

 NOVARTIS

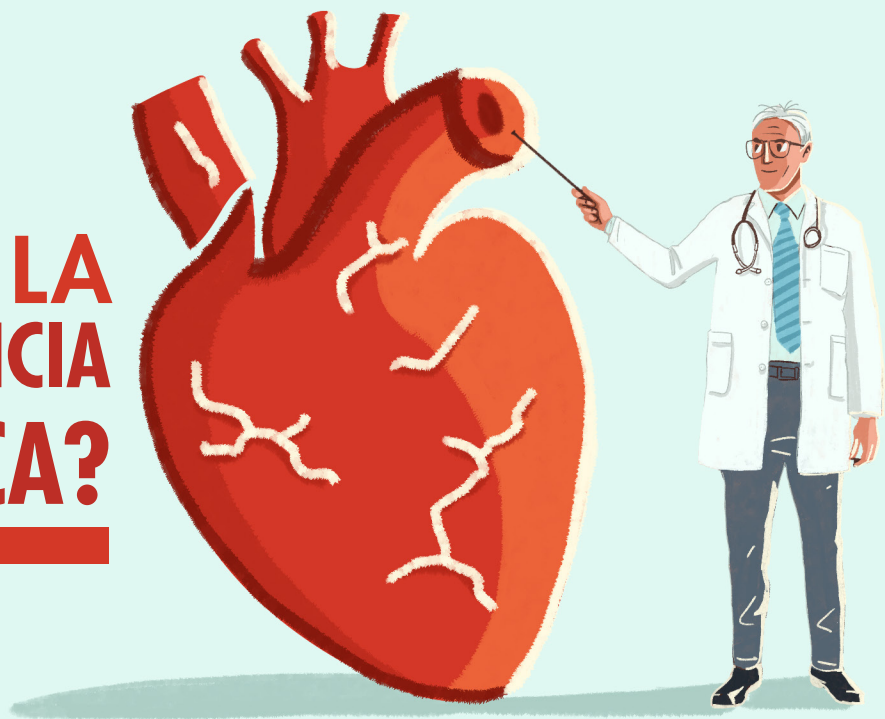
SABERES DEL CORAZÓN

1. ASPECTOS
PSICOSOCIALES



GUÍA PRÁCTICA
para el paciente con
insuficiencia cardíaca.

¿QUÉ ES LA INSUFICIENCIA CARDÍACA?



Es una enfermedad común en el mundo, se define como un síndrome clínico caracterizado por síntomas y signos típicos causados por una alteración en la forma y función del corazón que producen una disminución de la cantidad de sangre y la fuerza con la que el corazón es capaz de bombearla.³

DATO: ¿Sabías que en el mundo 26 millones de personas tienen insuficiencia cardíaca? ³

¿Qué pasa en un corazón sano?

La sangre con baja cantidad de oxígeno llega a una parte del corazón, este la envía a los pulmones para que se oxigene, para posteriormente bombearla con suficiente fuerza hacia todo el cuerpo.⁴

¿Qué pasa en un corazón con insuficiencia cardíaca?

Se altera la función y estructura del corazón disminuyendo la fuerza de contracción afectando la cantidad de sangre que sale del corazón a todos los órganos del cuerpo.³

Causas: Afecciones en el músculo del corazón como:

- Infarto
- Cicatriz en el corazón

Condiciones que aumentan el estrés del corazón:

- Hipertensión arterial
- Enfermedades de las válvulas del corazón
- Enfermedad renal ⁴

SÍNTOMAS¹

Los síntomas que puede presentar un paciente con insuficiencia cardíaca dependen de la severidad de la enfermedad, entre ellos están:



- Necesidad de aumentar el número de almohadas para dormir
- Incremento de sensación de falta de aire
- Pies, tobillos o abdomen hinchados
- Ganancia de peso rápida (más de 1 kg en un día o más de 2 kg en 2-3 días)
- Tos seca persistente
- Dolor en el pecho
- Empeoramiento del cansancio
- Mareo o pérdida de conciencia
- Disminución de la cantidad de orina diaria

EL RETO DE ADAPTARSE AL TRATAMIENTO^{1,2}

Además de síntomas físicos puedes presentar emociones o sentimientos nuevos. Es normal que los pacientes con enfermedades crónicas como la insuficiencia cardíaca se sientan desanimados en algunos momentos.





