

NOMBRE DEL ALUMNO:

Sofía Yamileth Guillén Flores

NOMBRE DEL PROFESOR:

Daniela Monserrat Méndez Guillén

NOMBRE DEL TRABAJO:

Mapa Conceptual

MATERIA:

Nutrición en Enfermedades Cardiovasculares

GRADO Y GRUPO

LNU- 6A

UNIDAD 3

INSUFICIENCIA CARDIACA

Aquella en donde el corazón no logra proporcionar flujo sanguíneo

Causando ciertos síntomas y enfermedades:

SINTOMAS

- Cansancio
- Falta de aire (disnea)
- Retención de líquidos (edema)

ENFERMEDADES EN:

- Válvulas
- Músculo
- Vasos sanguíneos
- Vascularización

CLASIFICACIÓN

Insuficiencia sistólica

Insuficiencia diastólica

El corazón no bombea eficientemente la sangre

El corazón no se llena de sangre como debería

CLASES DE IC

CLASE 1

No hay síntomas con la actividad ordinaria, no tiene límite en la AF

CLASE 2

Hay una limitación de la AF, el px se encuentra en reposo

CLASE 3

Existe una marcada limitación de AF, el px se encuentra ya en reposo

CLASE 4

Incapacidad para realizar AF, sin malestar ni síntomas

FACTORES DE RIESGO

FUNCIONALES

Debilidad y cansancio

ESTRUCTURALES

Pérdida de masa muscular

PREVENCIÓN PRIMARIA

La insuficiencia cardiaca se puede llegar a dividir en 4 estadios, que es el estadio A, B, C y D

ESTADIO A - PREVENCIÓN PRIMARIA

- Enfermedad de arterias coronarias
- Presión arterial alta
- Apnea del sueño
- Obesidad

ESTADIO B-

Tratamiento incisivo en enfermedades subyacentes como:

- DM
- HTA
- Dislipidemias

ESTADIOS C Y D

Para prevenir el avance de disfunción cardiaca:

- Bloqueantes de receptores de angiotensina
- Bloqueantes de aldosterona
- Bloqueantes de digoxina

UNIDAD 3

RESTRICCIONES DIETÉTICAS EN IC

Existen objetivos del tratamiento dietético en la insuficiencia cardíaca

ENCONTRAMOS

Disminución de sal en la dieta

Disminución del volumen de las comidas

Disminución de grasa en la dieta

Disminución del peso si existe sobrepeso u obesidad

LA CEFÍNA EN IC

La cafeína se consideraba perjudicial para px con IC ya que irregula el ritmo cardíaca

EFFECTOS

CAFEÍNA E HTA

La cafeína eleva niveles plasmáticos de cortisol, adrenalina, noradrenalina

CAFEÍNA Y HOMOCISTEÍNA

Los niveles plasmáticos de la homocisteína se asocia con un elevación en riesgo EVC

EFFECTOS DE LOS ÁG EN IC

El consumo de pescados y aceites de pescados ricos en ÁG: hipertrigliceridemia, disminuir tasas de mortalidad en px c/IC

PREMISAS

- Disminuir el nivel de TRIG
- Aumentar un poco el nivel de COL-HDL
- No disminuir la PA

SUPLEMENTOS DIETÉTICOS

- No disminuir la PA
- No aumentar el COL - HDL
- No disminuir el COL - LDL

UNIDAD 3

EL CALCIO EN LA IC

Es importante recalcar que px con IC son propensos a desarrollar osteoporosis por escasa actividad

ADEMÁS

La alteración de la función renal y los fármacos pre escritos alteran el metabolismo de LIP

MENOR DENSIDAD MINERAL ÓSEA

Los pacientes con IC y caquexia tienen menor densidad y concentración de calcio

SUPLEMENTACIÓN

Debe usarse con cautela ya que agrava arritmia cardiaca

ALCOHOL EN LA IC

El exceso de alcohol contribuye al aumento de la presión arterial del paciente

EFFECTOS A ENF. ARTERIAL CORONARIA

- La cantidad
- El patrón de bebida
- Factores genéticos

LA INGESTA

No debe de superar a 1 bebida diaria n las mujeres y 2 en hombres

EQUIVALENCIA DE ALCOHOL

- 30 ml de licores destilados
- 150 ml de vino
- 350 ml de cerveza

VITAMINAS SUGERIDAS EN IC

- Folatos
- VIT B6 (piridoxina)
- VIT B12 (cianocobalamina)

MAGNESIO

Los diuréticos usados para tratar la IC elevan la excreción de magnesio

TIAMINA

Los suplementos de tiamina (200mg/día) y mejoran la fracción de eyección del ventrículo izquierdo

ESTRATEGIAS NUTRICIONALES

Puede contribuir a la distensión abdominal y elevación notablemente el consumo de oxigenos