

Insuficiencia Cardíaca

Mariza Alejandra Cancino Morales
6to Cuatrimestre
Nutrición

Unidad 3
Lic. Daniela Guillen
Cuadro Sinóptico

Universidad del Sureste



Insuficiencia cardíaca

Fisiopatología

- El corazón es incapaz de proporcionar el flujo sanguíneo necesario al resto del organismo.
- La IC puede ser derecha, izquierda o afectar a ambos lados del corazón

- **Clasificación**

- **insuficiencia sistólica** { el corazón no puede bombear o expulsar eficientemente la sangre
- **insuficiencia diastólica** { el corazón no puede llenarse de sangre como debería.

Clasificación

- **Clase I** { No hay síntomas inadecuados con la actividad ordinaria; sin limitación de la AF
- **Clase II** { Ligera limitación de la AF; el Px se encuentra bien en reposo
- **Clase III** { Marcada limitación de la AF, el paciente se encuentra bien en reposo
- **Clase IV** { Incapacidad de realizar AF sin sentir malestar; síntomas de IC o dolor torácico en pecho.

Factores de riesgo

TABLA 34-8	
Ateriasclerosis de la médula espinal o la insuficiencia cardíaca	
Funcionales	Débilidad Constancia
Estructurales	Pérdida de masa muscular Atrofia, fibrosis, no se atrofian Cambio del tipo de fibras, de tipo I a IIb Pérdida de mitocondrios Lesión endotelial (Densidad capilar ↓) Plojo sanguíneo (Densidad capilar ↓) Vasculitis Tipo sanguineo mixto en pieles ↓ Proteólisis Metabolismo oxidativo ↓ Glucólisis en ácido α
Inflamación	Citocinas y marcadores de oxidación
Neurodegeneración	IGF, RGF-1, aferéncia, noradrenalina, norrelina
Inactividad	TNF-α
Factores de crecimiento	Mastatina, IGF
Tómalo de <i>Geriatrics and J. Muscle wasting in cardiac cachexia, Int J Cardiol</i> 1998; 67:17-20.	
IGF, hormona del crecimiento; RGF, factor de crecimiento similar a insulina; TNF-α, factor de necrosis tumoral α.	



Prevención primaria

La IC se divide en cuatro estadios

- **Estadios A y B** { tratamiento incisivo de los factores de riesgo y enfermedades subyacentes
- **Estadios C y D** { uso de inhibidores de la EGA (primera línea terapéutica), bloqueantes de los receptores de angiotensina, bloqueantes de aldosterona, ~~7~~-bloqueantes y digoxina.

Manifestaciones clínicas

- Disnea
- Cansancio
- Edema
- Vasoconstricción periférica
- Confusión mental
- Pérdida de memoria
- Ansiedad e insomnio
- Cefalea



Valoración nutricional

- Anorexia
- Náuseas y dolor abdominal
- Estreñimiento
- Malnutrición
- Caquexia cardíaca.
- Hipomagnesemia
- Hiponatremia
- Hipoabsorción

Tratamiento nutricional

- Dieta pobre en grasas saturadas
- Sodio <2g/día
- Frutas, verduras y hortalizas
- Líquidos 2l
- Cereales integrales
- Pérdida y mantenimiento de peso
- AF
- Suplementar Mg, Tiamina, Vit D
- No tabaco y no alcohol
- No cafeína
- No alimentos ricos en sodio

Alimentos ricos en sodio: los 10 primeros de la lista

- Carnes y pescados ahumados, precocidos o curados (ej. jamón, bacon, carnes en conserva, fiambres, pautis calientes, salchichas, cerdo en salazón, tira de ternera, anqueos en conserva, anchovas, sardas y merluza)
- Zumos de frutas y de verduras, y su jugo (la etiqueta suele dar la cantidad)
- Enlatados de carne, pautis de salado, caldos, salsas de carne, "GMB"*
- Alimentos salados (papas fritas, nachos, nachos de carne, pautis, frios secos salados, pautis y galletas saladas)
- Alimentos salados (salsas, aderezos, líquidos, salsas tipo salsa Worcestershire, salsa barbacua, salsa de cítricos, salsa terrón, salsa de soja, alijos comerciales de emulsión, sal, especias, especias, especias y chucrut)
- Mantequilla envasada para preparar salsas, jugo de carne, queso y platos con queso, arroz y pautis, macarones con queso para rellenar
- Quesos (quesos y crema para untar)
- Pautis principales congelados y pautis de carne
- Sopas
- Alimentos comerciales fuera del domicilio
- *GMB: glutamato monosódico.

*Nota: se eliminó solo los ingredientes, algunos marcos continúan marcando el uso que sea.

