

Nombre:

Teléfono de la Unidad:

Deberás llevar este cuaderno con tus constantes anotadas siempre que acudas a las revisiones con el profesional sanitario.



TÚ
eee
PUEDES
CON ESTO
y
mucho
MÁS

¿CONOCES LOS SIGNOS DE ALARMA EN LA INSUFICIENCIA CARDÍACA?

DOLOR TORÁCICO



El dolor originado por problemas cardíacos suele notarse en el **pecho**, y está asociado a síntomas típicos como:

- Malestar general o **digestivo**.
- Sensación de **presión en el pecho**.
- Sensación de **tener gases**.

DISNEA O FALTA DE AIRE



La **disnea** es **frecuente** en los pacientes con **insuficiencia cardíaca** y puede aparecer cuando se **realizan esfuerzos** o, a veces incluso, **estando estirado**, pudiéndose aliviar, en este último caso, utilizando almohadas para estar más incorporado.

MAREOS Y DESMAYOS



Los **mareos** o la **pérdida de consciencia** pueden ocurrir por una **reducción del flujo sanguíneo al cerebro** cuando el **ritmo cardíaco no es normal** o cuando el **corazón no puede bombear suficiente sangre al cerebro**.

PALPITACIONES



Las **palpitaciones** consisten en la **percepción de los latidos del corazón**; éstos pueden sentirse como **golpes, aleteo, latidos rápidos** o **sensación de ausencia de algún latido**.

¡RECUÉRDALOS!

TOS



Es posible **experimentar tos o sibilancias** (ruido similar a un silbido o una respiración fatigosa) **persistentes** por **acumulación de líquido en los pulmones**.

AUMENTO DE PESO



La **retención de líquidos** puede causar **cambios bruscos de peso**.

HINCHAZÓN EN PIES, TOBILLOS O ABDOMEN



La **insuficiencia cardíaca** puede provocar que el **flujo de sangre a los riñones no sea suficiente** y se produzca **retención de líquidos por disminución de la orina**. Esta **hinchazón** suele localizarse en las **piernas, los tobillos** o el **abdomen**.

FALTA DE APETITO/NÁUSEAS



La **acumulación de líquidos en el hígado** y el **aparato digestivo** puede **dificultar la digestión** y dar lugar a una **sensación de "estar lleno"**.

Ten presente que...

Si experimentas **dolor agudo en el tórax**, con una **falta de aire repentina** acompañada de **expectoración rosácea**, **desmayos** (pérdida de consciencia), **debilidad o fatiga extrema**, o **ritmo cardíaco rápido o irregular** (palpitaciones), debes acudir a un servicio de urgencias.

EL
MOMENTO
DE CUIDARTE
es
AHORA

Para más información:
www.cardiorrenal.es

Fundación Española del Corazón. Insuficiencia cardíaca. Disponible en: Insuficiencia cardiaca - Fundación Española del Corazón (fundaciondelcorazon.com);
Fundación Jiménez Díaz. Unidad de Cardiología. Guía para el paciente con insuficiencia cardíaca. Disponible en: https://www.fjd.es/es/pacientes-visitantes/guias-clinicas/ficheros/31280-GUIA_INSUFICIENCIA.pdf.