

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 hábitos alimenticios saludables
- ✓ No deje de asistir a sus citas médicas

Banderas amarillas: Precaución

Si experimenta cualquiera de los siguientes:

- ✓ Aumento de peso de dos o más libras en un día o de 3 a 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, nuevo o frecuente



Lo que ello podría indicar:

- ✓ Sus síntomas podrían indicar que necesita ajustar sus medicamentos
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: _____

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

Banderas rojas: Deténgase y piense

Si:

- ✓ Tiene dificultad para respirar o falta de aire continuamente mientras está sentado sin moverse
- ✓ Respiración sibilante u opresión en el pecho en reposo
- ✓ Siente dolor en el pecho que no aminora o que vuelve a aparecer después de tomar tres comprimidos de nitroglicerina
- ✓ 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>

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, bajo contrato con los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS, por sus siglas en inglés), una agencia del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos. Los contenidos presentados no necesariamente reflejan la política de los CMS. Publicación Nro. XS-HQIC-XT-04092021-07

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.

