



NUTRICION EN ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

SERGIO DANIEL GÓMEZ ESPINOZA
PROFESORA: DANIELA MONSERRATH MÉNDEZ
GUILLÉN
05-07-24
UNIDAD III

INSUFICIENCIA CARDIACA

El corazón

No bombea eficientemente

Causando

Cansancio, disnea y retención de líquidos

Puede ser

- Derecha, izquierda, ambos lados
- Sistólica o diastólica

La incidencia ha aumentado debido al envejecimiento, supervivencia post-infarto y obesidad.

Clasificación

Clase I, II, III, IV

Factores de riesgo

- Debilidad
- Pérdida de masa muscular
- Vasodilatación
- Metabolismo oxidativo
- Citocinas

Prevención primaria

En los estadios A y B, tratar factores de riesgo **como** dislipidemia, hipertensión y diabetes

estadios C y D, prevención secundaria **como** el uso de inhibidores de ECA, bloqueantes de receptores de angiotensina, bloqueantes de aldosterona, β -bloqueantes y digoxina

Restricciones

REDUCCIÓN
De sal, grasas, volumen y de peso

Tx nutricional

- Tratar HTA
- Dejar de fumar
- AF regular
- Evitar alcohol
- Controlar SM
- Restricción de sal
- Diuréticos

Alimentos ricos en sodio

- Carnes y pescados ahumados
- Zumo de tomate
- Extractos de carne
- Aperitivos salados
- Mezclas envasadas
- Quesos curados

ETIQUETADO NUTRICIONAL

Sin sodio, Muy bajo en sodio, Bajo en sodio, Reducido en sodio, Sin sal añadida y Ligeramente salado

INSUFICIENCIA CARDÍACA



LA CAFEÍNA

- Irregula ritmo cardíaco
- Estimulante nervios
- Afecta nivel cerebral
-



ALCOHOL

Consumo excesivo
Aumenta la PA
Consumo crónico
Produce IC, miocardiopatía



ÁCIDOS GRASOS

PESCADO; ACEITES
Reduce:
Hipertrigliceridemia
Previene:
Fibrilación auricular
Disminuye:
Tasa de mortalidad



CALCIO

Riesgo a desarrollar:
Osteoporosis
Suplementar
Con cautela



VITAMINAS SUGERIDAS

Folato
Vitamina 6
Vitamina b12



OTRAS

Magnesio: 800 mg/día
Tiamina: 200 mg/día
Vit D

BIBLIOGRAFÍA

Antología de la UDS de México. (2024). Nutrición
en enfermedades cardiovasculares