

# Terapia con aspirina: previene infartos y derrames cerebrales



*Las personas que toman aspirina diariamente tienen menos probabilidad de tener ataques al corazón, de morir de un infarto o de un derrame cerebral*

Si está en riesgo de llegar a tener una enfermedad del corazón, o incluso si ya ha sufrido un ataque al corazón, el tomar una aspirina diaria puede ayudarlo a mantenerse en buena salud. Las personas que toman aspirina diariamente tienen menos probabilidad de tener ataques al corazón, de morir de un infarto o de un derrame cerebral.

## ¿Cómo ayuda la aspirina con una enfermedad del corazón?

La mayoría de las personas piensan que la aspirina es sólo para dolores o molestias, pero también es una medicina muy efectiva para el corazón y vasos sanguíneos. La aspirina actúa reduciendo las células sanguíneas pegajosas para que no se junten, formen un coágulo, o se peguen en las paredes de las arterias, haciéndolas más angostas. Aunque la aspirina por su cuenta no es suficiente para prevenir la enfermedad cardíaca o los derrames cerebrales, es una parte importante para su tratamiento médico.

## ¿Qué problemas podría tener yo al tomar aspirina?

El problema o efecto secundario más común de tomar aspirina es la irritación estomacal. Esto sucede con muy pocas personas que toman aspirina. Otros problemas que han notado quienes toman aspirina regularmente, incluyen náusea, vómito, indigestión, acidez estomacal, mucho apetito y dolor abdominal, o excrementos con sangre o de color negro. (Los excrementos negros son indicios de sangrado).

## Para reducir el riesgo de tener problemas al tomar aspirina:

- Tome aspirina de dosis baja, con una “cubierta entérica”, de 81 mg (la cual tiene un revestimiento especial menos irritante al estómago).
- Tome la aspirina junto con las comidas.

La aspirina puede causar más sangrado que lo normal después de una cirugía o de un trabajo dental (la limpieza de dientes no causa este problema). Su doctor u otro profesional de la salud (tal como el Director del cuidado de salud) podría indicarle que suspenda la aspirina por una semana antes de someterse a una cirugía o trabajo dental. Pregunte a su doctor o dentista cuándo es seguro para empezar de nuevo la terapia con aspirina.

## ¿Puede la aspirina aumentar el riesgo de tener un derrame cerebral?

La aspirina reduce el riesgo de llegar a tener un derrame cerebral si tiene una enfermedad cardíaca o está a un riesgo mayor de llegar a tenerla. Aunque la mayoría de los derrames cerebrales son causados por un coágulo de sangre, algunos estudios sugieren que las personas que toman aspirina regularmente pueden estar a un riesgo ligeramente mayor de tener cierto tipo de derrame cerebral derivado de una hemorragia. (ataque hemorrágico)

## ¿Qué cantidad de aspirina debo tomar?

La cantidad recomendada es de 81 a 325 miligramos una vez al día con las comidas (una dosis baja o una dosis para adultos) de aspirina común o con cubierta entérica. Hable con el profesional a cargo de su salud sobre el uso de la aspirina.

## ¿Qué lugar tienen los medicamentos (en general) en mi plan de tratamiento?

Aunque los medicamentos son una parte importante de su plan de tratamiento, no reemplazan una alimentación saludable, ni la actividad física regular ni el manejo del estrés. Si su doctor le ha recetado medicamentos, es importante que los tome como se le indica. No deje de tomarlos sin antes consultar a su doctor. Si está notando efectos secundarios, su médico podría cambiar el medicamento o la dosis para prevenir estos efectos. Es probable que tenga que tomar estos medicamentos por el resto de su vida, por lo tanto, trabaje con su doctor para asegurarse de que esté tomando la medicina y la dosis correcta para usted.

## ¿Qué necesito saber sobre mis medicamentos?

Antes de salir de la clínica, tómese el tiempo para pedirle a su médico o un miembro de su equipo de salud información sobre sus medicamentos.

- ¿Por qué los estoy tomando?
- ¿Con qué frecuencia y por cuánto tiempo debo tomarlos?
- ¿Hay alguna indicación especial para tomar este medicamento en particular? ¿Debo tomarlo con las comidas?

¿Hay actividades que debo evitar mientras tomo esta medicación?

- ¿Qué tipo de efectos colaterales puedo tener y qué síntomas debo tener en cuenta? ¿Hay algún modo de evitar los efectos secundarios?

## ¿Qué debo hacer si tengo efectos colaterales?

Asegúrese de decirle a su doctor si tiene alguna razón para que no pueda tomar alguno de los medicamentos recetados. También, hágale saber si tiene algún problema para recordarse de tomar sus medicamentos.

## ¿Cómo puedo recordarme de tomar mis medicamentos?

Todos nos esforzamos por recordar las cosas que no hacemos regularmente. Hay varias maneras que nos ayudan a recordar.

- Haga una gráfica simple y colóquela en un lugar visible donde la pueda ver todos los días, tal como en el espejo del baño.
- Ajuste un reloj despertador o un reloj de pulsera que suene para recordarle.
- Establezca una rutina diaria para tomar sus medicamentos, como por ejemplo al ir a acostarse, a la hora de las comidas o al comienzo de un programa de TV.
- Use un pastillero que tenga siete secciones, cada una de ellas por un día de la semana.
- Anote sus remedios en una tarjeta de bolsillo o calendario.
- ¿Puede pensar en otras maneras para recordarse? \_\_\_\_\_

## ¿Hay alguna instrucción especial que deba saber?

- Lleve una tarjeta personal de registro de medicamentos (tarjeta de bolsillo) con usted y manténgala actualizada. Incluya cualquier alergia a alimentos o drogas que pueda tener y cualquier medicamento no recetado, hierba o suplementos que esté tomando.
- Revise regularmente su tarjeta de registro de medicamentos con su médico u otro profesional de salud, incluido su dentista.
- Cuando compre algún nuevo medicamento, incluidos los que no requieren receta, pídale al farmacéutico que verifique si hay alguna interacción potencial entre las drogas de sus actuales medicamentos.
- Reponga sus medicamentos por lo menos una o dos semanas antes que se le acaben.
- Si un médico o cualquier profesional de la salud lo recomienda, lleve con usted alguna forma de identificación médica como por ejemplo una pulsera de Alerta médica. Para más información, llame a 1-888-633-4298, o vaya a [MedicAlert.org](http://MedicAlert.org).

Esta información no tiene como objetivo diagnosticar problemas de salud ni tomar el lugar de los consejos médicos ni del cuidado que usted recibe de su doctor o de otro profesional de la salud. Si tiene problemas de salud persistentes, o si tiene preguntas adicionales, por favor consulte con su doctor. Si tiene preguntas o necesita información adicional acerca de sus medicamentos, por favor hable con su farmacéuta.