

# Insuficiencia cardíaca



## ¿Qué es la insuficiencia cardíaca?

La insuficiencia cardíaca es la incapacidad del corazón de bombear la sangre normalmente. Al no llegar suficiente sangre al cuerpo hay debilidad y cansancio. Ocurre a cualquier edad. El riesgo de sufrir insuficiencia cardíaca aumenta con la edad, hipertensión arterial, diabetes, enfermedad de arterias coronarias y otros problemas cardíacos. El tratamiento de estas enfermedades ayuda a prevenir la insuficiencia cardíaca.



## ¿Cuáles son las señales de advertencia de la insuficiencia cardíaca?

- Quedarse sin aliento durante una actividad o estando en reposo
- Sibilancias (silbidos) o tos
- Hinchazón en los pies, los tobillos, las piernas o el área del abdomen
- Cansancio permanente o dificultad para realizar actividades cotidianas
- Sentir llenura o malestar estomacal
- Sensación de que el corazón late muy rápido, tiene palpitaciones o no late de forma normal

A medida que la insuficiencia cardíaca empeora, también pueden empeorar los síntomas.



## ¿Cómo se diagnostica la insuficiencia cardíaca?

Su médico le preguntará sobre sus síntomas y sus antecedentes médicos y le hará un examen físico. Durante el examen físico escuchará su corazón y sus pulmones y examinará sus piernas, sus pies y su abdomen para ver si están hinchados. Algunas de las pruebas que su médico puede ordenar que le hagan son:

- Análisis de sangre
- Radiografía de tórax para ver si hay retención de líquidos y el tamaño del corazón
- Electrocardiograma para estudiar el tamaño y latidos del corazón
- Ecocardiograma (eco) muestra imágenes del corazón
- Prueba de esfuerzo para identificar si su corazón tolera hacer trabajos intensos



## ¿Cuál es el tratamiento para la insuficiencia cardíaca?

El tratamiento de la insuficiencia cardíaca consiste en cambiar el estilo de vida: comer dietas saludables, controlar el peso y tomar los medicamentos que le recetaron para sentirse mejor. También es importante tratar otras enfermedades que empeoran la insuficiencia cardíaca como la hipertensión, diabetes y enfermedad de las coronarias. Es importante asistir a las citas con su médico.

# Insuficiencia cardíaca



## Pregúntele a su médico

- ¿Siempre voy a sentir cansancio y falta de energía?
- ¿Qué consecuencias tendrá la insuficiencia cardíaca sobre mi vida diaria?
- ¿En algún momento podré curarme de la insuficiencia cardíaca? ¿Desaparecerá?
- ¿Tendré que tomar todos estos medicamentos para siempre?
- ¿Tendré que tomar todos los medicamentos todos los días, o sólo cuando los síntomas empeoren?
- ¿Puedo tomar estos medicamentos al mismo tiempo que los demás medicamentos que tomo?
- ¿Cómo puedo obtener ayuda para bajar de peso y hacer ejercicio?
- ¿Puedo seguir haciendo las cosas que me gustan?



## Resumen

- La insuficiencia cardíaca ocurre cuando el corazón no bombea la sangre normalmente.
- La insuficiencia cardíaca puede producir debilidad y cansancio. También falta de aire; silbidos y tos e hinchazón de los pies, tobillos y abdomen.
- Su médico puede pedir que le hagan electrocardiograma, radiografía del tórax, prueba de tolerancia al esfuerzo y análisis de sangre.
- El tratamiento incluye cambios del estilo de vida, como dieta saludable y hacer ejercicio.
- El tratamiento también incluye uso de medicamentos. Converse con su médico sobre el mejor plan de tratamiento para usted.

## Más información

- **American College of Physicians (ACP):**  
[www.acponline.org/cgi-bin/cpph.cgi?Heart\\_Spanish.pdf](http://www.acponline.org/cgi-bin/cpph.cgi?Heart_Spanish.pdf)
- **National Heart, Lung, and Blood Institute:**  
[www.nhlbi.nih.gov/health/dci/Diseases/Hf/HF\\_WhatIs.html](http://www.nhlbi.nih.gov/health/dci/Diseases/Hf/HF_WhatIs.html)

## Notes:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---