



EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

Insuficiencia cardíaca

En esta información se explica la insuficiencia cardíaca, incluso sus causas y manifestaciones, cómo se diagnostica y cómo se trata.

Información sobre la insuficiencia cardíaca

La insuficiencia cardíaca se produce cuando el corazón no bombea la sangre tan bien como debería. El corazón lleva la sangre a las células del cuerpo. Cuando hay insuficiencia cardíaca, el corazón no puede aportar suficiente sangre a las células. Para compensar esto, es posible que el corazón se estire con el fin de dar cabida a más sangre para bombear al cuerpo, o puede engrosarse y tornarse rígido (véanse las figuras 1 y 2).

Normal Heart

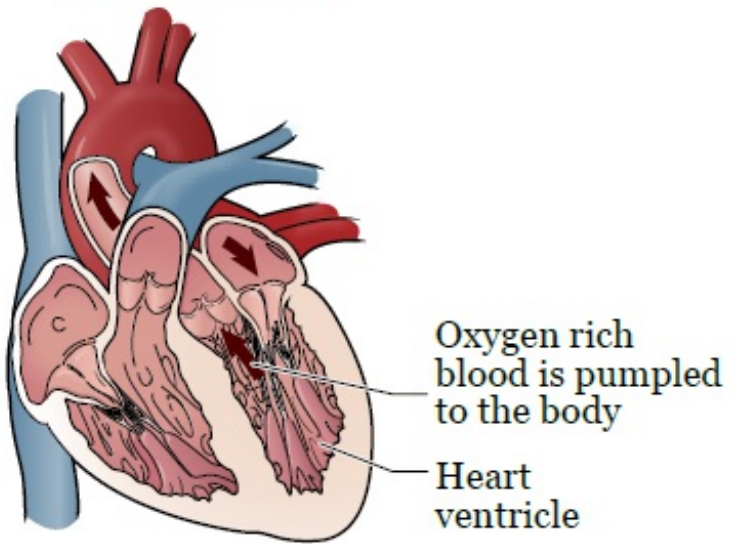


Figura 1. Corazón normal

Heart failure

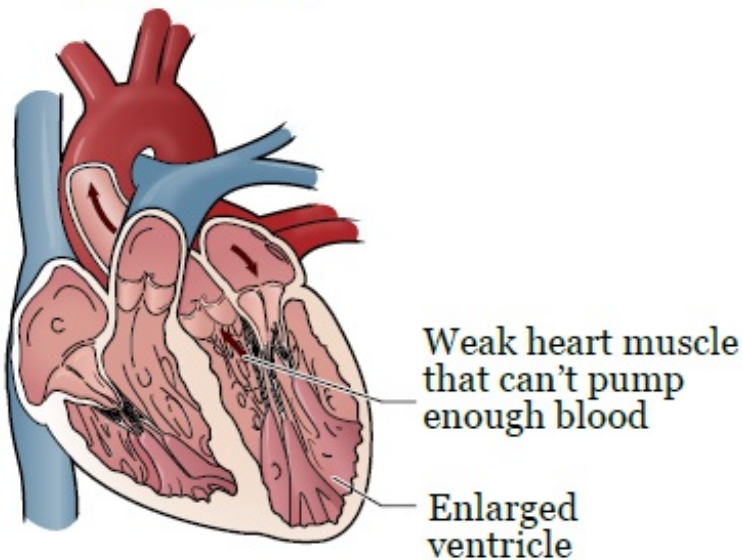


Figura 2. Corazón con insuficiencia cardíaca

La insuficiencia cardíaca puede causar la acumulación de líquido en el organismo. Esto puede provocarle dificultad para respirar, inflamación (edema) en los pies y las piernas, o ambas.

Para obtener más información, mire esta animación: https://watchlearnlive.heart.org/CVML_Player.php?moduleSelect=hrtflr.

Causas de la insuficiencia cardíaca

La insuficiencia cardíaca puede producirse por muchas causas, como las siguientes:

- Hipertensión arterial. Cuando hay hipertensión arterial, el corazón debe trabajar más para bombear sangre. Esto puede agrandar el corazón (estirarlo).

Cuando el corazón se agranda, no puede bombear tan bien.

