

Controlar la insuficiencia cardíaca en casa

Utilice esta guía para verificar los signos y síntomas de la insuficiencia cardíaca. Tome medidas si presenta cualquier síntoma en las zonas amarilla o roja.

	 Zona verde	 Zona amarilla	 Zona roja
	Continúe así. Esté atento a los cambios en su salud.	Consulte. Llame hoy mismo. Nombre: _____ Teléfono: _____	¡Alerta! Vea un médico de inmediato.
¿Cómo está mi respiración?	<ul style="list-style-type: none"> No me falta el aire. 	<ul style="list-style-type: none"> Me falta el aire o toso cuando como, hablo o camino. 	<ul style="list-style-type: none"> Me falta el aire o tengo jadeos cuando estoy en reposo.
¿Cómo está mi nivel de energía?	<ul style="list-style-type: none"> Puedo hacer mis actividades habituales. 	<ul style="list-style-type: none"> Me resulta difícil realizar mis actividades habituales. 	<ul style="list-style-type: none"> No puedo hacer ninguna de mis actividades habituales.
¿Cómo estoy durmiendo?	<ul style="list-style-type: none"> Estoy durmiendo bien. 	<ul style="list-style-type: none"> Tengo dificultad para dormir. Utilizo almohadas adicionales para ayudarme a respirar. 	<ul style="list-style-type: none"> Estoy durmiendo peor. Duermo sentado para ayudarme a respirar.
¿Estoy hinchado?	<ul style="list-style-type: none"> No estoy hinchado. Mis pies, tobillos, piernas, abdomen, manos y rostro lucen normales. 	<ul style="list-style-type: none"> Tengo una hinchazón nueva en: <ul style="list-style-type: none"> – los pies, los tobillos o las piernas. – el abdomen (me aprieta la cintura). – las manos o el rostro. 	<ul style="list-style-type: none"> La hinchazón aumentó en: <ul style="list-style-type: none"> – los pies, los tobillos o las piernas. – el abdomen (me aprieta la cintura). – las manos o el rostro.
¿He subido de peso?	<ul style="list-style-type: none"> Mi peso no cambió. 	<ul style="list-style-type: none"> Aumenté 2-3 libras desde ayer o 5 libras desde la semana pasada. 	<ul style="list-style-type: none"> Aumenté más de 3 libras desde ayer.
¿Tengo algún otro signo de insuficiencia cardíaca?			<ul style="list-style-type: none"> Estoy mareado o confundido. No puedo hacer ninguna de mis actividades habituales. No puedo comer.
¿Debo llamar al 9-1-1?			<p>Debo llamar al 9-1-1 si tengo:</p> <ul style="list-style-type: none"> Dolor en el pecho o la parte superior del cuerpo que no desaparece luego de descansar 5 minutos o de tomar 3 píldoras de nitroglicerina a intervalos de 5 minutos. Un dolor repentino o fuerte en el pecho o la parte superior del cuerpo.

