

¿CUÁLES SON SUS
PREFERENCIAS Y
VALORES EN
RELACIÓN CON SU
TRATAMIENTO PARA
LA EAP (PAD)?



VEA CÓMO PERSONAS COMO USTED
CONTROLAN LA EAP (PAD)

Visite www.ShowMe-PAD.org
para revisar estos recursos en línea

- Se ofrece esta información para pacientes con enfermedad arterial periférica (EAP) de leve a grave en las piernas, también llamada "claudicación".
- No es para pacientes con isquemia crítica de las extremidades (dolor en reposo, heridas que no sanan, úlceras, gangrena).
- La investigación que se reporta en esta publicación fue financiada mediante un Premio (CE-1304-6677) del Instituto de Investigación de Resultados Centrados en el Paciente (PCORI) y una subvención de investigación sin restricciones de Merck & Co.
- Las declaraciones de esta publicación son responsabilidad exclusiva de los autores y no representan necesariamente las opiniones del PCORI, su Junta de Gobernadores ni Comité de Metodología.
- Para obtener una lista completa de los estudios científicos a los que se hace referencia, así como fuentes de financiación y conflictos de interés, visite www.ShowMe-PAD.org/our-research-methods.

Si desea más información, vaya a:
WWW.SHOWME-PAD.ORG

Ayuda para Decidir para pacientes con
**ENFERMEDAD ARTERIAL
PERIFÉRICA (EAP)**

que experimentan dolor en las piernas
al caminar

SHOW ME

PAD
MUÉSTREME LA EAP (PAD)

COMENCEMOS: MUÉSTREME LA EAP (PAD)

Es posible que le hayan diagnosticado enfermedad arterial periférica (EAP) o le hayan dado referencias para más pruebas. Con esta Ayuda para Decidir podrá entender mejor esta afección, evaluar diversas opciones de tratamiento para aliviar los síntomas de la EAP y tomar decisiones informadas para controlar la EAP.

1 ¿QUÉ ES LA EAP?

ENFERMEDAD ARTERIAL PERIFÉRICA:

- Un tipo de enfermedad cardiovascular
- Flujo sanguíneo reducido a las arterias de las piernas
- Causado por la acumulación de placa (depósitos grasos) en las arterias

¿FACTORES DE RIESGO COMUNES?

- Tabaco
- Diabetes
- Presión arterial alta
- Colesterol alto
- Estilo de vida inactivo
- Edad

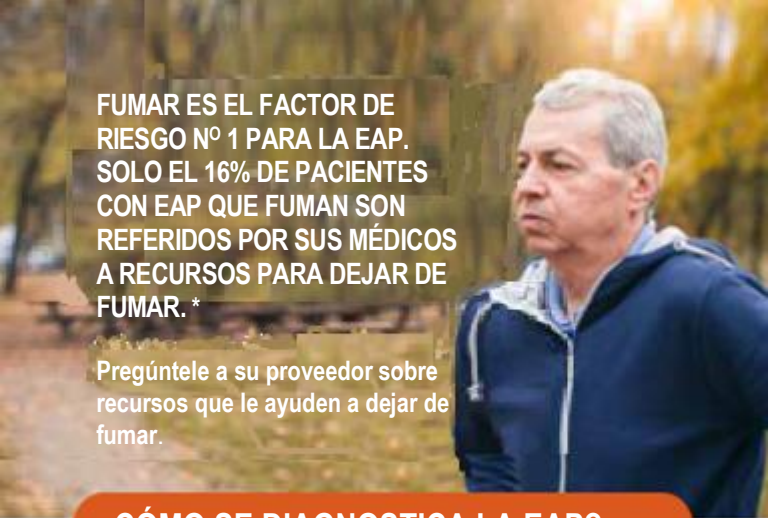
¿SÍNTOMAS?

Si los músculos no reciben suficiente sangre y oxígeno, puede haber dolor en las pantorrillas y las nalgas, llamado "claudicación". Los síntomas en las piernas que ocurren al caminar pueden incluir:

- Fatiga
- Malestar
- Entumecimiento
- Calambres o dolor

Estos síntomas por lo general desaparecen después de un breve período de descanso (unos 10 minutos). Algunos pacientes pueden tener otros síntomas en las piernas:

- Dolor al estar sentado o de pie.
- Dolor que no desaparece después del descanso



FUMAR ES EL FACTOR DE RIESGO N° 1 PARA LA EAP. SOLO EL 16% DE PACIENTES CON EAP QUE FUMAN SON REFERIDOS POR SUS MÉDICOS A RECURSOS PARA DEJAR DE FUMAR. *

Pregúntele a su proveedor sobre recursos que le ayuden a dejar de fumar.

