

Plan de cuidado para la insuficiencia cardíaca

Nombre _____

Fecha _____

☐ No fume; evite el humo ambiental

Cada día: ☐ Pésese en la mañana

☐ Tome sus medicamentos

☐ Contenido de sal

☐ Consuma alimentos con bajo

Banderas verdes: Todo en orden

Si:

- ✓ No presenta falta de aire.
- ✓ Aumento de peso inferior a dos libras. (aunque algunos días sea de 1 a 2 libras).

- ✓ Ausencia de hinchazón en los pies, los tobillos, las piernas o el estómago.
- ✓ Ausencia de dolor de pecho.
- ✓ Puede realizar actividades habituales.



Lo que ello podría indicar:

- ✓ Sus síntomas están bajo control.
- ✓ Continúe tomando sus medicamentos según lo prescrito.
- ✓ Siga su plan de comidas.
- ✓ No deje de asistir a sus citas médicas.

Banderas amarillas: Precaución

Si experimenta cualquiera de los siguientes:

- ✓ Aumento de peso repentino de más de 2-3 libras en un lapso de 24 horas o de 5 libras en una semana.
- ✓ Mayor falta de aire.
- ✓ Mayor hinchazón en los pies, los tobillos, las piernas o el estómago.
- ✓ Fatiga o falta de energía.
- ✓ Tos seca y persistente.
- ✓ Mareos.
- ✓ Sensación de intranquilidad; sabe que algo no anda bien.
- ✓ Dificultad para respirar al recostarse o duerme sentado con almohadas adicionales.
- ✓ Dolor u opresión en el pecho.

Si observa una Bandera amarilla, trabaje conjuntamente con su equipo de atención médica



Lo que ello podría indicar:

- ✓ *Llame a su servicio domiciliario de enfermería o a su médico de cabecera y a su cardiólogo*

Nombre: _____

Número: _____

Instrucciones: _____

Nombre del cardiólogo: _____

Número: _____

Instrucciones: _____

Banderas rojas: Deténgase y piense

Si:

- ✓ Tiene dificultad para respirar o falta de aliento continua al descansar.
- ✓ Respiración sibilante u opresión en el pecho en reposo.
- ✓ Tiene dolor en el pecho o falta de aliento.
- ✓ Experimenta confusión o no puede pensar claramente.



Lo que ello podría indicar:

- ✓ **Debe ser evaluado por un profesional médico inmediatamente.**
- ✓ **Llame al 9-1-1.**
- ✓ **Notifique al consultorio de su proveedor de atención médica.**

Fuente: American Heart Association. <https://www.heart.org/en/health-topics/heart-failure>. Esta información se proporciona con fines educativos únicamente. HSAG no manifiesta ni garantiza que esta información se aplica a la atención o el tratamiento de un paciente específico. Este contenido no constituye asesoramiento de un médico y no debe utilizarse como reemplazo del tratamiento o del asesoramiento de un médico o de otro proveedor de atención médica en ejercicio.

Este material ha sido preparado por los Servicios de Envejecimiento y Discapacidades y se ha adaptado para usarse con el permiso de Health Services Advisory Group (HSAG, por sus siglas en inglés), la Quality Innovation Network-Quality Improvement Organization (QIN-QIO, por sus siglas en inglés) bajo contrato con los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS, por sus siglas en inglés), la cual es una agencia del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos (HHS, por sus siglas en inglés), y cualquier referencia específica, en este documento, a algún producto o entidad no constituye respaldo a ese producto o entidad por parte de CMS o HHS. Publicación No. QN-13SOW-XC-09032025-06



Quality Improvement Organizations
Sharing Knowledge. Improving Health Care.
CENTERS FOR MEDICARE & MEDICAID SERVICES

