

¿Qué es Insuficiencia Cardíaca?

Puede provocar temor ser diagnosticado con insuficiencia cardíaca.

“Para mí, fue algo... un momento muy inquietante, porque te das cuenta de que va a cambiar lo que es normal para ti. Y no sabes lo que es esa nueva normalidad.”

Sabiendo lo que es la insuficiencia cardíaca y como afecta su cuerpo, puede ayudar a reducir parte del temor para poder seguir los pasos necesarios que limitan los síntomas y sentirse mejor.

La insuficiencia cardíaca es un debilitamiento gradual del corazón que normalmente se desarrolla por un tiempo prolongado.

Puede ser provocado por varias cosas, incluyendo enfermedad arterial coronaria, enfermedad de válvulas cardíacas, diabetes, presión alta, fumar cigarros y otros factores.

La insuficiencia cardíaca no significa que su corazón no funciona o que está por detenerse.

“La insuficiencia cardíaca es una condición en la cual el corazón no se llena o no bombea como debe hacerlo.”

Para aprender más, veamos cómo funciona normalmente el corazón.

El corazón es un músculo que bombea oxígeno y sangre rica en nutrientes por el cuerpo para alimentar las células y que puedan llevar a cabo las actividades diarias normales. Como promedio, su corazón late más de 100,000 veces al día.

Sin embargo, la insuficiencia cardíaca hace que el corazón no pueda bombear suficiente sangre para satisfacer las necesidades de su cuerpo.

Con el tiempo, su corazón tiene que trabajar con más fuerza para dotar al cuerpo de sangre rica en oxígeno, y empieza a cambiar. Las paredes de su corazón se hacen más grandes y gruesas, y su corazón late más rápido tratando de satisfacer las necesidades del cuerpo. Conforme empeora la insuficiencia cardíaca, estos cambios no son suficientes y le cuesta más trabajo al corazón.

Cuando su corazón no está bombeando efectivamente, la falta de sangre con oxígeno puede tener efectos por todo su cuerpo.

Es posible que se sienta más cansado y que note que no puede hacer tanto ejercicio.

Conforme el corazón va perdiendo el poder de bombeo, la sangre retrocede en las venas. Esto normalmente causa congestión en los tejidos del cuerpo, como edema o inflamación en las piernas, tobillos y abdomen. Pero puede ocurrir en otras partes del cuerpo.

A veces el líquido se acumula en los pulmones e interfiere con la respiración, causando dificultad para respirar.

La insuficiencia cardíaca también afecta la capacidad de los riñones para eliminar el sodio y el agua.

Este programa es unicamente para uso informativo. El editor se exime de todas las garantías en cuanto a la efectividad, integridad o capacidad de este vídeo como fuente para la toma de decisiones médicas. Por favor, consulte a su equipo médico si tiene problemas de salud.

healthclips®

¿Qué es Insuficiencia Cardíaca?

Esta retención de agua también aumenta la inflamación en los tejidos del cuerpo.

“Los síntomas más comunes que los pacientes tienen con insuficiencia cardíaca son falta de respiración. A veces solo es fatiga. A veces es un ritmo acelerado del corazón. Puede ser inflamación en las piernas o abdomen u otros síntomas de sobrecarga de volumen más comunes como no poder acostarse de noche, ese tipo de cosas.”

Otros síntomas de insuficiencia cardíaca incluyen: tos o jadeo; aumento repentino de peso, 2 o más libras en un periodo de 24 horas; pulso más rápido; náusea; pérdida de apetito; confusión; y aturdimiento.

La insuficiencia cardíaca es una condición crónica, esto significa que no desaparece. Su plan de tratamiento para la insuficiencia cardíaca se va a enfocar en mejorar los síntomas y apoyar la función cardíaca.

Los tratamientos comunes incluyen cambios de estilo de vida, como ejercicio y una dieta saludable para el corazón, que limite el sodio a 1,500 mg o menos al día, tal vez requiriendo que limite los líquidos, que se pese a diario, y tome medicamentos que apoyan su corazón.

Fumar es también muy peligroso si uno tiene insuficiencia cardíaca. Si usted fuma, debe dejar de fumar de inmediato.

Sabiendo que es la insuficiencia cardíaca y como afecta su cuerpo usted puede reducir sus síntomas, haciendo a diario elecciones saludables para su corazón.

La insuficiencia cardíaca puede provocar temor, pero puede seguir pasos para mantenerla bajo control y sentirse mejor.