a healthy weight (a Body Mass Index lower than 25)
- Be physically active each day for 30 to 60 minutes
- Drink alcohol in moderation—an average of one drink per day for women and two for men
- Lower high blood pressure, with medication if necessary
- Control your diabetes

Why Choose UVA for Heart Attack Treatment?

UVA offers round-the-clock emergency access to a modern cardiac catheterization laboratory allowing us to rapidly open blocked arteries and restore blood flow, which is key to surviving a heart attack. Patients also have 24/7 access to experienced heart surgeons if emergency surgery is necessary.

UVA has been named one of America's top 50 hospitals for heart care and heart surgery by *U.S. News & World Report*. UVA also has the only accredited Chest Pain Center in the region to assess and treat heart attacks.

For more information call 434-982-0808.

Ataque al Corazón

Infórmese

Datos

En los Estados Unidos, más de un millón de personas tienen un ataque al corazón cada año, y aproximadamente 515.000 mueren anualmente por este motivo, según el National Heart, Lung, and Blood Institute (Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre). Aunque un ataque al corazón es algo que ocurre en forma repentina, sus causas por lo general se desarrollan en el transcurso de varios años. Usted puede reducir enormemente su riesgo de un ataque al corazón tomando medidas como mejorar su dieta, no fumar y hacer ejercicio.

¿Qué es un Ataque al Corazón?

Un ataque al corazón (o infarto de miocardio) ocurre cuando la circulación de sangre que lleva oxígeno al músculo cardíaco (del corazón) disminuye considerablemente, o se interrumpe. Esto sucede debido a un proceso conocido como aterosclerosis, un engrosamiento y endurecimiento de las arterias coronarias (las arterias que suministran sangre al corazón) causado por la acumulación de sustancias como grasa y colesterol.

¿Quiénes Corren Riesgo?

Algunos de los factores de riesgo son los siguientes:

- Diabetes
- Hipertensión (presión sistólica por encima de 140 mmHg o presión diastólica por encima de 90 mmHg)
- Fumar
- Sobrepeso (un índice de masa corporal por encima de 25)
- Niveles altos de triglicéridos (más de 150 mg/dl) y colesterol "malo" o LDL (más de 100 a 160 mg/dl, dependiendo de otros factores de riesgo)
- Niveles bajos de colesterol "bueno" o HDL (menos de 40 mg/dl para los hombres y 50 mg/dl para las mujeres)
- Inactividad física

¿Qué Puedo Hacer?

- No fume y evite la exposición al humo de otros fumadores
- Intente mantener un peso saludable (índice de masa corporal por debajo de 25).
- Haga actividad física todos los días durante 30 a 60 minutos.
- Beba alcohol con moderación: un promedio de una bebida por día para las mujeres y dos para los hombres.
- Controle su presión arterial, si fuera necesario, con medicación.
- Controle su diabetes

¿Por Qué Elegir a la Uva Para el Tratamiento de un Ataque al Corazón?

La Uva ofrece acceso de emergencia las 24 horas del día a un laboratorio moderno de cateterismo cardíaco que nos permite destapar rápidamente arterias bloqueadas y restaurar el flujo de sangre, un paso clave para sobrevivir un ataque al corazón. Si fuera necesaria una operación de emergencia, los pacientes también tienen acceso, las 24 horas del día, los 7 días de la semana, a cirujanos expertos en cirugía cardíaca.

U.S. News & World Report ha nombrado a la Uva como uno de los 50 mejores hospitales de los Estados Unidos para servicios de atención médica y cirugía cardíaca.

La Uva tiene además el único Centro de Dolor de Pecho acreditado de la región para la evaluación y el tratamiento de los ataques al corazón.

Para más información, llame al 434-982-0808.