



**Mi Universidad**

## **Ensayo**

*Adriana Janeth Sanchez Hernández*

*Ensayo*

*Primer parcial*

*Clínica Quirúrgica*

*Dr. Alonso Diaz Reyes*

*Medicina humana*

*Quinto semestre*

*Comitán de Domínguez, Chiapas, a 12 de octubre del 2025*

## INSUFICIENCIA CARDIACA

La insuficiencia cardíaca (IC) es una de las principales enfermedades cardiovasculares y representa un desafío global tanto para los sistemas de salud como para la práctica clínica diaria. Se trata de un síndrome complejo en el que el corazón pierde su capacidad de bombear sangre de manera adecuada para cubrir las demandas metabólicas del organismo, lo que genera síntomas como disnea, fatiga y edema. Su origen puede ser múltiple, incluyendo hipertensión arterial, cardiopatía isquémica, valvulopatías o miocardiopatías, y su evolución suele ser crónica y progresiva. En términos epidemiológicos, la IC constituye una de las principales causas de hospitalización en adultos mayores y se asocia con una elevada tasa de reingresos y mortalidad, lo que la convierte en una enfermedad de alto impacto social y económico. El abordaje tradicional de la insuficiencia cardíaca se ha centrado en terapias farmacológicas como los inhibidores de la enzima convertidora de angiotensina, los betabloqueadores, los antagonistas de mineralocorticoides y, más recientemente, los inhibidores de SGLT2, así como en el uso de dispositivos en pacientes seleccionados. Sin embargo, en los últimos años se ha prestado creciente atención a la importancia de medidas no farmacológicas que pueden modificar la evolución de la enfermedad. Una de estas medidas es el soporte nutricional, tema que ha sido evaluado en estudios recientes y que aporta nueva evidencia sobre el impacto del estado nutricional en la supervivencia y calidad de vida de los pacientes. Un ejemplo claro de esto es el ensayo clínico aleatorizado “Nutritional intervention in chronic heart failure patients”, publicado en Medicina Clínica en 2024. Este estudio incluyó a 225 pacientes con insuficiencia cardíaca crónica que se encontraban desnutridos o en riesgo de desnutrición. Los participantes fueron asignados aleatoriamente a dos grupos: uno recibió una intervención nutricional individualizada, mientras que el otro continuó con el manejo estándar sin asesoría nutricional específica. Los resultados mostraron que el grupo con intervención tuvo una reducción significativa en el desenlace combinado de mortalidad y hospitalización por insuficiencia cardíaca, además de presentar mejoría en su estado nutricional y capacidad funcional. Este hallazgo es de enorme importancia clínica. Tradicionalmente, la insuficiencia cardíaca se ha asociado con

la llamada “caquexia cardíaca”, una condición caracterizada por pérdida de peso, masa muscular y empeoramiento del pronóstico. El estudio demuestra que intervenir tempranamente en el aspecto nutricional no solo mejora la calidad de vida, sino que también puede tener un impacto directo en la supervivencia. En otras palabras, la nutrición deja de ser un aspecto secundario para convertirse en un componente esencial del tratamiento integral de la insuficiencia cardíaca. Más allá de los números, este ensayo pone en evidencia un aspecto fundamental: la insuficiencia cardíaca es un síndrome complejo que requiere un manejo multidisciplinario. El cardiólogo no puede actuar de forma aislada, sino que necesita el apoyo de nutricionistas, enfermería especializada, rehabilitación cardíaca y, en muchos casos, apoyo psicológico. El cuidado integral de estos pacientes no solo prolonga la vida, sino que también la hace más llevadera, lo cual es particularmente valioso en enfermedades crónicas que afectan tanto a los pacientes como a sus familias. El estudio también refleja la importancia de los ensayos clínicos aleatorizados en la medicina moderna. Este tipo de investigación permite comparar de manera controlada y objetiva una intervención frente a la práctica estándar, eliminando sesgos y generando conclusiones sólidas que pueden incorporarse a las guías clínicas internacionales. La evidencia generada por este tipo de estudios es la que finalmente orienta a los médicos en la toma de decisiones y asegura que las intervenciones recomendadas tengan un beneficio real y comprobado. Si bien este ensayo se centra en la nutrición, abre la puerta a reflexionar sobre otros aspectos del manejo no farmacológico que podrían influir en el pronóstico de los pacientes con insuficiencia cardíaca. El ejercicio supervisado, la educación del paciente, el control del peso y la adherencia terapéutica son factores que también han demostrado mejorar los desenlaces y que forman parte del concepto de “tratamiento integral”. El estudio refuerza la idea de que la medicina del futuro no debe limitarse a prescribir medicamentos, sino que debe centrarse en la persona en su totalidad.

# Bibliografía

1. Ortiz Cortés C, Rey-Sánchez P, Gómez Barrado JJ, Bover Freire R, Paredes- alán E, Calderón-García JF, Esteban-Fernández A, Rico-Martín S. Nutritional intervention in chronic heart failure patients: A randomized controlled clinical trial. Medicina Clínica. 2024; [Intervención nutricional en pacientes con insuficiencia cardíaca crónica: un ensayo clínico controlado aleatorizado - ScienceDirect](#)