- Enfermedad de las arterias coronarias. Se trata de daño en los vasos sanguíneos del corazón.
- Fumar. Fumar puede obstruir los vasos sanguíneos, y eso puede hacer que bombear la sangre sea más difícil para el corazón. Esto puede debilitar el corazón con el correr del tiempo.
- Ataques cardíacos. Los ataques cardíacos pueden hacer que algunas partes del corazón se queden sin oxígeno. Esto puede debilitar más estas partes y causarle daño permanente al corazón.
- Enfermedad de las válvulas cardíacas. Se produce cuando una de las válvulas del corazón está dañada. Esto puede hacer más difícil que la sangre pase a través de la válvula, lo que puede aumentar la presión en el corazón.
- Enfermedad cardíaca congénita. Este es un problema del corazón que se tiene desde el nacimiento.
- Hipertiroidismo. Se produce cuando la glándula tiroidea fabrica más hormonas de las que el organismo necesita.
- Cardiomiopatía. Se trata de una enfermedad que hace que el corazón se agrande o se engrose y, como

consecuencia, que no bombee bien la sangre.

- Una infección en el corazón.
- Un ritmo cardíaco irregular descontrolado, como una enfermedad denominada fibrilación atrial.

Síntomas de la insuficiencia cardíaca

Las siguientes son manifestaciones frecuentes de la insuficiencia cardíaca:

- Problemas para respirar cuando se encuentra en actividad o cuando descansa. Algunas personas también podrían necesitar dormir sentadas o con muchas almohadas debajo de la cabeza como ayuda para respirar.
- Inflamación en los pies, los tobillos, las piernas o el abdomen (el vientre)
- Fatiga (sentir más cansancio o debilidad que de costumbre)
- Debilidad, mareo o aturdimiento
- Ritmo cardíaco rápido o ritmo cardíaco irregular
- Tos seca, que puede tener mucosidad blanca o rosa
- Aumento repentino de peso
- Dolor de pecho
- Problemas para concentrarse o no estar tan alerta

- No sentir hambre
- Náuseas (una sensación de que va a vomitar)

Diagnóstico de la insuficiencia cardíaca

Existen muchos exámenes diferentes que permiten diagnosticar la insuficiencia cardíaca. Es posible que le hagan 1 o más de los exámenes que se indican a continuación. Su proveedor de cuidados de la salud le dirá qué esperar.

- Radiografía de tórax. Esta ayudará al médico a ver si hay líquido en los pulmones, a ver si el corazón está agrandado, o ambos.
- Análisis de sangre. En estos análisis se detectará la presencia de una hormona denominada péptido natriurético cerebral (BNP), que es liberada por las células del corazón cuando existe insuficiencia cardíaca.
- Un ecocardiograma (eco). Se trata de un examen de imagenología en que se emplea ultrasonido (ondas de sonido) para captar imágenes del corazón. Muestra qué tan rápido late y bombea sangre el corazón, y puede mostrar si hay algo malo en el músculo cardíaco o en las válvulas del corazón, o en ambos.

Tratamiento de la insuficiencia cardíaca

Existen varios tipos de medicamentos que se usan para tratar la insuficiencia cardíaca. Los medicamentos actúan de diferentes maneras. Los siguientes son algunos ejemplos, aunque hay otros. El cardiólogo (especialista en el corazón) le dirá cuál es el más adecuado en su caso.

- Los inhibidores de la enzima convertidora de angiotensina (ACE), los bloqueadores de los receptores de angiotensina II (angiotensin II receptor blockers (ARB)) y los inhibidores del receptor de angiotensina/neprilisina (ARNI) son medicamentos que relajan los vasos sanguíneos y disminuyen la presión arterial. Esto hace que para el corazón sea más fácil bombear. Algunos ejemplos son lisinopril (Prinivil[®]) y losartan (Cozaar[®]).
 - Un ANRI es un ARB más un segundo medicamento. Este tipo de medicamento funciona de manera similar al ARB y al ACE, por lo que solo debe tomar un tipo de estos medicamentos al mismo tiempo. El único ARNI disponible actualmente es sacubitril-valsartán (Entresto[®]).
- Los beta bloqueadores disminuyen el ritmo cardíaco y la presión arterial. Eso ayuda a reducir el esfuerzo que debe hacer el corazón. Ejemplos de ellos son carvedilol (Coreg[®]) y metoprolol (Lopressor[®]).

