

Control de la insuficiencia cardíaca

Evaluación de síntomas



Cuando vive con insuficiencia cardíaca, es importante mantener un control diario de sus síntomas y seguir su plan de tratamiento de acuerdo con las instrucciones de su médico. Use esta lista de comprobación como guía para ayudarle a reconocer y anotar sus síntomas y para saber cuándo es necesario consultar a su médico si sus síntomas cambian.



QUÉ HACER TODOS LOS DÍAS

- Pésese antes del desayuno para ver si su peso es estable.
- Tome todos sus medicamentos de acuerdo con las indicaciones de su médico.
- Revise si presenta hinchazón en las piernas, los tobillos y los pies.
- Revise si presenta signos de dolor de pecho o de falta de aire de nueva aparición o que empeora.
- Limite su consumo de sodio y consuma una dieta sana para el corazón.
- Haga ejercicio todos los días (unos 30 minutos al día).



SÍNTOMAS A VIGILAR CUIDADOSAMENTE

Comuníquese con su médico si presenta estos síntomas:

- Tos seca e intensa
- Mayor falta de aire cuando está inactivo (sentado o acostado).
- Hinchazón perceptible en sus piernas, tobillos y pies.
- Aumento repentino de tres o más libras de peso.
- Hinchazón o molestias en el abdomen.
- Problemas para dormir.
- Mareos.
- Más cansancio del habitual.
- Mayor necesidad de orinar durante la noche.
- Pérdida del apetito.
- Sensación de que algo no está bien.



SIGNOS DE EMERGENCIA

Si presenta alguno de los siguientes síntomas, llame al 911 o acuda a la sala de emergencias:

- Falta de aire o dificultad para respirar cuando está inactivo.
- Dolor de pecho nuevo o que empeora.
- Aumento significativo de la hinchazón o las molestias en la mitad inferior de su cuerpo.
- Incapacidad para estar acostado boca arriba y más dificultades para dormir.

► Encuentre más información y herramientas en: [HealthCentral.com/HFGuide-Espanol](https://www.healthcentral.com/HFGuide-Espanol)