

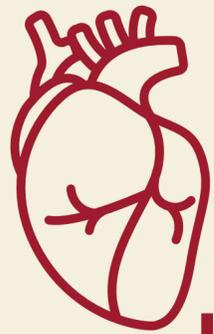


# Atenção Primária à Saúde



*O cuidado completo  
para você e sua família*





# O QUE É INSUFICIÊNCIA CARDÍACA

Como uma bomba muscular, o coração precisa relaxar para receber o sangue do corpo e depois contrair para ejetá-lo novamente. A insuficiência cardíaca é quando o coração não consegue bombear o sangue tão bem quanto deveria. Isso leva a um fluxo sanguíneo inadequado para alguns órgãos vitais, como os rins, e acúmulo de líquido em outros órgãos vitais, como os pulmões.

A insuficiência cardíaca é causada por uma doença ou condição que danifica o coração. As causas mais comuns incluem: hipertensão arterial, infarto, doenças das valvas do coração, infecções, diabetes, doença renal, entre outras.

Felizmente, o tratamento dessas condições durante os estágios iniciais pode prevenir ou retardar o desenvolvimento de insuficiência cardíaca.





# COMO É O DIAGNÓSTICO E O TRATAMENTO

## PRINCIPAIS SINTOMAS

- Falta de ar, que pode te fazer reduzir suas atividades.
- Sensação de fraqueza, fadiga ou cansaço.
- Coração acelerado mesmo no repouso.
- Edema nas pernas ou acúmulo de líquido no abdômen.

## Diagnóstico

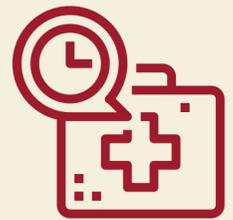
É realizado pelo médico com base na história do paciente, no exame clínico e nos resultados de alguns outros exames (eletrocardiograma, radiografia de tórax, sangue e ecocardiograma).

## Tratamento

O objetivo do tratamento é o controle da doença e de todos os outros problemas de saúde do paciente como hipertensão, diabetes, obesidade, tabagismo, níveis de colesterol e outros.

São indicados hábitos de vida saudável, com orientação sobre alimentação e atividade física, e medicamentos específicos de acordo com o estágio da doença.

É um problema de saúde crônico, ou seja, após o diagnóstico é necessário controle e acompanhamento contínuo.



# QUANDO PROCURAR AJUDA



## USIFAMÍLIA

- Para investigação, na presença de sintomas de falta de ar, inchaço nas pernas, palpitações, cansaço ou fadiga.
- Para acompanhamento regular, se já tem diagnóstico de Insuficiência cardíaca.
- Para reavaliação, se está apresentando sintomas de descompensação (aumento do inchaço, ganho de peso, alteração no controle da pressão, palpitações recorrentes ou piora do cansaço) ou em caso de efeitos colaterais com os medicamentos de uso contínuo.



## PRONTO-SOCORRO

### Na presença de sintomas agudos:

- Dor no peito forte e repentina.
- Falta de ar (dificuldade para respirar) intensa e com piora progressiva.
- Palpitações súbitas.
- Queda da pressão com sensação de tonteira súbita ou desmaio.

# INSUFICIÊNCIA CARDÍACA COMO PREVINIR



- Ter uma alimentação saudável com baixo consumo de sal, açúcar e gorduras e alto consumo de verduras legumes e cereais integrais.
- Praticar atividade física regularmente, no mínimo 150 minutos por semana. E exercícios aeróbicos (caminhada, corrida, natação, ou esportes), além de exercícios resistidos, como musculação, conforme liberação médica.
- Reduzir o consumo de álcool, pois este é potencialmente tóxico ao coração.
- Se você fuma, é muito importante parar de fumar. O tabagismo é um dos fatores que aumenta muito o risco de doenças cardiovasculares e pode ocasionar insuficiência cardíaca.
- Realizar adequadamente o controle de problemas de saúde como hipertensão arterial, diabetes, doença renal, obesidade, alterações do colesterol (dislipidemia), doenças da tireoide, apneia do sono, arritmias e outros.



## Canais de Agendamento:

As consultas podem ser agendadas pelo 0800 283 0040 ou pelo site [www.fsfx.com.br/usisaude](http://www.fsfx.com.br/usisaude)

**É necessário que o paciente possua acesso a internet e informe um e-mail.**

ANS - Nº 33.995-4

U S I S A Ú D E



A N O S

FSFX FUNDAÇÃO  
SÃO FRANCISCO  
XAVIER

  
USISAÚDE