¿CÓMO SE DIAGNOSTICA LA EAP?

- Mediante una prueba indolora y no invasiva llamada "Índice tobillo-brazo" (ITB), se compara la presión arterial en los tobillos con la presión arterial en los brazos.
- Los resultados anormales de la prueba pueden indicar un flujo sanguíneo reducido en las arterias de las piernas.
- Se le puede pedir que haga una prueba de ejercicio para ver si la presión sanguínea en las piernas cambia cuando usted hace ejercicio.
- Es posible que se le hagan pruebas adicionales para determinar la gravedad y la ubicación de bloqueos.

¿QUÉ TAN GRAVE ES LA EAP?

- La EAP puede limitar mucho sus actividades diarias
- Las personas con EAP tienen un mayor riesgo de ataques cardíacos o accidentes cerebrovasculares.
- La EAP es una enfermedad crónica. Requiere control de los síntomas y los riesgos cardiovasculares por el resto de la vida.
- En casos poco frecuentes (1-2%), la EAP puede convertirse en EAP grave, en cuyo caso los pacientes tienen heridas que no curan e incluso corren el riesgo de perder un dedo del pie o una pierna.
- Para reducir el riesgo de amputación, todos los pacientes con EAP deben:
 - Examinarse regularmente los pies y cuidarse debidamente los pies.
 - Buscar prontamente diagnóstico y tratamiento de heridas que no cicatricen.

2

APRENDA SOBRE TRATAMIENTOS PARA LA EAP

Controlar la EAP significa tomar medidas en dos áreas:

CONTROLAR LOS FACTORES DE RIESGO

SE RECOMIENDA A TODOS:

CAMBIAR EL ESTILO DE VIDA

REDUCIR EL RIESGO CARDIOVASCULAR

Independientemente de los tratamientos que elija para controlar sus síntomas de EAP, se le recomienda que controle proactivamente sus factores de riesgo.

CONTROLAR LOS SÍNTOMAS

OPCIONES DE TRATAMIENTO PARA ALIVIAR EL DOLOR DE EAP:

INTERVENCIÓN MÉDICAS:

- Tratamiento no invasivo
- Tratamiento invasivo
- Combinación de tratamientos no invasivos e invasivos

El plan de tratamiento de EAP que usted siga dependerá de la gravedad de sus síntomas, el estado de sus arterias, la ubicación de sus bloqueos y su salud en general.

CAMBIOS EN EL ESTILO DE VIDA

Recomendados para TODOS los pacientes con EAP
Los estudios científicos* muestran una fuerte evidencia de que hacer estos cambios en el estilo de vida puede disminuir o retrasar la progresión de la enfermedad arterial periférica.

Para lograr los mejores resultados:

- Dejar de fumar
- Controlar la diabetes
- Controlar la presión arterial
- Seguir una dieta saludable para el corazón
- Mantener un estilo de vida activo
- Cuidar debidamente los pies

CONTROL DEL RIESGO CARDIOVASCULAR:

Recomendado para TODOS los pacientes con EAP

La EAP es un tipo de enfermedad cardiovascular, lo que significa que aumenta el riesgo de sufrir un ataque cardíaco o un derrame cerebral. Los estudios científicos* muestran una fuerte evidencia de que tomar medicamentos cardiovasculares puede reducir el riesgo de ataque cardíaco o derrame cerebral.

PARA REDUCIR SU RIESGO DE ATAQUE CARDÍACO O DERRAME CEREBRAL, SU PROVEEDOR PUEDE RECETARLE:

Medicamentos cardiovasculares

- Estatinas para bajar el colesterol
- Antiplaquetarios (como la aspirina) para reducir el riesgo de coagulación

*Para obtener una descripción general de los estudios científicos a los que se hace referencia, visite www.ShowMe-PAD.org/our-research-methods

80%

DE LOS PACIENTES CON EAP RECIBEN RECETAS DE ANTICOAGULANTES Y MEDICAMENTOS PARA REDUCIR EL COLESTEROL*

Pregúntele a su proveedor sobre formas de controlar su riesgo cardiovascular.



OPCIONES DE TRATAMIENTO PARA ALIVIAR EL DOLOR DE PIERNAS:

Para controlar el dolor de piernas de EAP (claudicación), generalmente se recomienda probar primero los tratamientos no invasivos antes de probar los invasivos. Su plan de tratamiento puede incluir una combinación de estas opciones, y los tratamientos que elija pueden cambiar a lo largo de su vida.

