**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.*