

Conozca su medicación para la Insuficiencia Cardíaca

- Betabloqueantes: (ej. Metoprolol, bisoprolol, nebivolol). Reducen las pulsaciones. Evitan el sobre esfuerzo del corazón.

- IECAS/ARA2/Sacubitril-Valsartán: (ej. Enalapril, losartán). Enlentecen la progresión de la enfermedad y frenan el deterioro del músculo cardíaco entre otras funciones beneficiosas.

- Diuréticos (Ej. furosemina, seguril, torasemida). Mejoran los síntomas de ahogo e hinchazón al favorecer la producción de orina.



¿Cuándo debo consultar?

Cuando detecte:

- Ganancia rápida de peso (ej. 2kg en 3 días).
- Hinchazón progresiva de tobillos, piernas, abdomen.
- Disminución de la cantidad total de orina diaria.
- Aparición progresiva de falta de aire.
- Si necesita progresivamente más almohadas para dormir o tiene que hacerlo muy incorporado.



Hospital Universitario
de Getafe



Insuficiencia Cardíaca

Información y consejos
para el paciente y
familiares

Unidad Funcional de
Insuficiencia Cardíaca.
Hospital Universitario de Getafe

Insuficiencia Cardíaca

El CORAZÓN: Es una bomba que propulsa la sangre a todo el cuerpo, para aportar oxígeno y nutrientes.

¿QUÉ ES LA INSUFICIENCIA CARDÍACA?: Cuando el corazón no es capaz de bombear la sangre adecuadamente, ésta se acumula en distintas partes del cuerpo. El paciente lo nota más en el pecho (por acumulación de líquido en el pulmón, causando falta de aire) así como en el abdomen y piernas.



Vivir con Insuficiencia Cardíaca

¿POR QUÉ HE LLEGADO A TENER INSUFICIENCIA CARDÍACA?

Puede deberse a que el corazón ha perdido fuerza. La causa más frecuente es la falta de riego sanguíneo del músculo del corazón (infarto, angina). Puede también deberse a que el corazón ha perdido capacidad de llenado adecuado de la bomba.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE LA INSUFICIENCIA CARDÍACA?

La mayoría se producen por acumulación de líquido:

- Dificultad para respirar: al hacer esfuerzos ó al tumbarse en la cama.
- Hinchazón en piernas y abdomen.
- Aumento de peso.
- Mareo y pérdida de conocimiento.
- Disminución de la cantidad de orina.
- Cansancio y debilidad muscular (al llegar menos sangre a los músculos).

¿QUÉ DEBE HACER PARA CUIDARSE SI PADECE INSUFICIENCIA CARDÍACA?

- Tome la medicación tal y como le indica el médico.
- Alimentación: Dieta sin sal. Evite platos precocinados/congelados y alimentos salados como queso, beicon, pescado ahumado o sopas de sobre.
- Limite la ingesta de líquidos. Tanto de agua como de sopas, zumos, café, leche, etc. No debe superar 1'5-2L diarios.
- Realice ejercicio físico moderado dentro de sus posibilidades: caminar, nadar o bicicleta estática sin resistencia.
- Controle el peso y la tensión arterial, diariamente si descompensación reciente, 2-3 veces por semana si está estable.
- No fume y limite el consumo de alcohol.
- Vacúnese de la gripe anualmente y también del neumococo (sólo una vez en la vida).