

INSUFICIENCIA CARDÍACA

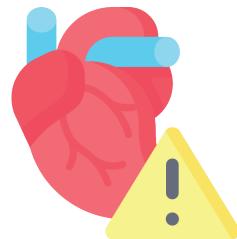
PE-FR-110 V001



¿QUÉ ES INSUFICIENCIA CARDÍACA (IC)?

Sucede cuando hay un desequilibrio entre la capacidad del corazón para bombear sangre y las necesidades del organismo

Aunque es una patología que va progresando con el tiempo, es importante tener un tratamiento adecuado y oportuno, ya que ayuda a mejorar el estado clínico, la capacidad funcional, la calidad de vida prevenir las hospitalizaciones y reducir la mortalidad



SÍNTOMAS COMUNES QUE SE PRESENTAN



Pérdida de apetito



Cansancio Extremo



Dificultad para respirar



Aumento repetitivo de peso



Latidos cardíacos rápidos



Edema en tobillos, piernas y abdomen

MITO vs REALIDAD



LA INSUFICIENCIA CARDÍACA ES POCO FRECUENTE



Aproximadamente, un 1-2% de la población de los países desarrollados padece IC y puede aumentar hasta >10% en personas mayores de 70 años



EL CORAZÓN DEJA DE LATIR Y BOMBEAR SANGRE



El corazón no deja de latir pero si disminuye su capacidad de bombear sangre al resto del cuerpo

NO SE DEBE REALIZAR EJERCICIO FÍSICO PORQUE NO ES ADECUADO



El ejercicio físico de forma regular y progresiva es beneficioso ya que disminuye los síntomas, mejora la calidad de vida, mantiene fuerte el corazón, reduce las hospitalizaciones y prolonga la supervivencia de las personas con IC

LA INSUFICIENCIA CARDÍACA NO TIENE TRATAMIENTO



La IC si tiene tratamiento el cual se utiliza con base a la condición de la patología, entre ellos están los medicamentos, la cirugía, dispositivos médicos y por último, se debe realizar cambios de estilo vida y hábitos saludables

RECOMENDACIONES



Realice control diariamente de su peso, si aumenta 1 kilo en un día o 3 kilos en una semana acuda al médico



Disminuya los factores de riesgo que pueden afectar su corazón como el colesterol, la hipertensión, la diabetes, el tabaquismo y la obesidad.



Consuma una dieta balanceada y saludable, disminuya el consumo de los alimentos grasos y altos en sal, aumente el consumo de fruta, verduras, legumbres y pescado.



Evite el consumo de tabaco, bebidas alcohólicas y otras sustancias.



Tome toda su medicación en la dosis y hora señalada, nunca abandone el tratamiento sin antes consultar a su médico.



Realice ejercicio físico de forma regular.