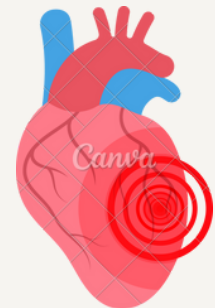


# **NUTRICIÓN EN ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES.**

Alumno: Jimena Maldonado Marín.  
Profesor: Daniela Monserrat Méndez Guillen.  
6° cuatrimestre LNU.  
Unidad III.  
Fecha: Julio del 2024.



# PAUTAS ESPECÍFICAS PARA INSUF. CARDÍACA.

## INSUFICIENCIA CARDÍACA.

En la IC el corazón es incapaz de proporcionar el flujo sanguíneo necesario al organismo.

### SUS

#### SÍNTOMAS

- Cansancio.
- Falta de aire.
- Retención de líquidos.

#### AFECCIONES

Afecciones que pueden causar IC:

- Válvulas.
- Vascularización.
- Músculo.
- V. Sanguíneos.

## TIPOS

Derecha, izquierda, ambos lados, sistólica y diastólica.

### SU

Clasificación es:

- Clase 1: no hay síntomas.
- Clase 2: ligera limitación de AF.
- Clase 3: marcada limitación de AF.
- Clase 4: incapacidad de AF.

### LOS

Factores de riesgo pueden ser: funcionales, estructurales, F. Sanguíneo, metabólicos, inactividad y inflamación.

## PREVENCIÓN PRIMARIA

La IC se divide en distintos estadios.

### PARA

Para estadios A y B el tratamiento es incisivo de factores de riesgo, es vital controlar las lesiones.

### LAS

Restricciones dietéticas de IC son: reducción de sodio, reducción de grasa en dieta y bajar de peso en caso de sobrepeso.

### LA

Hipertrofia del ventrículo izq., se da por exceso de sodio, incremento farmacológico, etc.

### EL

Tratamiento nutricional para los distintos estadios es tratar la HTA, consumo de sodio y con cada uno se agregará distintos fármacos.

## TENEMOS

Distintos alimentos que son ricos en sodio que de deben de evitar.

### SON

- Pescado, carna ahumada.
- Zumo de tomate.
- Mezclas envasadas.
- Platos congelados.
- Aperitivos salados.
- Quesos curados.
- Sopa enlatada.
- Alim. hechos fuera de casa.

### LAS

Normas del etiquetados sodio, varían desde un alim. sin sodio hasta alimentos ligeramente salados.

## AHORA.

Bien la cafeína en la insuficiencia cardíaca es considerada perjudicial para pacientes.

### LOS

Efectos de esta en la HTA aumentan niveles plasmáticos, en homocisteína también aumenta los niveles.

## EL

Efecto de los ácidos grasos, tiene que el consumo de pescado en ácidos grasos.

## PUEDEN

Reducir la hipertrigliceridemia, prevenir fibrilación auricular, disminuye tasas de muerte en IC.

### EL

Calcio en IC se debe usar con cautela ya que agravan arritmias cardíacas.

### LAS

Distintas vitaminas sugeridas en IC son folato, vitamina B6 y vitamina B12, Tiamina, Vitamina D.

## MIENTRAS

Que el consumo de alcohol en IC puede alterar la presión y la ingesta no debe superar 1 consumo diario.

# **BIBLIOGRAFÍA.**

Universidad del sureste (UDS), antología para nutrición en enfermedades cardiovasculares (2024) y apuntes de libreta.