



CENTRO DE DIAGNÓSTICO CARDIOVASCULAR

Atención Integral para Enfermedades del Corazón.

Algunas recomendaciones para el Enfermo del Corazón infectado por SARS-Cov-2 (Coronavirus 19)

Autor: Cardiologoenpuebla.com

Los pacientes enfermos por alguna enfermedad en el corazón al infectarse de Coronavirus (causante de la pandemia por actual) presentan un riesgo mayor de desarrollar complicaciones debido a que el virus genera deterioro en su funcionamiento.

Algunas medidas de suma importancia que los pacientes infectados deben acatar para evitar complicaciones son:

A -Continuar con el tratamiento farmacológico establecido por su Cardiólogo (Antihipertensivos, antiagregantes, hipolipemiantes, para el control de la diabetes, etc), de ninguna manera se debe suspender el tratamiento, debido a que podría ser perjudicial para su salud.

B- Si NO existe presencia de síntomas relevantes derivados de su enfermedad, es preciso mantenerse en casa (en la medida de lo posible) y evitar exponerse en lugares públicos para evitar el contagio.

C.-Mantener una alimentación sana, rica en nutrientes, balanceada en porciones adecuadas a cada uno de los grupos de alimentos (verduras, frutas, de origen animal, cereales y tubérculos), tomar abundante agua para una buena hidratación, sustituir refrescos por agua de frutas de temporada. Recuerde que una buena alimentación NO requiere grandes costos, sólo es cuestión de consumir los alimentos que cumplan con el aporte energético necesario a nuestro organismo.

D.-Descanso óptimos; establecer horarios adecuados para el sueño, evitar desvelarse mucho, disminuir el uso de celular o computadora a altas horas de la noche, para conciliar el sueño más fácilmente.

E.- Evitar el ejercicio en parques o centros recreativos. Recuerde que ante la pandemia que estamos viviendo, NO DEBEMOS EXPONER a aquellos que aún no están infectados, ES NUESTRO DEBER CUIDARNOS y acatar las medidas de higiene necesarias. En su lugar pudieran realizarse algunas actividades recreativas en casa, cabe mencionar que la intensidad de las actividades deben ser aprobadas por su cardiólogo en base a su estado de salud cardiovascular.

F.- Generar todas las medidas necesarias para evitar nuevos contagios en la familia.

G.- En caso de presentar malestares de relevancia como

-Deterioro general (falta de apetito, cansancio generalizado)

-Falta de aire o dificultad para respirar.





CENTRO DE DIAGNÓSTICO CARDIOVASCULAR

Atención Integral para Enfermedades del Corazón.

-Fiebre o hipotermia

-Disminución significativa de la concentración de oxígeno en la sangre.

-Agotamiento importante del paciente con actividades cotidianas

-Inflamación de las extremidades

-Dolor en el pecho, palpitaciones, etc.

-Descontrol hipertensivo

Debe solicitar la atención por su Cardiólogo de inmediato, para recibir orientación médica oportuna o acudir a un centro Hospitalario, existen escenarios que necesariamente requerirán tratamiento especializado en un Hospital.

