



**MINISTERIO DE DEFENSA
NACIONAL**



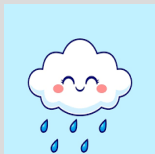
DIURÉTICOS EN FALLA CARDIACA



IMPORTANCIA DE MIS DIURETICOS EN FALLA CARDIACA

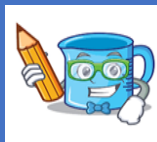
Diuréticos:

Medicamentos que nos ayudan a disminuir exceso de líquidos en nuestro cuerpo, aumentando la cantidad de diuresis (orina) y ayudándonos a eliminar líquidos que retenemos y a equilibrar elementos como el sodio y el potasio que en cantidades elevadas son contraproducentes.



El horario más adecuado para tomarlos es en la mañana, si los tomamos en la noche podemos perder sueño por la necesidad de levantarnos al baño y además tener un riesgo de sufrir caídas cuando nos desplazamos.

Para prevenir edemas y retención de líquidos debemos disminuir a 1200cc los líquidos para las 24 horas incluyendo todo lo que ingerimos, evitar el consumo de sopas caldos changuas.





Debemos limitar la cantidad de sal (sodio) máximo a 2 gramos para las 24 horas y así evitar retención de líquidos "no se debe suspender la sal es vital en otros procesos de nuestro cuerpo".

Cuando tomamos diuréticos, la toma de peso en la balanza nos ayuda mucho al control, el aumento de peso indicaría retención de líquidos y al contrario al aumentar nuestra diuresis se disminuye el peso corporal



Como me peso?: al levantarme, después de ir al baño y antes de consumir cualquier alimento o líquido, con ropa liviana y utilizando la misma bascula.





REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Dirección de Información:

<https://www.revespcardiol.org/es-guia-esc-2021-sobre-el-articulo-S0300893221005236>
<https://www.texasheart.org/salud-cardiovascular/centro-de-informacion-cardiovascular/>
<https://www.elsevier.es/es-revista-seminarios-fundacion-espanola-reumatologia-274-articulo-abc-insuficiencia-cardiaca-S1577356611000030>





Clínica de Crónicos

www.hospitalmilitarcentral.gov.co