A ABRE EL OJO A ESTOS SÍNTOMAS^{1,2}

Si tú o tu familia notan alguno de estos síntomas que persisten por un lapso de al menos dos semanas, cuéntaselo a tu médico.

- Ya no se disfruta de las actividades de la vida diaria como antes
- Tristeza o llanto fácil
- Dificultad para levantarse de la cama o ganas de dormir gran parte del día
- Cansancio constante
- Alteraciones en el apetito (inapetencia o comer compulsivamente)
- Irritabilidad
- Aislamiento social
- Pensamientos de muerte o suicidio

**Algunos de estos síntomas depresivos también son propios de la enfermedad como el cansancio o la inapetencia. No los descuides.*



INTENTA QUE LAS EMOCIONES NO TE DOMINEN^{1,2}

Reconocer estas emociones es parte del proceso de adaptación a la enfermedad.

Busca ayuda si te resulta difícil controlar los sentimientos y emociones con respecto a tu enfermedad.

Hablar de tus sentimientos con alguien cercano (familiares o amigos) puede ser de gran ayuda para combatir estas emociones negativas.

Si estos sentimientos persisten puede que estés padeciendo un cuadro de depresión. Estos cuadros pueden requerir algún tipo de tratamiento y de no recibirlo puede influir en tu calidad de vida y en la evolución de la enfermedad.^{1,2}

Recuerda que no eres el único/a: Cerca del 20% de los pacientes con insuficiencia cardíaca sufren algún grado de depresión.^{1,2}





R

Recuerda que muchas veces el sentido del humor es una herramienta de gran ayuda. Algunos hasta lo llaman una medicina natural para el alma. Diviértete todo lo que puedas.^{1,2}

Es muy importante realizar actividades que te resulten placenteras. Tienes mucho que disfrutar.

Novartis de Colombia S.A. - Calle 93B No.
16-31 - PBX 654-4444 - Bogotá, D.C.
Novartis Pharma, AG de Basilea, Suiza. ® =
Marca Registrada - Material dirigido al público
general - Cualquier información sobre
productos que no sean de Novartis se basa en
información disponible al momento de esta
presentación - Mayor información en el
Departamento Médico de Novartis S.A
Colombia: 6544444 o a través de:
informacion.cientifica@novartis.com
No se autoriza la grabación o toma de
fotografías del material y tampoco difusión
por medios no autorizados por Novartis.

Fecha de producción: Abril del 2021.
Código SAP: 6370819.
Número P3: AN2103220224.
Fecha de aprobación: 22/03/2021.

BIBLIOGRAFÍA

1. Fan H, Yu W, Zhang Q, Cao H, LiJ, WangJ, Shao Y, HuX. Depression after heart failure and risk of cardiovascular and all-cause mortality: a meta-analysis. *Prev Med* 2014;63:36 - 42.
2. Newhouse A, Jiang W. Heart failure and depression. *Heart Fail Clin* 2014;10: 295 - 304.
3. Ponikowski, A. D. G. D. T. P., Voors, A. A., Anker, S. D., Bueno, H., Cleland, J. G., Coats, A. J., ... & Jessup, M. (2016). Guía ESC 2016 sobre el diagnóstico y tratamiento de la insuficiencia cardíaca aguda y crónica. *Revista Española de Cardiología*, 69(12), 1167.
4. Guyton, A. C. (1991). *Basic neuroscience: anatomy and physiology*. Philadelphia, PA: Saunders. Capítulo 3 (pag 101-110), Capítulo 22 (pag (255-261)).