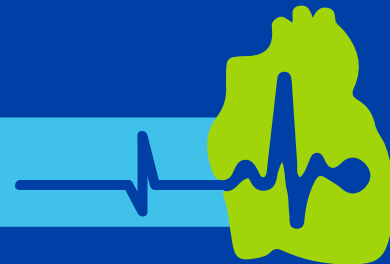


FALLO CARDÍACO CONGESTIVO



EL CORAZÓN

El corazón es un músculo que bombea sangre por todo el cuerpo. Posee dos bombas musculares que trabajan en una sincronización perfecta. Los dos lados del corazón bombean cantidades exactas de sangre con cada latido. Por el lado izquierdo el corazón recibe la sangre oxigenada, y se encarga de bombearla a los órganos del cuerpo, las extremidades (manos y pies), cerebro y a todas las otras partes de tu cuerpo. Después de que el cuerpo usa el oxígeno, la sangre regresa por el lado derecho del corazón para empezar el ciclo de nuevo.

FALLO CARDÍACO CONGESTIVO ¿QUÉ ES?

Se define como la dificultad del corazón de mover y bombear la cantidad de sangre que hay en el cuerpo, formando así una congestión (una acumulación de líquido).

SÍNTOMAS

- Falta de aire, jadeo o tos al realizar tareas.
- Debilidad o cansancio.
- Dificultad para respirar al estar acostado (Ortopnea) o interrupción del sueño por tos o falta de aire (Disnea).
- Intolerancia al ejercicio.
- Necesidad de ir al baño muchas veces en la noche (Nocturia).
- Mareos
- Tobillos o pies hinchados.

SEÑALES ENCONTRADAS POR EL MÉDICO

- Disminución del pulso
- Taquicardia
- Extremidades frías
- Agrandamiento del hígado
- Sudoración excesiva
- Acumulación de líquido
- La vena yugular pronunciada
- Agua en los pulmones (Rales)

**EL FALLO CARDÍACO AFECTA PRINCIPALMENTE
HOMBRES Y MUJERES DE 65 AÑOS EN ADELANTE.**

CAUSAS

- Abuso de alcohol, drogas o medicamentos.
- Factor hereditario
- Fumar
- Presión arterial alta
- Diabetes
- Problemas con los riñones
- Sobrepeso
- Influenza o neumonía
- Enfermedades del músculo cardíaco o ataques al corazón
- Problemas con válvulas cardíacas
- Enfermedades en las arterias coronarias

PRUEBAS DE CERNIMIENTO

Existen dos tipos de pruebas; las dirigidas a diagnosticar la causa inicial de la enfermedad y las que permiten demostrar la magnitud del daño en el corazón:

- Ecocardiograma
- Electrocardiograma
- Estudios Nucleares
- Placa de Pecho
- Cateterismo cardíaco

PLAN DE ACCIÓN

- Limitar el consumo de líquidos: Menos de un litro diario. Esto incluye: café, refresco, agua, sopa, entre otros.
- Usa los medicamentos regularmente. Entre ellos: Betabloqueadores, Diuréticos, Terapia Antirrítmica, Inhibidores de ACE, Anticoagulantes, Vasodilatadores.
- Recuerda tomar las pastillas todos los días a la misma hora.
- Lee la etiqueta de los medicamentos siempre.
- Monitoreo de peso: Reportar cualquier aumento de 3 a 5 libras por semana. Es importante para verificar si estás reteniendo líquidos.

AL MODIFICAR LOS ESTILOS DE VIDA, RETARDARÁS LOS SÍNTOMAS Y LAS CONSECUENCIAS DE LA CONDICIÓN

- No Fumes.
- No bebas alcohol, ni consumas drogas.
- Procura una dieta baja en grasas y sodio (menos de una cucharada diaria).
- Haz ejercicios de bajo impacto regularmente, tal como caminar por 30 minutos. Siempre consulta con tu médico.

SALUS

MEJOR SALUD...MÁS FÁCIL

CONTÁCTANOS



787.789.1996