



## Conozca el riesgo y los síntomas de la enfermedad de las válvulas cardíacas



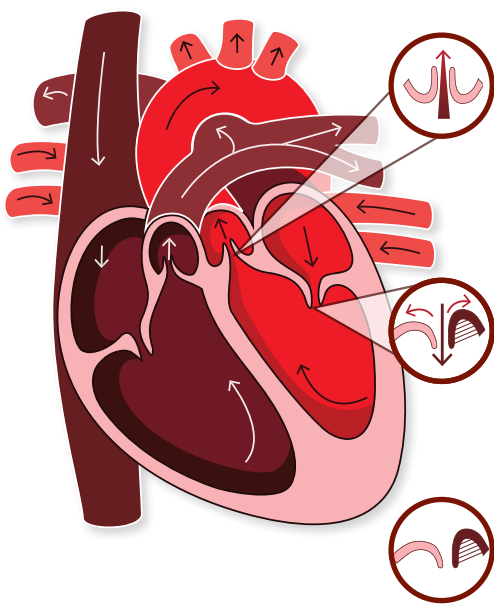
### ¿Qué es la enfermedad de las válvulas cardíacas?

La enfermedad de las válvulas cardíacas se produce cuando al menos una de las válvulas de su corazón no funciona correctamente.

#### Un corazón sano

Su corazón tiene cuatro cavidades y cuatro válvulas cardíacas. Cada válvula tiene aletas que se abren en un solo sentido y que permiten que la sangre fluya en una sola dirección con cada latido. Las válvulas normales se abren y se cierran alternadamente durante estos ciclos cardíacos.

La enfermedad de las válvulas cardíacas suele estar relacionada con una de estas afecciones:



#### Estenosis

Las aletas de la válvula se vuelven gruesas o rígidas, lo que estrecha la abertura de la válvula y limita el flujo sanguíneo.

#### Regurgitación

Las aletas de la válvula no se cierran herméticamente, lo que provoca que la sangre se devuelva.

#### Prolapso

Las aletas de la válvula se estiran y se abultan. Esto hace que a veces queden abiertas y dejen que la sangre se devuelva (lo que se denomina regurgitación).

La enfermedad de las válvulas cardíacas puede hacer que el corazón trabaje más y provocar latidos irregulares, infecciones, hipertensión pulmonar (presión arterial alta que afecta a los pulmones o a los vasos sanguíneos de los pulmones), insuficiencia cardíaca o paro cardíaco, cuando el corazón deja de latir.

### ¿Cuáles son los síntomas de la enfermedad de las válvulas cardíacas?

Los síntomas de esta enfermedad pueden aparecer repentinamente o presentarse lentamente, sin síntomas evidentes, por lo que su detección temprana es muy importante.



Podría sentir que le falta el aire.



Podría tener fiebre.



Podría sentir dolor en el pecho.



Podría notar hinchazón en sus pies, tobillos u otras partes del cuerpo.



Podría sentir mucho cansancio, sobre todo al hacer ejercicio.



Podría aumentar de peso rápidamente.



Podría sentir mareos o tener desmayos.



Podría tener latidos irregulares.



## ¿Qué me expone a un mayor riesgo de desarrollar la enfermedad de las válvulas cardíacas?

**Envejecer** nos pone a todos en riesgo, especialmente a las personas de 65 años o más, ya que algunas válvulas cardíacas pueden desgastarse con el tiempo. Otros factores de riesgo incluyen:

- Ciertas **infecciones**, como la fiebre reumática y las infecciones de la sangre
- Una **válvula cardíaca con una forma diferente de la normal** desde el nacimiento, lo que a veces se denomina malformación congénita
- Un **historial familiar** de defectos en las válvulas cardíacas
- **Insuficiencia cardíaca o ataque al corazón**
- **Factores de riesgo de cardiopatías**, como la hipertensión, el colesterol alto, la diabetes, fumar y la obesidad
- Algunas enfermedades **autoinmunitarias**
- Exposición a la **radiación** y a la quimioterapia

## ¿Puedo protegerme contra la enfermedad de las válvulas cardíacas?

¡Sí! Para reducir su riesgo, es importante:

- **Conocer su corazón.** Si siente algo diferente de lo habitual, programe una cita con su equipo de cuidado médico para hablar sobre sus síntomas, riesgos e historial de salud de su familia. Un ecocardiograma u otro tipo de escáner puede identificar la enfermedad de las válvulas cardíacas.
- **Comer bien** y estar más activo físicamente.
- Dejar de **fumar** y evitar el uso de **drogas intravenosas**.
- Controlar su **estrés**.

## La enfermedad de las válvulas cardíacas en cifras

En los Estados Unidos:



**3 de cada 4** adultos estadounidenses saben poco o nada sobre la enfermedad de las válvulas cardíacas.



Cada año se diagnostican **más de 5 millones** de nuevos casos.



**Casi 28,000** personas mueren cada año debido a la enfermedad de las válvulas cardíacas.



Usted tiene **4 válvulas cardíacas** en riesgo de desarrollar la enfermedad de las válvulas cardíacas, y **1 corazón** que proteger.

## ¡El diagnóstico temprano es fundamental!

Pida a su equipo de cuidado médico que escuche a su corazón con un estetoscopio para detectar señales de la enfermedad de las válvulas cardíacas.



Visite [CDC.gov/KnowYourHeart](https://www.cdc.gov/KnowYourHeart) (en inglés) para obtener recursos e información sobre la enfermedad de las válvulas cardíacas de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades.