

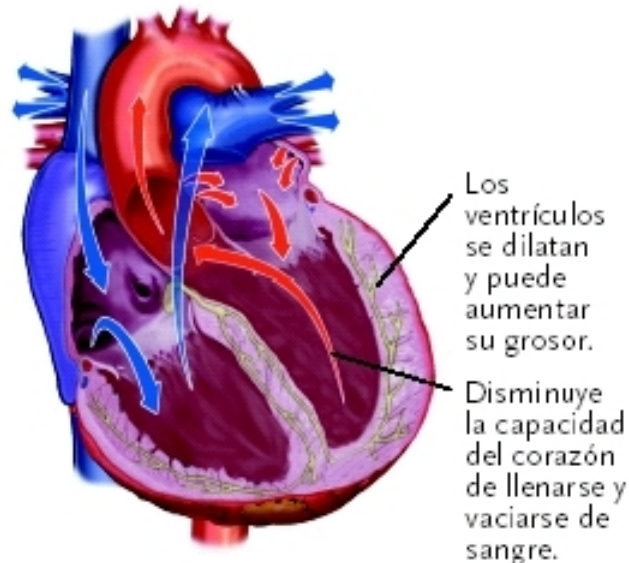
QUÉ ES LA INSUFICIENCIA CARDIACA



CONCEPTO

- SU CORAZÓN TIENE MENOS CAPACIDAD PARA BOMBEAR SANGRE A TODO EL CUERPO.

Corazón que padece insuficiencia cardíaca



ESTO QUIERE DECIR QUE

- EL CUERPO RECIBE MENOS NUTRIENTES Y OXÍGENO DE LOS QUE REALMENTE NECESITA.



ENTONCES

- TENDRÁ DIFICULTAD PARA CAMINAR, CARGAR COSAS, SUBIR ESCALERAS, PUDIENDO SENTIR QUE LE FALTA EL AIRE.



CÓMO PODEMOS CONTROLAR LA INSUFICIENCIA CARDIACA



UN LITRO AL DIA



PESARSE TODOS LOS DIAS



COMER SIN SAL



TOMARSE TENSIÓN Y PULSO



EJERCICIO DIARIO



TOMA DE MEDICACIÓN

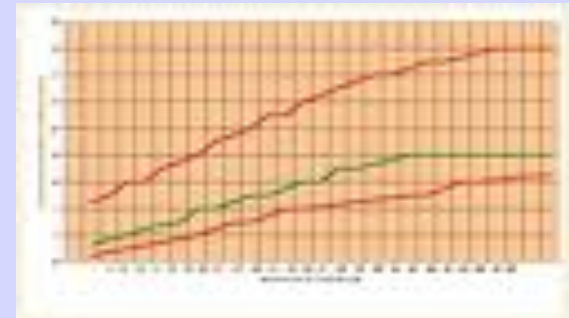


PUEDEN APARECER UNA
SERIE DE SÍNTOMAS
CONOCIDOS COMO
**SIGNOS DE
ALARMA.**

GANANCIA DE PESO RÁPIDA



- 1KG EN UN DÍA
- 2-3 KG EN POCOS DÍAS



HINCHAZÓN DE PIES, TOBILLOS O PIERNAS



Dificultad para respirar



AUMENTO DE ALMOHADAS



TOS PERSISTENTE



Cansancio Intenso



IMPORTANTE

- LA INSUFICIENCIA CARDIACA ES UNA ENFERMEDAD CRÓNICA, SIN CURA, PERO SIGUIENDO ESTOS CONSEJOS PUEDE OBTENER UNA MEJOR CALIDAD DE VIDA.

Aumentar diuréticos



RECUERDE

- SIGA LAS INSTRUCCIONES DE SU MÉDICO Y SU ENFERMERA.



RECUERDE

- NO OLVIDE
TOMAR SU
TRATAMIENTO



RECUERDE

- OBSERVE SU PESO:
- **NO DEBE AUMENTAR**



RECUERDE

- OMITA LA SAL Y LA GRASA. SIGA UNA DIETA EQUILIBRADA



RECUERDE

- EVITE EL TABACO
Y LAS BEBIDAS
ALCOHÓLICAS



RECUERDE

- CAMINE TODOS LOS DÍAS. QUIEN MUEVE LAS PIERNAS MUEVE EL CORAZÓN
- **RECUERDE**
 - OBSERVE LA APARICIÓN DE HINCHAZÓN EN PIES Y TOBILLOS

