**ZONAS de manejo de ataques al corazón**

[Inserte el logo de la agencia]

| **ZONA VERDE** | **ZONA AMARILLA** | **ZONA ROJA** |
| --- | --- | --- |
| **Todo en orden (META)*** No le falta el aliento
* No presenta inflamaciones
* No ha subido de peso
	+ - SU peso objetivo es: \_\_\_\_\_\_\_\_\_ libras
* No tiene dolor en el pecho
* Puede realizar actividades normales
 | **Precaución (Cuidado)****Si observa cualquiera de lo siguiente:*** Le falta el aliento al realizar actividad física
* Necesita almohadas adicionales para dormir
* Tose más de lo normal
* Sube 2-3 libras de peso en un día, o 5 libras en una semana
	+ Otros: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
* Inflamación de pies, tobillos o piernas
* Se cansa más de lo normal
 | **Emergencia** * Le falta el aliento todo el tiempo
* Jadea mientras está en reposo
* Debe sentarse para respirar
* Siente dolor u opresión en el pecho que no desaparece
* Gana más de 5 libras en una semana
	+ Otros \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
	+ Inflamación de cara o manos
* Confusión/ansiedad
 |
| **¡Va muy bien!*** Sus síntomas están bajo control
* Acciones:
	+ Tome sus medicinas como se ordenó.
	+ Pésese todos los días
	+ Coma alimentos bajos en sal y sodio
	+ Asista a todas las citas con su médico
 | **¡Actúe hoy mismo!*** Podría tener que cambiar los medicamentos que toma
* Acciones:
	+ Deje de hacer ejercicios vigorosos
* Llame a **su enfermera familiar**

*(número telefónico de la agencia)** O llame a **su médico**

 *(número telefónico de su médico)* | **¡Actúe AHORA!*** Significa que debe visitar a un médico de inmediato
* Acciones:
	+ **Llame a su médico de inmediato**

*(número telefónico de su médico)** **O llame al 911**
 |

*Referencias:* [*AHA*](http://www.heart.org/HEARTORG/Conditions/HeartFailure/WarningSignsforHeartFailure/Warning-Signs-of-Heart-Failure_UCM_002045_Article.jsp)*, 2012;* [*AHA*](http://www.heart.org/HEARTORG/Conditions/HeartFailure/PreventionTreatmentofHeartFailure/Physical-Changes-to-Report-for-Heart-Failure_UCM_306356_Article.jsp)*, 2012;* [*Yancy, et al*](http://circ.ahajournals.org/content/128/16/e240.short?rss=1&amp%3bssource=mfr)*, 2013*

*
Este material fue preparado por el Instituto Médico de Virginia del Oeste, la Organización para la Mejora de la Calidad en apoyo a la Campaña Nacional para Mejorar la Calidad de la Salud en el Hogar, bajo contrato con los Centros de Servicio para Medicare y Medicaid (CMS), una agencia del Departamento de Salud y Servicios Sociales de los Estados Unidos. Los puntos de vista presentados no necesariamente reflejan las políticas de los CMS. No. de publicación: 10SOW-WV-HH-MMD-072114CS.*