

Comprender la diabetes y la insuficiencia cardíaca



La insuficiencia cardíaca es una afección en la que el músculo cardíaco está debilitado y no puede bombear suficiente sangre al resto del cuerpo.

Si vives con diabetes, tienes un mayor riesgo de desarrollar insuficiencia cardíaca.

Síntomas a los que debes prestar atención

Los síntomas de la insuficiencia cardíaca incluyen:

-  Falta de aire
-  Debilidad
-  Náuseas
-  Latidos cardíacos rápidos o irregulares
-  Tos con mucosidad de color rosado
-  Fatiga
-  Hinchazón de pies y tobillos (debido a retención de líquidos)



El diagnóstico y el tratamiento precoces pueden ayudarte a manejar los síntomas de la insuficiencia cardíaca.

Tu médico puede utilizar exámenes físicos, análisis de sangre y estudios de imagen del corazón para diagnosticar la insuficiencia cardíaca.



Cómo contribuir a mantener un corazón sano



- Realiza actividad física todos los días.
- Elige alimentos con menos sodio.
- Controla tu peso.
- Deja de fumar, vapear o usar cigarrillos electrónicos.

• Habla con tu equipo de atención médica sobre cómo cuidar la salud de tu corazón cuando vives con diabetes y sobre cómo tu plan de tratamiento puede ayudar a manejar la insuficiencia cardíaca y alcanzar tus objetivos de salud.

