

# Insuficiencia Cardíaca

La insuficiencia cardíaca (IC) es una condición en la cual el corazón no es capaz de bombear la sangre de forma adecuada, en algunos casos, no se llena con suficiente sangre. En otros, no puede enviar sangre al resto del cuerpo con fuerza suficiente. Algunas personas tienen los dos problemas. Presentar “insuficiencia cardíaca” no significa que su corazón se ha parado o está a punto de dejar de funcionar. No obstante, es una condición seria que requiere atención médica.

## ¿Qué causa la insuficiencia cardíaca?

Las causas principales son enfermedad coronaria (arterias tapadas), presión alta y diabetes. Otras causas menos frecuentes incluyen enfermedad congénita del corazón, problemas valvulares y el uso de alcohol o drogas.

## Signos y síntomas de insuficiencia cardíaca

- Disnea o dificultad respiratoria
- Fatiga (cansancio)
- Hinchazón de pies, tobillos y piernas
- Otros síntomas como tos, dificultad respiratoria al acostarse.

Su médico hará el diagnóstico basado en su historia médica y la realización de algunos exámenes. El diagnóstico temprano puede ayudar a que las personas que sufren IC vivan vidas más largas y activas

## Exámenes diagnósticos

Ningún examen por sí sólo mostrará si usted tiene IC. En general, se empieza con un electrocardiograma y una radiografía de tórax. Luego, el diagnóstico se confirma con un ecocardiograma y pruebas de sangre como el BNP. Otros estudios frecuentes incluyen cateterismo cardíaco, pruebas de esfuerzo (stress test) o estudios nucleares como el MUGA scan.

## Tratamiento

Las metas del tratamiento en la insuficiencia cardíaca son: Tratar la causa subyacente (enfermedad coronaria, tensión arterial alta o diabetes), reducir los síntomas, evitar que la IC empeore y finalmente aumentar la duración y calidad de vida.

El tratamiento incluye:

## **Cambios en el estilo de vida**

La meta principal es disminuir la cantidad de sodio en la dieta. El sodio se encuentra en la sal y es peligroso ya que puede provocar insuficiencia cardiaca aguda que requiera hospitalización. Los alimentos que deben evitarse son la sal en general, comidas procesadas y enlatados. En la información nutricional, se puede buscar la cantidad de sodio y buscar alimentos que indiquen “low sodium”

Otras medidas a tomar incluyen no tomar alcohol y dejar de fumar. La pérdida de peso en pacientes obesos es muy importante, así como incrementar la actividad física en la medida de lo posible

## **Medicamentos**

Los medicamentos incluyen diuréticos, antagonistas de aldosterona y angiotensina, beta bloqueadores, digoxina, nitratos e hidralazina.

El tratamiento es a veces complicado y los medicamentos pueden causar efectos secundarios. Es muy importante no suspender las medicinas sin consultar con su médico primero. Ocasionalmente es necesario hospitalizar al paciente para tratarlo con medicamentos endovenosos, oxígeno y otras terapias.

## **Procedimientos médicos y quirúrgicos**

Si tiene una lesión cardiaca y síntomas de IC cardiaca severa, puede llegar a necesitar terapia de resincronización cardiaca, implantación de un defibrilador cardiaco, trasplante cardiaco, angioplastia o cirugía de corazón abierto.

## **Agradecimientos**



El Colegio Americano de Cardiología (ACC por sus siglas en inglés) y La Alianza Nacional para la Salud de los Hispanos (La Alianza) agradecen a todos los miembros de la Red Nacional de Líderes en Cardiología para los Hispanos (NHCLN por sus siglas en inglés) - Grupo de Apoyo a Proveedores de Salud y Pacientes, y en especial a la Dra. Martha Urdaneta por la traducción y adaptación cultural de este material al español. También agradecemos al doctor Daniel

Benatar, a la doctora Mayra Guerrero, al doctor Pedro Lozano, a la enfermera Maureen Morales y al editor Alex Ormaza por su minuciosa revisión, valiosos comentarios y la edición final de este material. El contenido de estas hojas informativas de salud es responsabilidad exclusiva de los autores y no necesariamente representa la opinión de ACC y/o de la Alianza.

### **Alianza Nacional Para la Salud de los Hispanos**

1501 Sixteenth Street NW • Washington, DC 20036

Su Familia Helpline: 1-866-783-2645 • [www.hispanichealth.org](http://www.hispanichealth.org)