

**Universidad del Sureste**



L.N Patricia del Rosario Luna Gutiérrez

Joseph Alexis Lopez Bautista

Nutrición en Síndrome Metabólico

6to Cuatrimestre

Licenciatura en Nutrición

**Enfermedades cardiovasculares**

# Enfermedades cardiovasculares



Las enfermedades cardiovasculares se dividen en Congénitas y Adquiridas. Mientras las congénitas están presentes desde el nacimiento ya que son heredadas, las adquiridas se obtienen debido a hábitos de alimentación y estilo de vida

1

## Tetralogía de Fallot (Congénita)

Es una cardiopatía congénita cianótica que combina 4 defectos

- Estenosis pulmonar
- Cabalgamiento de la Aorta
- Comunicación Interventricular
- Hipertrofia del ventrículo derecho

### Tx. Nutricional

- Dieta hipercalórica y fraccionada
- Suplem. Formulas lacteas para ganar peso si hay dificultad
- Control de líquidos si hay insuf. Cardíaca

2

## Comunicación Interauricular (Congénita)

Es una abertura en el orificio de la aurícula

- Disminución de macro y micronutrientes dependiendo de la edad del infante
- Suplementación en caso de bajo peso

### Tx. Nutricional

3

## Comunicación Interventricular (Congénita)

Es una abertura en el tabique que separa a los ventrículos (es la cardiopatía congénita más frecuente)

- Alimentación fraccionada
- Aporte calórico dependiendo de la actividad inflamatoria y factor estrés

4

## Fibrilación Auricular (Adquiridas)

Es una de las arritmias más comunes, se trata de una enfermedad grave que puede provocar coágulos de sangre que viajen al cerebro e infarto cerebral

- Dieta DASH / ANTIINFLAMATORIA
- <sodio, grasas saturadas y trans
- Evitar alcohol y cafeína
- Mantener un control y glucosa en sangre

### Tx. Nutricional



## Arritmias

## (Adquiridas)

### Tx. Nutricional

5

Se refiere al ritmo cardíaco irregular y se divide en 3: Taquicardia (>100 lpm), Bradicardia (<60 lpm) y Fibrilación auricular

- Dieta DASH / Mediterránea
- Sodio <1500 mg
- Aumentar ingesta de potasio, magnesio y calcio
- Limitar grasas trans y saturadas
- Control de cafeína, alcohol y azúcares refinados

6

### Infarto agudo al miocardio (Adquiridas)

#### Tx. Nutricional

Muerte de tejido cardíaco por obstrucción total de una arteria coronaria.

- Dieta baja en grasas saturadas, colesterol y sodio
- Control estricto de lípidos y glucosa
- Aumentar fibra, omega-3 y antioxidantes
- Fraccionar alimentos; evitar comidas pesadas
- Dieta tipo mediterránea o DASH

7

### Angina de pecho estable

Dolor torácico predecible con el esfuerzo físico, por flujo sanguíneo limitado al corazón.

#### Tx. Nutricional

- Dieta hipograsa y normosódica
- Evitar comidas abundantes que aumenten demanda cardíaca
- Control de peso y lípidos
- Aumentar consumo de frutas, verduras y cereales integrales

8

### Angina de pecho inestable

Dolor torácico impredecible, incluso en reposo; indica alto riesgo de infarto.

#### Tx. Nutricional

- Requiere hospitalización y dieta individualizada
- En fase aguda: dieta líquida o blanda, fraccionada
- Posterior: dieta cardioprotectora hipograsa, baja en sodio
- Control estricto de factores de riesgo

### Insuficiencia cardíaca

#### Tx. Nutricional

9

Incapacidad del corazón para bombear sangre eficazmente.

- Restricción de sodio (1.5-2 g/día)
- Control de líquidos si hay edema o retención
- Dieta rica en potasio y magnesio (si no hay contraindicación)
- Limitar grasas saturadas y azúcares
- Vigilar peso y evitar desnutrición por caquexia cardíaca

