

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Jan 19, 2024

Insuficiencia cardíaca

La insuficiencia cardíaca es una afección grave de la que puede ser aterrador oír hablar. Pero eso no significa que tu corazón esté a punto de dejar de funcionar. Existen tratamientos que pueden ayudar, y las personas pueden vivir con insuficiencia cardíaca durante muchos años.

Qué es la insuficiencia cardíaca?

La insuficiencia cardíaca significa que el corazón no se está llenando de sangre correctamente o no está bombeando sangre por todo el cuerpo tan bien como debería. Por lo general, ocurre porque el corazón ha sido dañado por otra afección médica. Por ejemplo, un ataque cardíaco puede dañar el corazón y provocar insuficiencia cardíaca. Otras razones pueden ser la presión arterial alta, problemas con las válvulas del corazón o diabetes.

Hay **dos** tipos principales de insuficiencia cardíaca.

- La insuficiencia cardíaca con **fracción de eyección preservada** a veces se conoce como insuficiencia cardíaca "diastólica". Esto es cuando su corazón está demasiado rígido o rígido y no puede llenarse de sangre correctamente.
- La insuficiencia cardíaca con **fracción de eyección reducida** a veces se conoce como insuficiencia cardíaca "sistólica". Esto es cuando su corazón está demasiado débil para bombear sangre alrededor de su cuerpo de la manera en que debería.

Cúales son los síntomas?

Uno de los principales síntomas de la insuficiencia cardíaca es la sensación de falta de aire. Es normal jadear después de hacer ejercicio, pero si tienes insuficiencia cardíaca, es posible que te quedes sin aliento haciendo cosas cotidianas.

Es posible que le resulte especialmente difícil respirar cuando está acostado. Muchas personas con insuficiencia cardíaca se apoyan con almohadas por la noche para ayudar con esto.

La insuficiencia cardíaca también puede hacer que te sientas débil y cansado. Esto se debe a que el corazón no puede bombear suficiente sangre a los músculos para darles la energía que necesitan.

Insuficiencia cardíaca

La insuficiencia cardíaca también hace que el cuerpo retenga demasiada agua. Esta agua adicional a veces puede filtrarse a los pulmones y hacer que tosa flema rosada y espumosa. Es posible que el exceso de agua también haga que sus pies, piernas y tobillos se hinchen e hinchen.

Su médico tendrá que examinarlo cuidadosamente y hacerle algunas pruebas antes de poder decir con certeza que tiene insuficiencia cardíaca. Normalmente, esto implicará análisis de sangre, una radiografía de tórax y pruebas específicas que observarán cómo está funcionando el corazón.

qué tratamientos funcionan?

Existen varios tratamientos que pueden ayudar si tienes insuficiencia cardíaca. Estos medicamentos tienen como objetivo:

- Mantenga sus síntomas bajo control
- Evite que su afección empeore
- Mejora la salud de tu corazón
- Reducir el riesgo de ir al hospital, y
- Ayudarle a vivir más tiempo.

Una de las principales razones por las que las personas con insuficiencia cardíaca terminan en el hospital es porque dejan de tomar sus medicamentos. Incluso si no le gusta tomarlos, no deje de tomarlos sin hablar con su médico.

Comer de manera saludable y hacer ejercicio también puede ayudar si tienes insuficiencia cardíaca. Hable con su médico para obtener más consejos sobre cómo comenzar. También puede leer nuestro folleto *Insuficiencia cardíaca: ¿cómo puedo ayudarme?* para obtener consejos sobre el cuidado personal.

Medicamentos comunes para la insuficiencia cardíaca

Es probable que necesite tomar varios medicamentos juntos. Los medicamentos que tome dependerán del tipo de insuficiencia cardíaca que tenga.

- **Los diuréticos** ayudan al cuerpo a eliminar el exceso de agua. Esto reduce la cantidad de líquido en las venas y arterias, lo que ayuda a reducir la presión arterial. Es posible que deba tomarlos por un tiempo para ayudarlo a sentirse menos sin aliento y reducir la hinchazón en los pies y las piernas.
- **Los antagonistas de la aldosterona** son un tipo de diurético que también protege el corazón de una hormona que puede empeorar la insuficiencia cardíaca.
- **Los inhibidores de la enzima convertidora de angiotensina (ECA), el sacubitril/valsartán y los antagonistas de los receptores de angiotensina II** ensanchan los vasos sanguíneos, lo que alivia parte de la tensión del corazón.
- **Los betabloqueantes** funcionan ralentizando el corazón para que no necesite tanto oxígeno.

