



Insuficiencia Cardíaca

Serie de Educación de Paciente MU

Definición:

La insuficiencia cardíaca es una condición crónica en la cual el corazón no puede bombear suficiente sangre en forma rápida o eficiente para satisfacer las necesidades del cuerpo. El corazón con insuficiencia no puede proporcionar a las células del cuerpo suficientes nutrientes y sangre cargada de oxígeno. La falta de sangre en las células del cuerpo conduce a la fatiga y a dificultades para respirar. Al inicio de esta condición, el corazón intenta mantenerse a la par con el cuerpo creciendo y desarrollando una mayor masa muscular para bombear más fuerte y más rápido. Sin embargo, con el tiempo la insuficiencia cardíaca se hace lo suficientemente grave como para provocar una visita a su proveedor de atención médica. La insuficiencia cardíaca es una enfermedad grave y frecuente que lamentablemente no tiene cura, pero si se hacen cambios de estilo de vida y se siguen los planes de recuperación, un paciente con insuficiencia cardíaca puede vivir una vida normal.

CONDICIONES QUE PUEDEN CONDUCIR A LA INSUFICIENCIA CARDÍACA:

Cuando está bajo el estrés de ciertas condiciones físicas (enumeradas a continuación), el músculo del corazón sufre exceso de trabajo, lo que hace que se deteriore. A medida que se debilita, el corazón tiene problemas para bombear y llenarse con sangre normalmente. Las condiciones que tienen el potencial de dar lugar a una insuficiencia cardíaca incluyen:

- La acumulación de ácidos grasos y colesterol en las arterias del corazón (enfermedad de las arterias coronarias), causando que menos sangre llegue al músculo del corazón. Esto eventualmente bloqueará el flujo sanguíneo e incluso podría causar un ataque al corazón
- Presión arterial alta (hipertensión)
- Enfermedades crónicas tales como la diabetes, el lupus, anemia grave y enfisema
- Ataques cardíacos anteriores
- Válvulas cardíacas anormales
- Enfermedad o inflamación del músculo del corazón (miocardiopatía)
- Enfermedad pulmonar grave
- El cese de la respiración durante el sueño (apnea del sueño)
- Estructura de corazón dañado encontrado al nacer (defectos congénitos del corazón)

- Otras posibles condiciones podrían ser tratamientos contra el cáncer, trastornos de tiroides, exceso de vitamina E, VIH / SIDA, abuso de sustancias

Si se tratan estas condiciones, la insuficiencia cardiaca se puede prevenir o mejorar.

¿QUIÉN TIENE UN ALTO RIESGO DE DESARROLLAR INSUFICIENCIA CARDIACA?

Al debilitarse el corazón, el líquido comienza a acumularse en el cuerpo, y es posible que se sienta cansado, sin aliento y muy débil. A continuación se muestra una amplia lista de posibles síntomas de insuficiencia cardíaca:

- Dificultad para respirar
- Tos o sibilancia prolongados
- Acumulación excesiva de líquido en los tejidos del cuerpo -esto también puede causar aumento de peso, micción frecuente y tos que empeora durante la noche
- Agotamiento
- Confusión
- Aumento de la frecuencia cardíaca
- Hinchazón en diversos lugares tales como piernas, tobillos, pies y abdomen
- Dolor de pecho
- Falta de apetito

Tener uno de estos síntomas no es razón para entrar en pánico. Pero si tiene más de un síntoma, debe consultar a su médico para una evaluación adicional. También es crucial monitorear y registrar los síntomas y alertar a su médico sobre cualquier cambio en su salud. Mientras más honesto sea con su médico, mejor atención médica se le proporcionará.

DIAGNÓSTICO / PRUEBAS:

Un diagnóstico de insuficiencia cardíaca es determinado por un número de factores. Su médico revisará su historial clínico y su historial médico familiar. Al llegar a la oficina del médico, es probable que tenga que llenar algunos formularios y responder a muchas preguntas. Asegúrese de ser honesto. Se le pesará y medirá la presión arterial. El médico escuchará su corazón y pulmones y buscará inflamación en todo su cuerpo. Asegúrese de llevar una lista de todos sus medicamentos a la cita. Luego de un examen físico, el médico realizará una serie de pruebas de diagnóstico, tales como:

- Exámenes de sangre, incluyendo comprobación del nivel de la hormona BNP en sangre. El nivel de esta hormona se eleva durante la insuficiencia cardíaca.
- Radiografías de tórax
- Electrocardiograma (ECG) - una prueba que observa y registra la actividad eléctrica del corazón

