

**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

## ALCOHOL EN LA IC

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

## VITAMINAS SUGERIDAS EN IC

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

### 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

### 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

### 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

### SUPLEMENTACIÓN

Debe usarse con cautela ya que agrava arritmia cardiaca

### EQUIVALENCIA DE ALCOHOL

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

### ESTRATEGIAS NUTRICIONALES

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