

# Plan de cuidado para la insuficiencia cardíaca

Nombre \_\_\_\_\_

Fecha \_\_\_\_\_

Cada día:  Pésese en la mañana  Tome sus medicamentos  Contenido de sal  Consuma alimentos con bajo

## Banderas verdes: Todo en orden



### Lo que ello podría indicar:

- 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

- ✓ 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



### Lo que ello podría indicar:

- 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

- ✓ 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*

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

Nombre: \_\_\_\_\_

Número: \_\_\_\_\_

Instrucciones: \_\_\_\_\_

Nombre del cardiólogo: \_\_\_\_\_

Número: \_\_\_\_\_

Instrucciones: \_\_\_\_\_

## Banderas rojas: Deténgase y piense



### Lo que ello podría indicar:

- 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

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