



¿TIENES MÁS DE 40 AÑOS?

APRENDE A IDENTIFICAR LA AMILOIDOSIS CARDÍACA

La **amiloidosis cardíaca** o **síndrome del corazón rígido**¹ es un trastorno provocado por **depósitos de una proteína anormal (amiloide)** en el tejido cardíaco. Estos depósitos **dificultan el trabajo apropiado del corazón**.¹



Generalmente, esta enfermedad afecta a **personas mayores de 40 años**¹ y es posible que en **ocasiones no se presenten síntomas**.¹

Sin embargo, en **fases avanzadas de la enfermedad**, pueden aparecer los **signos típicos de insuficiencia cardíaca** como:²

- ♥ **Agotamiento y disminución notable de la actividad física.**²
- ♥ **Palpitaciones del corazón.**²
- ♥ **Dificultad para respirar durante la actividad.**²
- ♥ **Hinchazón (edema)** en los tobillos, piernas o abdomen.²
- ♥ **Problemas respiratorios**, especialmente cuando se está acostado.²
- ♥ **Despertarse con frecuencia por la noche para orinar.**²
- ♥ **Hipotensión.**²



¿QUÉ COMPLICACIONES PUEDE PRESENTAR LA CARDIOMIOPATÍA AMILOIDE?¹

- 
- ♥ **Fibrilación auricular o arritmias ventriculares.**¹
 - ♥ **Insuficiencia cardíaca congestiva.**¹
 - ♥ **Acumulación de líquido en el abdomen (ascitis).**¹
 - ♥ **Hipotensión arterial y mareo** debido a la micción excesiva o a raíz de medicamentos.¹
 - ♥ **Síndrome del seno enfermo.**¹
 - ♥ **Enfermedad sintomática del sistema de conducción cardíaco** (arritmias relacionadas con la conducción anormal de impulsos a través del músculo cardíaco).¹



¿CUÁNDO CONSULTAR AL DOCTOR?¹



Consulta a tu **médico si padeces este trastorno** y aparecen **síntomas nuevos**, como los siguientes:¹

- 
- ♥ **Mareo** al cambiar de posición.¹
 - ♥ **Aumento de peso excesivo** (por retención de líquidos).¹
 - ♥ **Pérdida de peso excesiva.**¹
 - ♥ **Episodios de desmayos.**¹
 - ♥ **Problemas respiratorios graves.**¹

CUIDADOS Y ESTILO DE VIDA



La **amiloidosis** **no se puede prevenir** y **no hay forma de evitar su desarrollo**, pero ciertos **hábitos cardiosaludables** pueden ayudarte a **minimizar sus efectos**.²

- ♥ **Come más frutas, verduras, cereales, legumbres y pescado azul.**²
- ♥ **Reduce el consumo de grasas saturadas**, alimentos con alto contenido en coles terol y ácidos grasos trans.²
- ♥ **Disminuye la ingesta de sal** y evita comer alimentos con alto contenido en sal.²
- ♥ **No fumes, el tabaco afecta a las arterias del corazón** y puede agravar tu enfermedad.²
- ♥ **Evita el alcohol y las drogas**, puesto que aumentan el consumo de oxígeno del corazón y agravará tu estado de salud.²
- ♥ **Haz ejercicio de forma regular** durante 15 o 30 minutos todos los días; si sientes alguna molestia, descansa, y si persiste, acude a tu médico.²
- ♥ **Evita siempre la actividad física después de las comidas** o ante temperaturas extremas.²
- ♥ **Descansa siempre si presentas dificultad para respirar, cansancio, sudoración.**²

REFERENCIAS

1. Medline Plus. Amiloidosis cardíaca. Disponible en <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000193.htm> Actualizado junio 25 de 2022. Consultado el 23 de mayo del 2022.
Asociación Española de enfermería en cardiología. Disponible en <https://www.enfermeriaencardiologia.com/amiloidosis-cardiaca/> Consultado el 23 de mayo del 2022.

2. Revisado/aprobado por: Médico Especialista: Dr Gustavo Palomino Ariza Médico Internista y cardiólogo



Esta es una campaña educativa de Pfizer S.A.S. La información aquí presentada es desarrollada con un fin educativo y no se debe utilizar para realizar diagnósticos o tratamientos de ninguna condición médica, ni sustituye la consulta médica.

©Pfizer S.A.S. Todos los derechos reservados – Prohibida su reproducción total o parcial sin autorización del titular. PP-UNP-COL-0184.

Somos Mi Salud Me Mueve, un espacio donde encontrarás información que puede ser útil o de interés para mantener un estilo de vida saludable y conocer sobre diferentes temas de salud en pro del cuidado y el bienestar tuyo y de tu familia. Porque tu salud nos mueve.