

Esta información es ofrecida a ustedes por:

Nitrolingual®
Pumpspray
(nitroglycerin lingual spray)
0.4 mg nitroglycerin per spray

www.nitrolingual.com



No es el tamaño real

Es importante que reporte los efectos secundarios negativos de los medicamentos recetados a la FDA. Visite www.FDA.gov/medwatch o llame al 1-800-FDA-1088.

Pregunte a su profesional de la atención de la salud si Nitrolingual es adecuado para usted.

Lea cuidadosamente las instrucciones de uso.

¿Qué es la angina de pecho?³

La angina es una molestia o dolor en el pecho que surge si una parte del corazón no recibe sangre lo suficientemente oxigenada.

La angina puede sentirse como opresión en el pecho. El dolor también se puede sentir en los hombros, los brazos, el cuello, la mandíbula o la espalda. Puede incluso sentirse como indigestión. La angina no es una enfermedad, sino el síntoma de un problema cardíaco de fondo. Por lo general, la angina es un síntoma de la enfermedad coronaria (CHD, coronary heart disease).

La enfermedad coronaria es el tipo más frecuente de las enfermedades del corazón en los adultos. Ocurre cuando un material ceroso llamado placa se deposita en las paredes internas de las arterias coronarias. Estas arterias llevan sangre rica en oxígeno al corazón.

Tipos de angina

La **angina estable** es el tipo más común. Ocurre cuando el corazón se está esforzando más que de costumbre. La angina estable tiene un patrón uniforme. (La palabra “patrón” se refiere a la frecuencia con la que se presenta la angina, su gravedad y los factores que la desencadenan.)

Si usted tiene angina estable, puede aprender cuál es el patrón y predecir cuándo ocurrirá el dolor. En general, el dolor desaparece pocos minutos después de descansar o de tomar el medicamento para la angina

La angina estable no es equivalente a un infarto, pero indica que hay más probabilidades de que ocurra más adelante.

La **angina inestable** no tiene un patrón. Puede ocurrir con más frecuencia que la angina estable y ser más grave.

También puede presentarse con el esfuerzo físico intenso o sin él, y es posible que no se alivie con reposo ni medicamentos. La angina inestable es muy peligrosa y requiere tratamiento de emergencia. Es un signo de que puede producirse un infarto en poco tiempo.

¿Qué le detiene?

Obstáculos Ejemplos de soluciones

Tiempo	Dé prioridad a mantenerse activo. Busque un horario flexible en las mañanas o en las tardes.
Incapacidad	Consulte a su médico o enfermera para saber qué actividades son las mejores para comenzar.
Acceso a un centro de rehabilitación para pacientes con afecciones cardíacas	Saque a pasear a su perro por el vecindario. Encuentre alternativas para el ejercicio tradicional.
No tiene un amigo que le acompañe	Inscríbase en el centro de rehabilitación para pacientes con afecciones cardíacas de su localidad.
Falta de motivación	Escoja una actividad que realmente disfrute. Busque un amigo que le acompañe a hacerla.
Temor	Comience poco a poco para aumentar su confianza y nivel de acondicionamiento físico.

Referencias:

1. Cleveland Clinic, Diseases and Conditions, Activity Guidelines (Clínica de Cleveland, Enfermedades y afecciones, Directrices para actividades): http://my.clevelandclinic.org/disorders/heart_failure/hic_heart_failure_exercise_activity_guidelines.aspx; publicado el 10/10/11.
2. Franklin BA, et al. Cardiac rehabilitation and secondary prevention of coronary heart disease: An American Heart Association scientific statement from the Council on Clinical Cardiology and the Council on Nutrition, Physical Activity, and Metabolism (Rehabilitación cardíaca y prevención secundaria de enfermedades cardíacas: un comunicado científico del Consejo sobre Cardiología Clínica y el Consejo sobre Nutrición, Actividad Física y Metabolismo), en colaboración con la Asociación Estadounidense de Rehabilitación Cardiovascular y Pulmonar. *Circulación*. 2005;111:369-376.
3. Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre, Temas de Salud, Angina: <http://www.nhlbi.nih.gov/health/health-topics/topics/angina/>; publicado el 10/10/11.
4. Datos no publicados en Espero Pharmaceuticals.
5. Wittig T, Beuscher N, et al. Increased physical performance following administration of glycerol trinitrate in spray form (Incremento del rendimiento físico luego de la administración de trinitrato de glicerol en aerosol). *Fortschritte der Medizin*. 1999;117 (II):109-113.
6. 2008 Physical Activity Guidelines for Americans (Directrices de actividad física para estadounidenses), Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos, www.health.gov/paguidelines; publicado el 11/03/11.
7. World Heart Federation and the Preventive Cardiovascular Nurses Association (Federación Mundial de la Salud y Asociación de Enfermeras para la Prevención de Enfermedades Cardiovasculares), Sidney C. Smith, Jr, et al. AHA/ACC secondary prevention and risk reduction therapy for patients with coronary and other atherosclerotic vascular disease (Prevención secundaria y terapia de reducción de riesgos para pacientes con enfermedades coronarias y otras enfermedades vasculares ateroscleróticas); actualizado en 2011. A guideline from the American Heart Association and American College of Cardiology Foundation (Directrices de la Asociación Estadounidense del Corazón y la Fundación del Colegio Americano de Cardiología). *J Am Coll Cardiol*. Publicado en línea el 3 de noviembre de 2011; doi:10.1016/j.jacc.2011.10.824.

