



**HOJA DE PRESENTACION**

**ANA NOHEMI LÓPEZ HERNÁNDEZ**

**LIC.ARIDNE DANAHE VICENTE  
ALBORES**

**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**LICENCIATURA EN ENFERMERÍA**

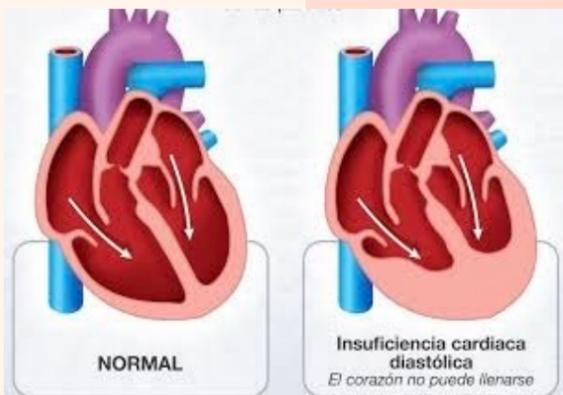
**PATOLOGIAS DEL ADULTO**

**TAPACHULA, CHIAPAS  
12 DE JULIO DEL 2025**

# Insuficiencia cardiaca

UNA DE LAS PRINCIPALES CAUSAS DE HOSPITALIZACIÓN E INCLUSO MUERTE

## ¿Que es la Insuficiencia Cardiaca?



Es una falla del músculo cardiaco, el cual pierde fuerza y energía, por dilatación de las cavidades y engrosamiento de las paredes

## ¿En quienes puede ser más frecuente?

Afecta con más frecuencia a personas de edad avanzada y a las mujeres.



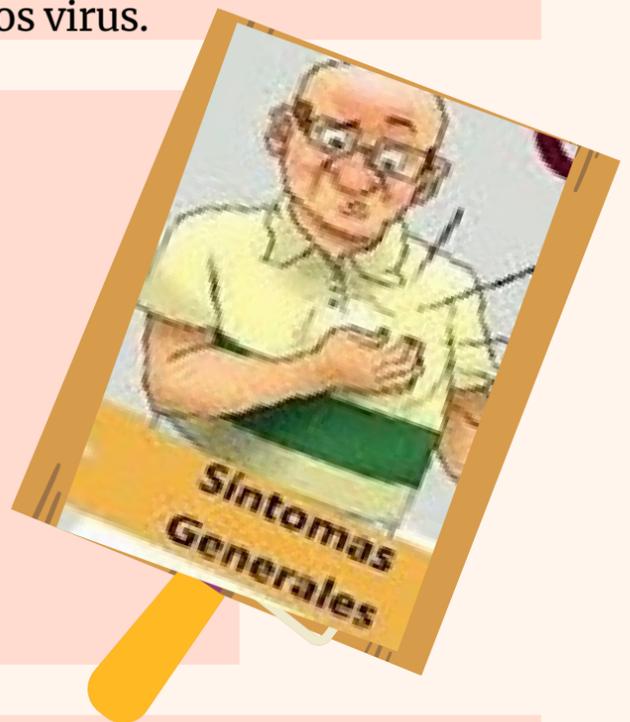
## ¿Cuales son las causas de la Insuficiencia Cardiaca?

Puede ser originado por enfermedad de las coronarias, hipertensión, tóxicos como el alcohol, infecciones como la enfermedad de Chagas, o algunos virus.



## Sintomas generales

- Dificultad para respirar
- Fatiga
- Hinchazón en las piernas
- Ritmo cardiaco acelerado
- Dolor de pecho
- Tos con flama o seca
- Incapacidad de hacer ejercicio



## Medidas higienico dieteticas

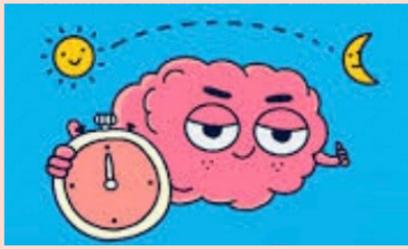
- Limitar la ingesta de agua
- Limitar la ingesta de sal
- Limitar la ingesta de grasas
- Controlar el peso
- Dejar de fumar
- Evitar tomar esteroides
- Realizar ejercicios moderado



# Trastornos del ritmo

LOS RITMOS CIRCADIANOS SON RITMOS BIOLÓGICOS CON UN PERÍODO ALGO SUPERIOR A 24 HORAS Y REGULADOS POR NUESTRO «RELOJ INTERNO».

Este reloj interno requiere de estímulos externos para sincronizarse.



El más importante es el ciclo luz - oscuridad, que junto con el ritmo de secreción de melatonina, mantiene regular el ciclo vigilia - sueño.

## Distinguimos 3 cronotipos

MATUTINOS



Personas con facilidad para madrugar y ser más activas a primeras horas del día.

VESPERTINOS



Tendencia a dormir y levantarse a horas tardías y facilidad ser más activo a últimas horas del día.

ESTÁNDAR



Ni matutinos, ni vespertinos, con horarios de actividad más intermedios.

# Alteraciones cardíacas

(SI SE DESINCRONIZA EL SISTEMA CIRCADIANO)

## Síndrome de Retraso de Fase del sueño:

Retraso de al menos dos horas y dificultades para levantarse temprano.

## Síndrome de Adelanto de Fase del sueño:

Adelanto de varias horas al dormir y al despertar.

## Ciclo Sueño vigilia en curso libre:

Horarios de sueño irregular, en cualquier momento del día o la noche.

## Jet-lag:

Al viajar varias zonas horarias los ritmos circadianos se descuadran.

## Jet-lag social:

Discrepancia entre sueño de días laborales y días libres.

