

# ¿Crisis de Pánico o Infarto?

GS-8

Cuando una persona padece de una crisis de pánico, el cuerpo reacciona produciendo las hormonas del estrés. Los síntomas pueden incluir dolor en el pecho, sofocación, palpitaciones, sudoración y un presentimiento de desastre inminente. Otros síntomas comunes incluyen ardor intermitente en el pecho, mareo, debilidad, náuseas e indigestión severa, además de una sensación de pánico.

Las crisis de pánico y los infartos tienen síntomas parecidos porque los dos estimulan la respuesta corporal que produce el deseo de “luchar o correr”; **pero si los síntomas duran por más de 2-3 minutos, o si el dolor se va y luego regresa, puede que tenga una enfermedad cardíaca. Sólo después de someterse a estudios más allá del electrocardiograma estándar se puede saber si el dolor proviene del corazón.**



## Diagnosticar la enfermedad cardíaca

Es más difícil diagnosticar la enfermedad cardíaca en las mujeres que en los hombres. Los síntomas pueden ser iguales a los de una crisis de pánico o pueden ser aún más leves. Muchas mujeres sólo sufren un leve malestar en el pecho (“opresión”) o padecen de indigestión severa, acompañada de mareo y debilidad, sin tener ningún dolor en el pecho.

Se puede obtener resultados más exactos para las mujeres utilizando una combinación de exámenes; someterse a una prueba de esfuerzo combinada con un ecocardiograma es mucho mejor que solamente someterse a una prueba de esfuerzo. La herramienta de diagnóstico rutinaria – la prueba de esfuerzo sobre una cinta rodante – no es fiable para los hombres y es aún menos fiable para las mujeres. Estudios de investigación financiados por los Institutos Nacionales de Salud han demostrado que la prueba de esfuerzo sobre una cinta rodante da falsos resultados en hasta un 40 por ciento de las mujeres. La prueba de esfuerzo, combinada con estudios de imagenología cardiovascular utilizando el talio (u otro isótopo radioactivo en dosis baja) o con la imagenología con ondas del sonido (ultrasonido), dan resultados más fiables. Tanto la imagenología nuclear como el ultrasonido es útil, pero puede que las mujeres que están en edad de tener hijos quieran evitar los exámenes nucleares debido a su exposición a radiación; simplemente pueden optar por una prueba de esfuerzo, además de un ultrasonido. De esta manera, pueden producir casi los mismos resultados que los que se dan con un estudio utilizando el talio, pero sin la exposición a los rayos X. Cualquier duda que usted tenga sobre los estudios, se le debe plantear a su médico. Por último, la manera más fiable para diagnosticar la enfermedad cardíaca tanto en los hombres como en las mujeres es a través de la cateterización cardíaca con una angiografía; así los médicos pueden ver las arterias coronarias.

## Marque al 9-1-1 si cree que le está dando un infarto

Si usted experimenta un dolor grave en el pecho, sofocación u otra síntoma que le hace temer por su vida, llame al 9-1-1. Los pacientes que llegan a la sala de emergencia para el tratamiento justo después de empezar a experimentar dolor en el pecho tienen mayores chances de tener buenos resultados. Los nuevos exámenes pueden diagnosticar un infarto con más rapidez y exactitud que antes.

## Si tiene una duda, consulte a su médico

La enfermedad cardíaca ocupa el primer puesto en la mortalidad de las mujeres que tienen más de 34 años de edad. Si usted está preocupada porque tiene uno de los síntomas anteriores, consulte a su médico sin más demora y pídale los exámenes para poder asegurarse de que no sufre de la enfermedad cardíaca.

*Nota: Según la Asociación para la Salud de la Mujer (Partnership for Women's Health) de la universidad de Columbia, el “primer escudo protector” para una mujer que tiene alto riesgo o síntomas de la enfermedad cardíaca es una prueba de esfuerzo, combinada con un ecocardiograma. Hasta un 60% de los resultados serán falsos si solamente se hace la prueba de esfuerzo sobre una cinta rodante. Cuando se la combina con el electrocardiograma, los resultados serán mucho más exactos para las mujeres...y no es invasivo.*

**Healthy Hearts Guides**  
[www.womensheartfoundation.org](http://www.womensheartfoundation.org)