Para controlar sus síntomas, hay dos vías de tratamiento:

1 OPCIONES NO INVASIVAS

(no rompen la piel ni requieren incisiones)

Terapia de ejercicio supervisado

- Se recomienda caminar al menos 3 veces por semana durante 30-45 min. cada vez durante al menos 12 semanas.
- Se recomiendan programas supervisados más que ejercicios en el hogar.
- La terapia de ejercicio supervisado está aprobada y cubierta por los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS). Su proveedor puede recetar este programa.

Medicamentos para la claudicación

- Medicamentos que pueden reducir el dolor y las molestias en las piernas.

2 OPCIONES INVASIVAS (requieren incisiones)

- Angioplastia:** Se infla un pequeño globo dentro de la arteria para mejorar el flujo sanguíneo.
- Stent:** Se usa angioplastia para insertar un stent (tubo pequeño) que mantenga abierta la arteria.
- Cirugía de derivación de pierna:** Se usa una vena de otra parte del cuerpo para dirigir el flujo sanguíneo alrededor del bloqueo.

¿QUÉ PASA SI NO HAGO NADA?

Si no toma medidas para controlar la EAP:

- Los síntomas pueden empeorar.
- Puede aumentar su riesgo de ataque cardíaco o derrame cerebral.

Hable con su proveedor sobre lo que esto podría significar para usted

3 APRENDA SOBRE LA EAP

Visite www.ShowMe-PAD.org para aprender más de pacientes y proveedores

4

COMPARE LAS OPCIONES

TRATAMIENTOS PARA LA EAP	¿QUÉ EFECTOS TENDRÍA EL TRATAMIENTO EN MIS SÍNTOMAS Y CALIDAD DE VIDA?	¿CÓMO PUEDO VOLVER RÁPIDAMENTE A MIS ACTIVIDADES NORMALES?
PROCEDIMIENTOS NO INVASIVOS		
TERAPIA DE EJERCICIO SUPERVISADO	<p>VENTAJAS</p> <ul style="list-style-type: none"> Pueden mejorar significativamente los síntomas y aumentar la distancia que puede caminar. Se ha demostrado que el ejercicio regular reduce el riesgo de ataque cardíaco o derrame cerebral y mejora la supervivencia con el tiempo Puede mejorar notablemente la calidad de vida. <p>DESVENTAJAS</p> <ul style="list-style-type: none"> Puede tomar más tiempo notar la mejora Necesita la autorización de su proveedor para ejercitar; los efectos secundarios son poco frecuentes. 	<p>VENTAJAS</p> <ul style="list-style-type: none"> El ejercicio no le impide realizar las actividades normales <p>DESVENTAJAS</p> <ul style="list-style-type: none"> Es posible que siga el dolor mientras vaya logrando caminar más Puede tomar más tiempo notar la mejora Necesita la autorización de su proveedor para ejercitar; los efectos secundarios son poco frecuentes.
MEDICAMENTOS PARA LA CLAUDICACIÓN	<p>VENTAJAS</p> <ul style="list-style-type: none"> En algunos pacientes, pueden mejorar los síntomas de EAP y aumentar la distancia que pueden caminar <p>DESVENTAJAS</p> <ul style="list-style-type: none"> Puede tomar varias semanas notar una mejoría. Algunos pacientes pueden experimentar efectos secundarios. No se sabe que los medicamentos para la claudicación reduzcan el riesgo de ataque cardíaco o derrame cerebral. 	<p>VENTAJAS</p> <ul style="list-style-type: none"> Tomar medicamentos no le impide realizar las actividades normales <p>DESVENTAJAS</p> <ul style="list-style-type: none"> Puede tomar varias semanas notar una mejoría Algunos pacientes pueden experimentar efectos secundarios.
PROCEDIMIENTOS INVASIVOS		
ANGIOPLASTIA STENTS CIRUGÍA DE DERIVACIÓN	<p>VENTAJAS</p> <ul style="list-style-type: none"> Pueden mejorar significativamente los síntomas y aumentar la distancia que puede caminar. Pueden mejorar la calidad de vida de manera significativa <p>DESVENTAJAS</p> <ul style="list-style-type: none"> Los resultados pueden no durar. Puede ser necesario repetir los procedimientos No todas las personas son buenos candidatos Los tratamientos invasivos para aliviar los síntomas de EAP no disminuyen el riesgo de ataque cardíaco o derrame cerebral. 	<p>VENTAJAS</p> <ul style="list-style-type: none"> La angioplastia y los stents son procedimientos ambulatorios que generalmente se realizan el mismo día y no requieren hospitalización. Generalmente se nota alivio del dolor poco después de la recuperación y curación <p>DESVENTAJAS</p> <ul style="list-style-type: none"> La cirugía de derivación puede requerir varios días de hospitalización Los procedimientos invasivos requieren tiempo de recuperación en casa (de días a semanas). Los riesgos asociados con procedimientos invasivos son, entre otros: <ul style="list-style-type: none"> o Angioplastia y stents: sangrado, infección, daño renal o Cirugía de derivación: sangrado, infección, complicaciones de la anestesia

SUS PREFERENCIAS Y VALORES IMPORTAN

¿CONSIDERA IMPORTANTE LO SIGUIENTE?