- Ecocardiograma - una prueba que utiliza ondas sonoras para observar una imagen en movimiento del corazón. Esto le mostrará la forma y tamaño de su corazón y qué tan bien está funcionando
- Ecografía Doppler - una prueba que utiliza ondas sonoras para medir la velocidad y dirección de su flujo de sangre
- Monitor Holter: una prueba que registra la actividad eléctrica del corazón durante 24 a 48 horas mientras que usted continúa su rutina normal diaria.
- Gammagrafía del corazón - una prueba que muestra el flujo de sangre a través del corazón y la cantidad de sangre que llega a su corazón
- Prueba de Estrés - Prueba su corazón mientras está corriendo en una caminadora y su corazón está trabajando duro y bombeando rápido
- MRI cardiaco - una prueba que utiliza ondas de radio, imanes y una pantalla de ordenador para monitorizar su corazón mientras éste se está moviendo
- El probar las funciones de la tiroides también puede ayudar a diagnosticar la insuficiencia cardíaca
- Cateterización coronaria (angiografía) - Se inyecta un tinte a través de un tubo pequeño y flexible en sus arterias coronarias. Este procedimiento permite que las arterias que suministran sangre al corazón sean visibles en la radiografía

TRATAMIENTO / CUIDADO:

La insuficiencia cardíaca es una enfermedad que no tiene cura, pero tiene muchos tratamientos. Aunque estos tratamientos probablemente ayudarán a sus síntomas, es importante saber que habrá poca o ninguna mejora sin su pleno compromiso y voluntad para controlar su condición. **Debe seguir las instrucciones del médico y comprometerse con cambios de vida esenciales para hacer su vida lo mejor posible.** El manejo adecuado de la insuficiencia cardiaca a menudo requiere cambios de estilo de vida, medicamentos, cirugías y cuidado continuo adicional.

Cambios en estilo de vida:

- Dejar de fumar
- Recibir vacunas contra la gripe y la neumonía
- Descansar lo suficiente
- Seguir una dieta saludable para el corazón
- Controlar su estrés
- Desarrollar un sistema de apoyo
- Mantenerse físicamente activo
- Evitar / limitar la cafeína y el alcohol
- Controlar su ingesta de líquidos



Medicamentos:

Si se diagnostica la insuficiencia cardíaca, es probable que reciba una serie de medicamentos. Aunque puede parecer excesivo, cada medicamento se dirige a un síntoma específico. **Es muy importante que siga las instrucciones de su médico y las de la etiqueta del medicamento. Haga preguntas si no entiende.**

Cirugía:

Si su insuficiencia cardíaca alcanza un nivel tal que los cambios de estilo de vida y los medicamentos no pueden controlar, la cirugía puede convertirse en una necesidad. Dependiendo de su condición específica, su médico puede implantar un dispositivo en su corazón para controlar la insuficiencia o realizar otro tipo de cirugía cardíaca.

Atención continua:

Como persona con insuficiencia cardíaca, el vigilar su salud es una necesidad. **Es importante que anote cualquier cambio en los síntomas y mantenga informado a su proveedor de atención médica.** Debe estar siempre vigilante ante signos de que su insuficiencia cardíaca está empeorando. Asegúrese de hablar a menudo con su médico acerca de las pruebas. Mantenerse en su mejor estado de salud en todo momento le ayudará a mantener bajo control su insuficiencia cardíaca.

PREVENCIÓN:

Hay una serie de medidas que puede tomar para evitar o retrasar la insuficiencia cardíaca. Cuanto antes comience a reducir sus factores de riesgo y más dedicado esté, más éxito tendrá. Para aquellos con un corazón sano, es importante seguir una dieta saludable, dejar de fumar, mantener un peso saludable y mantenerse físicamente activo. Inclusive existen métodos de prevención para personas con un mayor riesgo de insuficiencia cardíaca. Por ejemplo, si sigue los pasos para aquellos que tienen un corazón sano, trata sus condiciones ya existentes, evita el consumo de alcohol y consulta a su médico para un cuidado continuo, estará en el camino correcto hacia la prevención.

LLAME A SU PROFESIONAL DE ATENCIÓN DE SALUD SI:

Recuerde ser proactivo. La insuficiencia cardíaca es una condición que requiere que usted y su profesional de salud presten mucha atención a sus síntomas. Siempre debe ponerse en contacto con su médico si nota algún cambio en su salud o cualquiera de los siguientes:

- Pérdida de apetito
- Dolor de pecho
- Mayor agotamiento
- Dificultad para dormir o hacer ejercicio
- Tos seca o productiva constante



Insuficiencia Cardíaca

Serie de Educación de Paciente MU

- Dificultad para respirar incluso en reposo
- Aumento repentino de peso (como paciente con insuficiencia cardíaca, es importante que se pese todos los días)
- Aumento de la hinchazón del abdomen y de las extremidades inferiores tales como piernas, pies o tobillos

EXENCIÓN DE RESPONSABILIDAD:

Medline no practica la medicina, y ninguna información presentada en este sitio web es un consejo médico o pretende sustituir el consejo de un médico. Toda la información en este sitio web acerca de las condiciones médicas proviene de fuentes de acceso público.