

## Zonas para el manejo de la insuficiencia cardiaca

### Zona verde = sin problemas

#### Su objetivo de peso:

- No tiene dificultad para respirar
- No tiene hinchazón en los pies ni en otra parte
- No tiene dolor en el pecho
- Puede hacer las actividades cotidianas



### Si usted está en zona verde:

- No tiene síntomas
- Siga tomando los medicamentos como le indicaron
- Vaya a todas sus citas
- Coma menos comidas saladas y grasosas
- Pésese todos los días

### Zona amarilla = PRECAUCIÓN

#### Si tiene alguno de estos signos o síntomas:

- Más tos
- Más hinchazón en las piernas o en otra parte
- Más dificultad para respirar cuando hace actividad física o actividades cotidianas
- Dificultad para estar acostado plano en la cama o dormir por la noche

### Si usted está en zona amarilla:

- Si tiene alguno de esos síntomas, llame a su proveedor médico para decirle cómo se siente



### Zona roja = ALERTA MÉDICA

- Tiene problemas para respirar en reposo o cuando no está haciendo actividad física
- Sibilancia, opresión en el pecho o dolor en el pecho
- Sube más de 5 libras en dos días

### Si usted está en zona roja:

- **NECESITA ATENCIÓN DE EMERGENCIA**
- **Llame al 911 y pida una AMBULANCIA**