- Los diuréticos ayudan a que el organismo elimine el exceso de sal y líquido. Pueden ayudar a reducir la inflamación y a respirar con más facilidad. Un ejemplo es furosemide (Lasix®).
- Los antagonistas de los receptores de aldosterona ayudan a eliminar el exceso de líquido presente en el organismo. También ayudan a conservar el potasio en el cuerpo. Un ejemplo es spironolactone (Aldactone®).
- Los nitratos dilatan las arterias coronarias (las arterias del corazón). Esto ayuda a que fluya más sangre hacia el músculo cardíaco y puede disminuir el dolor de pecho. Nitroglycerin e isosorbide dinitrate son dos ejemplos.
- Digoxin (Lanoxin®) ayuda al corazón a latir con más fuerza.

Cambios en el estilo de vida para hacerle frente a la insuficiencia cardíaca

Existen muchas formas de cuidarse si tiene insuficiencia cardíaca. A continuación encontrará consejos sobre hábitos saludables y cambios en el estilo de vida que puede hacer si tiene insuficiencia cardíaca. Siga estos consejos para contribuir a controlar los síntomas de insuficiencia cardíaca.

- Lleve una dieta sana. Lea el recurso *Consuma alimentos saludables* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/eat-your-way-to-better-health) para conocer consejos de alimentación saludable.
 - Coma menos sal. La mayoría de las personas con insuficiencia cardíaca no deberían ingerir más de 2 gramos de sodio por día, pero hable con su proveedor de cuidados de la salud para saber qué cantidad es adecuada en su caso. Limite los alimentos procesados, como sopas enlatadas, comidas congeladas y fiambres. Estos alimentos pueden tener un alto contenido de sodio. Lea el recurso *Dieta con 2 gramos de sodio* (www.mskcc.org/es/cancer-care/patient-education/2-gram-sodium-diet) para obtener más información acerca de cómo seguir una dieta con bajo contenido de sodio.
 - Beba menos líquido. La mayoría de las personas con insuficiencia cardíaca no deben beber más de 4 vasos de líquido al día (de 8 onzas o unos 240 ml). Si toma demasiado líquido, podría provocarle acumulación de líquido (retención). Hable con su proveedor de cuidados de la salud sobre la cantidad que es adecuada para usted.
- Adelgace si tiene sobrepeso.

- Hable con su proveedor de cuidados de la salud sobre los niveles de colesterol que usted tiene.
- Pésese todos los días. Si su peso aumenta 2 libras (aproximadamente 1 kg) en 1 día o 4 libras (1.08 kg) en 1 semana, llame a su proveedor de cuidados de la salud. Esto podría significar que tiene retención de líquido.
- Si fuma, intente dejar de fumar. MSK cuenta con especialistas que pueden ayudarlo a dejar de fumar. Para obtener más información sobre nuestro Programa de Tratamiento del Tabaquismo, llame al 212-610-0507. También puede pedirle información sobre el programa a su proveedor de cuidados de la salud.
- No beber más de 1 trago de bebida alcohólica por día en el caso de las mujeres y 2 tragos por día en el caso de los hombres.
- Haga ejercicio todos los días, si puede. Hable con su proveedor de cuidados de la salud si desea que lo derive a un fisioterapeuta.
- Hable con su proveedor de cuidados de la salud o con el cardiólogo sobre la forma de controlar otros problemas de salud (como la presión arterial alta, el colesterol alto y la diabetes), si los tiene.

- Únase al programa de rehabilitación cardíaca. Es un programa que ayuda a mejorar la salud y el bienestar de las personas con problemas cardíacos. El mismo incluye:
 - Ejercicios para la salud del corazón.
 - Educación sobre las formas de reducir el riesgo de sufrir otros problemas cardíacos.
 - Asesoramiento para reducir el estrés.

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite www.mskcc.org/pe y busque en nuestra biblioteca virtual.

Heart Failure - Last updated on October 6, 2022

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center