

Entendendo o Diabetes e a Insuficiência Cardíaca



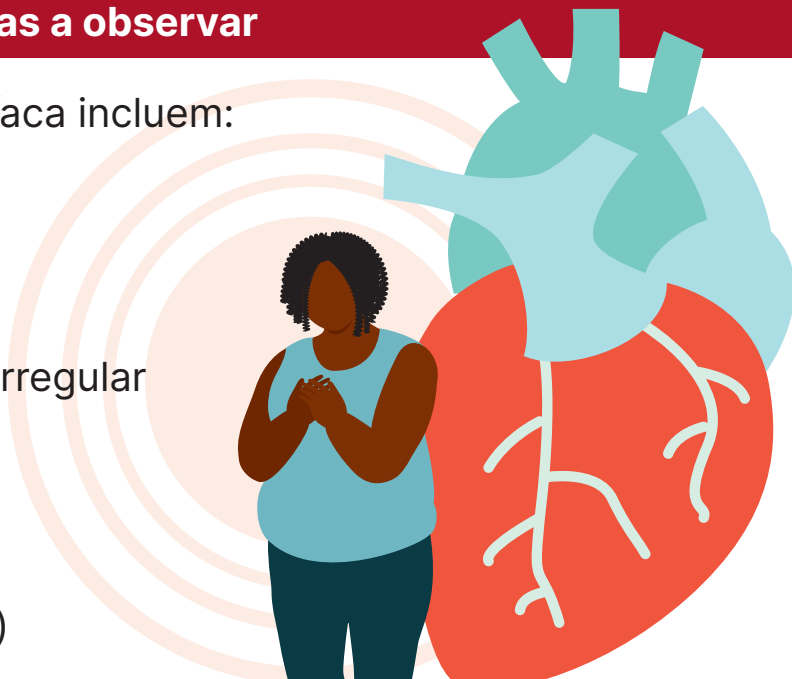
A insuficiência cardíaca é uma condição na qual o músculo cardíaco está enfraquecido e não consegue bombear sangue suficiente para o corpo.

Você corre maior risco de desenvolver insuficiência cardíaca se tiver diabetes.

Sintomas a observar

Os sintomas de insuficiência cardíaca incluem:

-  Falta de ar
-  Fraqueza
-  Náusea
-  Batimento cardíaco rápido ou irregular
-  Tosse com catarro rosado
-  Fadiga
-  Inchaço dos pés e tornozelos (devido à retenção de líquidos)



O diagnóstico e o tratamento precoces podem ajudar a controlar os sintomas da insuficiência cardíaca.

Seu médico pode usar exames, análises de sangue e exames de imagem do coração para diagnosticar insuficiência cardíaca.



Como ajudar a manter um coração saudável



- **Pratique atividade física diariamente.**
- **Escolha alimentos com menos sódio.**
- **Controle o peso corporal.**
- **Pare de fumar, usar cigarros eletrônicos ou vaporizadores.**

• Converse com sua equipe de saúde sobre como cuidar da saúde do seu coração se você tem diabetes e como seu plano de tratamento pode ajudar a controlar a insuficiência cardíaca e alcançar seus objetivos de saúde.