Nada importante

Favorece opciones invasivas

Muy importante

Favorece opciones no invasivas

Probar primero ejercicio y medicamentos para aliviar los síntomas de la EAP

¿ESTÁ PREOCUPADO POR LO SIGUIENTE?

Nada preocupado

Favorece opciones invasivas

Muy preocupado

Favorece opciones no invasivas

El riesgo asociado con un procedimiento o cirugía

Los procedimientos invasivos repetidos

La cronología del alivio de los síntomas

¿QUÉ RESULTADOS VALORA MÁS?

No le importa

Le importa mucho

Mi calidad de vida

Regresar a mis actividades cotidianas

El costo del tratamiento

El riesgo de perder dedos de los pies o piernas

El riesgo de un ataque cardíaco o derrame cerebral

El riesgo de morir debido a enfermedad cardiovascular

Mi capacidad para dejar de fumar

Mi capacidad para cambiar mi estilo de vida

PREGUNTAS PARA HACERLE A SU MÉDICO

Aproveche la oportunidad para hacerle preguntas al médico durante la próxima consulta.

Cambios en el estilo de vida y control del riesgo cardiovascular

- ¿Qué puedo hacer para reducir mi riesgo cardiovascular?
- ¿Qué buenos recursos pueden ayudarme a dejar de fumar?
- ¿Cómo afectan mis otras afecciones médicas a mis decisiones sobre el tratamiento de la enfermedad arterial periférica (EAP en español o PAD en inglés)?
- ¿Qué pasa si no tomo una decisión de tratamiento ahora?

Alivio de los síntomas y calidad de vida

- ¿Qué tipo de ejercicio se recomienda?
- ¿Son los programas de ejercicios comunitarios o en el hogar tan efectivos como los programas de ejercicios supervisados para la EAP?
- ¿Qué tratamiento me ayudará a alcanzar la calidad de vida que quiero tener?
- ¿Cuáles son los efectos secundarios de los medicamentos para la claudicación?
- ¿Qué otros cambios tendría yo que hacer después de un tratamiento invasivo?

Cronología del retorno a las actividades normales

- ¿Con qué rapidez puedo volver al trabajo o a la actividad normal después de mi tratamiento?
- ¿En qué actividades puedo participar? ¿Qué tendré que evitar?
- ¿Mi afección me convierte en candidato de alto o bajo riesgo para procedimientos invasivos?

Costo del tratamiento

- ¿Cuáles son mis costos individuales para los tratamientos disponibles para la EAP?
- ¿Con qué departamento o contacto puedo hablar para obtener más información sobre los costos?

Riesgo de amputación

- ¿Por qué es importante examinar mis pies regularmente?
- ¿Qué comportamientos saludables se requieren para el cuidado de los pies?
- ¿Qué signos o síntomas deben hacerme actuar con prontitud para evitar el empeoramiento de la EAP y evitar la pérdida de los dedos de los pies o de las piernas?

MIS PIERNAS Y EL TRATAMIENTO PARA LA EAP (PAD) QUE YO ESCOJO

CONSEJOS SOBRE EL COSTO

- La terapia de ejercicio supervisado está aprobada y cubierta por los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS). Su proveedor puede recetar este programa. Consulte también con su proveedor de seguros sobre la cobertura.
- Los centros de salud comunitarios pueden proporcionar programas de ejercicio a bajo costo si no hay un programa de ejercicio supervisado disponible.
- Las versiones genéricas de los medicamentos para la claudicación pueden estar disponibles a un costo menor.
- Los procedimientos invasivos son la forma más costosa de tratamiento para la EAP.
- Los costos de bolsillo variarán según el hospital, la farmacia, la región del país y la cobertura de su seguro.
- Para conocer los costos y la cobertura, solicite información por escrito sobre las opciones de tratamiento y comuníquese con su proveedor de seguros antes de someterse al tratamiento.
- Consulte los recursos en línea, como HealthcareBluebook.com, para buscar tarifas razonables para exámenes y tratamientos médicos en su región.