Insuficiencia cardíaca

- **Los inhibidores del cotransportador de sodio-glucosa 2 (SGLT2)** se usan generalmente en el tratamiento de la diabetes, pero también pueden ayudar a los pacientes con insuficiencia cardíaca. Las investigaciones han demostrado que tienen algunos beneficios, incluida la reducción del riesgo de ir al hospital debido a la insuficiencia cardíaca.

Todos los medicamentos pueden tener efectos secundarios. Dependiendo de los medicamentos que le recete su médico, es posible que experimente tos, mareos, cansancio o náuseas. Hable con su médico si tiene síntomas que cree que son causados por sus tratamientos. Es posible que pueda cambiar a un tipo o dosis diferente.

Otros tratamientos

Si estás tomando tu tratamiento y aún tienes síntomas, asegúrate de consultar a tu médico. Es posible que le sugieran que pruebe diferentes medicamentos.

La cirugía también se puede usar para tratar la insuficiencia cardíaca en algunos casos. Si los vasos sanguíneos del corazón están bloqueados o dañados, la cirugía puede ayudar a repararlos. La cirugía también podría ayudar si la insuficiencia cardíaca es causada por problemas con las válvulas cardíacas.

Para algunos pacientes, se puede recomendar un **dispositivo implantable**. Si el corazón no late a la velocidad adecuada, o si las diferentes partes del corazón no laten juntas, el médico puede sugerir que se inserte un marcapasos en el pecho.

O también es posible que le inserten un dispositivo que puede electrocutar el corazón para que vuelva a empezar si deja de latir. A esto se le llama desfibrilador. Los desfibriladores a veces se combinan con marcapasos.

Si tienes insuficiencia cardíaca grave, es posible que te consideren para un **dispositivo de asistencia ventricular izquierda** o un **trasplante de corazón**. Un dispositivo de asistencia ventricular izquierda ayuda al lado izquierdo del corazón a bombear sangre correctamente. Su médico le dará más información al respecto si llega a esa etapa.

Qué me va a pasar?

Que te digan que tienes una enfermedad grave puede ser un gran shock. Es posible que se pregunte cómo afectará la insuficiencia cardíaca a su futuro o que le preocupe que acorte su vida.

Es difícil decir exactamente lo que te va a pasar. La insuficiencia cardíaca es una enfermedad complicada y afecta a las personas de manera diferente. Sin embargo, muchas personas con insuficiencia cardíaca reciben un tratamiento exitoso y viven muchos años.

Si su insuficiencia cardíaca empeora durante un tiempo, es posible que deba ingresar en el hospital para recibir tratamiento y atención. Es posible que también necesite tratamientos adicionales en este momento.

Es probable que le vaya mejor si trata de mantenerse saludable y se asegura de tomar sus medicamentos. Hable con su médico sobre cómo mantener un estilo de vida saludable.

Insuficiencia cardíaca

También puede leer nuestro folleto *Insuficiencia cardíaca: ¿cómo puedo ayudarme?* para obtener consejos sobre el cuidado personal.

En casos de insuficiencia cardíaca grave, el tratamiento puede dejar de ayudar. Si llega a esta etapa, es posible que su médico le hable sobre los **cuidados paliativos**. Esta es la atención que lo hace sentir lo más cómodo posible cuando tiene una afección que ya no se puede tratar.

Dónde obtener más ayuda y apoyo

La insuficiencia cardíaca es una afección grave y es importante obtener toda la ayuda y el apoyo disponibles. A muchas personas les resulta útil hablar con otras personas con insuficiencia cardíaca. Puedes preguntarle a tu médico acerca de los grupos de apoyo en tu área. Por ejemplo, en el Reino Unido, la Fundación Británica del Corazón (bhf.org.uk) mantiene una lista de todos los grupos de apoyo cardíaco en Inglaterra y Gales. También puede buscar en línea para obtener más información.

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

