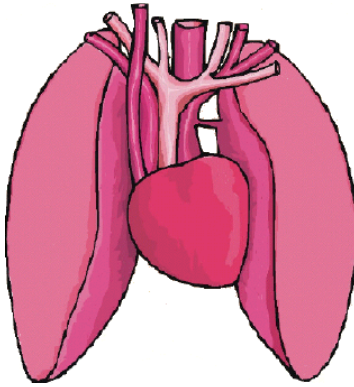


Insuficiencia cardíaca

Cuando se sufre una insuficiencia cardíaca, también llamada insuficiencia cardíaca congestiva, el músculo cardíaco se debilita y no bombea con la fuerza que debería hacerlo. El flujo sanguíneo disminuye, y se puede acumular líquido en los pulmones o en otras partes de su cuerpo, lo cual no significa que su corazón haya dejado de bombear sangre. Puesto que una insuficiencia cardíaca no desaparece, tendrá que obtener más información sobre cómo manejar su enfermedad.



Causas de la insuficiencia cardíaca

- Enfermedades cardíacas
- Presión arterial alta
- Problemas en las válvulas cardíacas
- Enfermedades pulmonares
- Infección o virus
- Consumo excesivo de alcohol o drogas
- Problemas cardíacos al nacer
- Enfermedad renal o problemas de la tiroides

Cuidados

- Tome sus medicamentos de acuerdo con las instrucciones de su médico.
- Pésese todas las mañanas a la misma hora. Mantenga un registro diario de su



peso.

- Restrinja la sal o el sodio en los alimentos y las bebidas.
- Llame a su médico si presenta alguna de las señales que se indican a continuación; no se demore en llamar.
- Ponga atención a cómo se siente.
- Haga ejercicio todos los días, pero descanse según lo necesite.
- Levante los pies para reducir la hinchazón del tobillo.

- No falte a las citas con su médico.
- Si su médico se lo indica, restrinja su ingesta diaria de líquidos.
- Baje de peso si está con sobrepeso.
- Deje de fumar.
- Evite el alcohol.
- Vacúnese contra la gripe todos los años. Converse con su médico sobre la vacuna contra la neumonía.

Llame a su médico de inmediato si:

- sube 2 libras (1 kilo) en un día ó 3 a 4 libras (1 a 2 kilos) en 5 días;
- se le hinchan las piernas, pies, manos o abdomen, o siente que sus zapatos, pretina (cintura del pantalón) o anillos le quedan más apretados;
- le falta el aire;
- usa más almohadas al dormir o necesita dormir en una silla;
- tose durante la noche o le aumenta la tos o la congestión en el pecho;
- está más cansado o débil;
- tiene poco apetito o náuseas;
- se siente mareado o confuso;
- orina con menos frecuencia.



Llame de inmediato al 911 si:

- siente que le falta el aire incluso cuando descansa;
- siente dolor, presión o tirantez en el pecho;
- tiene desmayos;
- sus latidos son irregulares y rápidos.

Hable con su médico o enfermera si tiene alguna pregunta o inquietud.

Text adapted from materials produced in 2005 by Health Information Translations (www.healthinfotranslations.com), a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Software by Healthway Software ©2002
This work is licensed under the Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs License
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.5/>

A **Healthy Roads Media** project
www.healthyroadsmedia.org

Heart Failure – Spanish (Last reviewed 11/2007)