© 2016 Espero Pharmaceuticals, Inc. Todos los derechos reservados. Las siguientes son marcas comerciales registradas o marcas comerciales de Pohl-Boskamp en Estados Unidos y en otros países: marca denominativa de Pohl-Boskamp; logotipo de Pohl-Boskamp; marca denominativa de Nitrolingual; sabor a menta de la nitroglicerina; olor a menta de la nitroglicerina; formas de Nitrolingual Pumpspray, colores de Nitrolingual Pumpspray y el sonido de Nitrolingual Pumpspray. El uso de Nitrolingual por parte de Espero Pharmaceuticals está autorizado por G. Pohl-Boskamp GmbH & Co. KG. NL075.001

Mantenerse activo con la angina de pecho:

Un recurso para pacientes

¿Por qué debo ser más activo?¹



El ejercicio regular tiene muchos beneficios. El ejercicio, particularmente el de tipo aeróbico, puede:

- Fortalecer el corazón y el sistema cardiovascular.
- Reducir los factores de riesgo de enfermedades cardíacas, como la hipertensión y el sobrepeso.
- Mejorar la circulación y ayudar a que el organismo use mejor el oxígeno.
- Reducir la tensión, el estrés, la ansiedad y la depresión.
- Mejorar el sueño.
- Hacerle ver en forma y sentirse sano.

Efectos de la rehabilitación con ejercicio para pacientes con afecciones cardíacas en las tasas de mortalidad²

Tasas de mortalidad

MUERTES POR TODAS LAS CAUSAS ↓ 20% P=0.005

MUERTES POR AFECCIONES CARDIACAS ↓ 26% P=0.002

El porcentaje de la diferencia entre el grupo de control con tratamiento habitual y el grupo entrenado con ejercicio se basa en un metanálisis de 48 pruebas aleatorizadas con un total de 8,940 pacientes.

¿Siente temor de iniciar? A muchos les pasa igual.

- 74% de los pacientes tuvieron miedo de hacer ejercicio después de tener un episodio cardíaco.⁴
- 85% de los pacientes harían ejercicio si supieran que su medicamento para la angina pudiera servir como medida preventiva antes del ejercicio.⁴



Nitrolingual® Pumpspray (aerosol lingual de nitroglicerina) mejora la tolerancia al ejercicio de los pacientes, a la vez que trata los síntomas agudos de la angina de pecho.⁵

En un estudio con pacientes que había tenido un episodio cardíaco (n=51), Nitrolingual Pumpspray de 0.4mg:

- **Alargó el tiempo de inicio de la angina frente al placebo en aerosol.**
- **Aumentó la duración máxima de ejercicio frente al placebo en aerosol.**

Indicaciones y uso:

Nitrolingual® Pumpspray está indicado para la profilaxis o el alivio de un episodio agudo de angina de pecho debida a enfermedad de las arterias coronarias.

Información importante sobre seguridad

Nitrolingual Pumpspray no debe usarse si usted es alérgico a la nitroglicerina o si está usando medicamentos para la disfunción eréctil como sildenafil, vardenafil y tadalafil. El uso de Nitrolingual Pumpspray con estos productos puede causar hipotensión, o presión baja, debido a la dilatación de los vasos sanguíneos.

La nitroglicerina debe usarse con cuidado en los primeros días después de un infarto y podría agravar la angina ocasionada por una afección conocida como cardiomiopatía hipertrófica. La presión puede bajar incluso con pequeñas dosis de nitroglicerina, especialmente al estar de pie, y puede provocar disminución de la frecuencia cardíaca y aumento de la angina. Debe usarse con cuidado si está deshidratado debido a la terapia farmacológica o si tiene presión baja.

Podría generarse tolerancia a este medicamento o a otros nitratos y nitritos.

El efecto secundario más común es el dolor de cabeza, el cual podría ser fuerte y persistente. Se han reportado otros efectos secundarios, como cefalea, mareo, o entumecimiento y hormigueo en la piel.

Lea las instrucciones de empleo en la ficha que se adjunta.

Un poco de actividad física es mejor que nada.⁶

Para la mayoría de resultados en la salud, hay más beneficios a medida que aumenta la actividad física a más intensidad, mayor frecuencia o más duración.



Considere las preguntas siguientes cuando elija una actividad física¹

- ¿Qué actividades físicas disfruto?
- ¿Prefiero actividades individuales o en grupo?
- ¿Qué programas se adaptan mejor a mis horarios?
- ¿Tengo afecciones físicas que limitan mis opciones de ejercicio?
- ¿Qué metas tengo en mente? (Por ejemplo, perder peso, fortalecer los músculos o mejorar la flexibilidad).

¿Qué tipo de actividad es más adecuada para usted?

El ejercicio puede dividirse en tres tipos básicos:¹

- Estiramiento
- Ejercicio cardiovascular o aeróbico
- Fortalecimiento

¿Con qué frecuencia debería hacer ejercicio?

30 a 60 minutos, 5 a 7 días de la semana⁷

Consulte a su médico antes de dedicarse a una actividad física para asegurarse de que es segura y apropiada para su afección luego de una valoración de riesgos.

Ejemplos de actividades físicas aeróbicas y de fortalecimiento para adultos mayores⁶

Ejercicio aeróbico

- Caminar
- Bailar
- Nadar
- Actividad aeróbica en el agua
- Andar en bicicleta
- Algunas actividades de jardinería
- Jugar tenis
- Golf

Fortalecimiento muscular

- Ejercicios con bandas elásticas, máquinas de peso y pesos libres
- Ejercicios calisténicos
- Cavar, levantar objetos y acarrearlos como parte de la jardinería
- Transportar comestibles