

La **EAP** se produce cuando las arterias de la pierna se estrechan o se obstruyen, lo que causa una disminución del flujo de sangre.

Signos y síntomas

Incluyen los siguientes:



Las piernas duelen o se sienten pesadas al caminar, pero mejoran con el descanso



Dolor o calambres en pantorrillas, glúteos, cadera o muslos



No poder caminar tan rápido ni tan lejos como antes



Las heridas no cicatrizan

Si tiene EAP, hay mayores probabilidades de que sufra un ataque al corazón, un derrame cerebral o la pérdida de una extremidad.

1 de cada 10 personas de más de 40 años tiene EAP en los Estados Unidos.

Aunque el dolor en las piernas es frecuente, 4 de cada 10 personas con EAP no presentan síntomas en las piernas.

Descubra si tiene este problema de salud



Solicite una prueba del **índice tobillo-brazo (ITB)**. Esta prueba ayuda a detectar si llega menos sangre a las piernas.

La EAP puede ser hereditaria, por lo que debe conocer sus antecedentes.

Qué puede hacer para ayudar a prevenir la EAP

No fume o busque ayuda para dejar de fumar



Controle su presión arterial, colesterol y diabetes



Busque o mantenga un peso saludable



Manténgase activo y haga ejercicio todos los días



Revíse los pies para detectar cortes o llagas que no cicatrizan o cambios de color en la piel

Para obtener más información, visite [CardioSmart.org/PAD](https://www.cardiosmart.org/PAD)

@ACCinTouch #CardioSmart

