

Si desea recibir apoyo de otros pacientes con el mismo diagnóstico y comprometerse en este ámbito, póngase en contacto con la Federación Nacional de Enfermos Cardíacos y Pulmonares, donde también son bienvenidos los familiares de las personas con insuficiencia cardíaca. Visite su sitio web en:  
[www.hjart-lung.se](http://www.hjart-lung.se)

¿Desea más información?  
[www.hjart-lungfonden.se](http://www.hjart-lungfonden.se)  
[www.sjukvardsradgivningen.se](http://www.sjukvardsradgivningen.se)  
[www.lakemedelsverket.se](http://www.lakemedelsverket.se)  
[www.apoteket.se](http://www.apoteket.se)  
[www.fass.se](http://www.fass.se)  
[www.varguiden.se](http://www.varguiden.se)

**Datos de contacto:**

Para cualquier pregunta o duda contáctese con una enfermera del Consultorio Cardíaco del Hospital Södersjukhuset:

Teléfono: 08-616 30 20,

Lunes a jueves: 09:00 - 14:00 h;

viernes: 09:00 - 11:30 h

# EN CASO DE PADECER INSUFICIENCIA CARDIACA

## INFORMACIÓN PARA EL PACIENTE



Producción: marzo de 2008, Fotogruppen SÖS

## ¿Qué es la insuficiencia cardiaca?

La insuficiencia cardiaca no es una enfermedad sino un síntoma de dolencia cardiaca que puede presentarse con muchas patologías distintas. En Suecia hay 200.000 personas diagnosticadas con insuficiencia cardiaca. Su frecuencia aumenta con la edad. Un 10% de las personas de 80 años la padecen.

La insuficiencia cardiaca surge cuando la capacidad de bombeo del corazón no puede satisfacer las necesidades del organismo. El músculo cardiaco se ha debilitado por algún motivo, y no es capaz de hacer circular la sangre en la medida necesaria. La insuficiencia cardiaca perjudica la circulación sanguínea y provoca congestión en los pulmones, abdomen o piernas. Ello puede originar la expulsión de líquido del conducto sanguíneo, provocando una acumulación en el cuerpo, que se manifiesta en una mayor sensación de ahogo e inflamación de la parte inferior de las piernas.

### ¿A qué se debe la insuficiencia cardiaca?

Las causas más comunes de la insuficiencia cardiaca son la hipertensión y el infarto de miocardio. Los infartos lesionan la zona musculosa del corazón, originando un proceso de cicatrización. En consecuencia, esta zona no contribuirá a mejorar la potencia de bombeo, lo que puede desembocar en insuficiencia cardiaca. También puede surgir la insuficiencia cardiaca por un fallo en las válvulas cardiacas, con el subsiguiente retroceso de la sangre dentro del sistema. La fibrilación auricular provoca la arritmia del corazón, lo que perjudica la capacidad de bombeo de éste. Enfermedades del músculo cardiaco motivadas por otros factores también pueden empeorar la potencia de bombeo del corazón.

### ¿Cuáles son las molestias más habituales?

La insuficiencia cardiaca puede manifestarse en forma de cansancio, una mayor facilidad para ahogarse al realizar esfuerzos, inflamación de las piernas o dificultades respiratorias en posición supina.

### ¿Es peligrosa la insuficiencia cardiaca?

Dado que la insuficiencia cardiaca puede deberse a muchos factores diferentes, el pronóstico dependerá de la dolencia subyacente. Una insuficiencia cardiaca severa es un síntoma de enorme gravedad que ha de tratarse de forma inmediata. El diagnóstico suele implicar una medicación permanente y, en casos concretos, una intervención quirúrgica. Los fármacos pueden ayudar a mejorar considerablemente el pronóstico y la calidad de vida.

### Reconocimiento

Normalmente el diagnóstico puede formularse con ayuda del historial médico, análisis de sangre, radiografía y ecocardiografía. Este último método permite determinar la capacidad de bombeo del corazón.

## ¿Cómo se trata la insuficiencia cardiaca?

La insuficiencia cardiaca requiere el empleo de fármacos, que deberán administrarse en un tratamiento de por vida. Los medicamentos más habituales para la insuficiencia cardiaca son:

**Inhibidores ECA** (enalapril, ramipril, etc.), que reducen la presión arterial y facilitan al corazón el bombeo de la sangre.

**Betabloqueadores** (metoprolol, bisoprolol, carvedilol, etc.), que calman el pulso cardiaco y rebajan la presión arterial.

**Diuréticos** (furosemid, etc.), que ayudan al cuerpo a deshacerse del líquido excedente.

Los fármacos anteriores son los más comunes en caso de insuficiencia cardiaca, pero pueden existir otras alternativas de tratamiento dependiendo de la causa de la dolencia. Pregunte a su médico si hay fármacos que deba evitar en su combinación de medicamentos. Por lo general deben evitarse los antiinflamatorios, AINES (ibuprofeno, diclofenaco, etc.) en caso de insuficiencia cardiaca.

### ¿Qué puede hacer usted?

Dejar de fumar es bueno para el corazón y la presión arterial.

Limite la ingesta de líquidos a 1,5 litros diarios. Bebiendo agua fría o sorbiendo un cubito de hielo se puede saciar la sed de un modo más eficaz. Evite echar demasiada sal a la comida.

La actividad física es positiva para el corazón. Un fisioterapeuta le ayudará a determinar un nivel adecuado de ejercicio físico.

Controle su peso, en lo posible a diario, a la misma hora del día y con la misma ropa. Un incremento progresivo de peso puede indicar la acumulación de líquido en el cuerpo.

Manténgase atento ante un eventual agravamiento de la inflamación de las piernas, dificultades respiratorias o cansancio, indicios todos ellos de un posible empeoramiento de la insuficiencia cardiaca. Cabe la posibilidad de que deba hacer cambios en la medicación.

Reduzca la ingesta de alcohol, ya que éste puede agravar la insuficiencia cardiaca.