



FUNDACIÓN  
VALLE DEL LILI

Excelencia en Salud al servicio de la comunidad

# El rol del cuidador en la **falla cardiaca**

Esta condición puede afectar a las personas de cualquier edad, sin embargo, es **más frecuente en personas mayores de 50 años**, impactando de manera negativa en su calidad de vida y en la de aquellas personas con quienes convive, **especialmente, a su cuidador primario**, quien se encarga de funciones como:

- Promover y reforzar el autocuidado.
- Asegurar la adherencia al tratamiento.
- Identificar signos de alarma y complicaciones.
- Garantizar el bienestar físico y psicológico del paciente.
- Acompañamiento a las citas programadas o proceso de hospitalización.
- Apoyo en la gestión de trámites administrativos.
- Comunicación continua con la Clínica de Falla Cardíaca.





## Como cuidador, es importante tener en cuenta algunos aspectos de bienestar y autocuidado como:



- Apoyo psicológico para expresar las emociones y sentimientos generados durante el proceso.
- Descanso e higiene del sueño: especialmente cuando se trata de cuidar pacientes con limitaciones físicas y mentales.
- Mantener una rutina de ejercicio y alimentación saludable: intentando conservar un horario establecido.
- Se recomienda ser conscientes del cuidado de su propia salud y asistir a controles médicos de rutina.



[www.valledellili.org](http://www.valledellili.org)

Servicio de Cardiología - Clínica de Falla Cardíaca

Tel: (60 2) 331 9090 ext. 7445 Cel: 312 769 2310



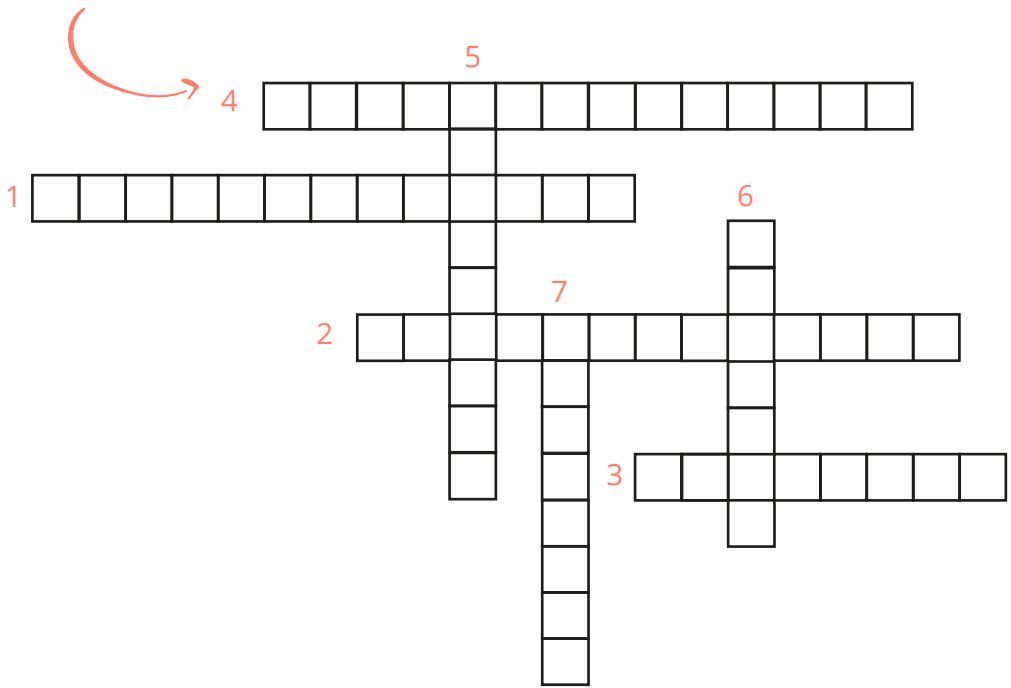
# Actividades educativas

Resuelva la sopa de letras encontrando las siguientes palabras:

- Falla
- Comunicación
- Control
- Cardíaca
- Apoyo
- Bienestar
- Cuidador
- Alimentación
- Familia
- Autocuidado
- Sueño
- Calidad
- Adherencia
- Ejercicio
- Vida

C	O	M	U	N	I	C	A	C	I	O	N	Z	N	S	X	O	Q	N
W	S	E	S	A	H	M	E	A	S	A	P	O	C	G	E	G	A	S
Z	A	F	G	R	E	D	P	K	I	E	I	M	K	B	R	E	U	G
L	H	A	C	R	M	P	R	C	E	C	R	W	Z	B	L	R	T	Z
F	A	M	U	T	L	S	N	U	A	J	R	C	S	A	O	K	O	U
L	Q	I	N	V	K	E	B	T	R	C	E	E	O	F	R	X	C	S
K	I	L	O	U	R	S	N	F	A	G	Q	R	Ñ	A	T	S	U	N
T	R	I	W	E	Y	E	A	S	Z	L	J	I	C	E	N	L	I	B
E	N	A	H	X	M	Y	R	L	C	N	F	N	F	I	O	A	D	P
O	H	D	B	I	L	P	C	N	Y	A	D	I	S	U	C	S	A	Y
F	A	L	L	A	C	A	R	D	I	A	C	A	U	L	C	I	D	K
O	E	A	S	Q	N	U	I	O	N	E	W	P	X	O	S	Y	O	I
Q	B	R	V	U	M	D	I	L	Y	I	L	O	B	O	X	R	N	V
A	N	N	R	S	A	M	N	D	G	A	G	Y	R	L	I	Q	U	O
S	L	B	S	V	O	D	A	B	A	X	Y	O	H	S	O	E	Z	S
P	F	D	N	T	A	E	Y	R	G	D	I	N	K	G	H	O	A	Z
O	H	P	J	D	W	A	V	E	O	U	O	M	Q	V	S	D	G	W
S	V	B	I	E	N	E	S	T	A	R	H	R	D	T	I	M	S	K
J	K	L	S	M	G	A	W	A	I	M	A	G	T	V	U	S	Q	B
Q	A	I	Y	I	L	G	B	S	U	E	Ñ	O	G	T	A	O	X	F
C	T	V	E	J	A	Z	A	L	X	I	R	S	W	J	H	V	E	G

# Resuelva el crucigrama:



## Horizontales:

- 1 Afección de salud que se presenta con más frecuencia en los mayores de 50 años.
- 2 Esta, puede ser impactada de manera negativa en las personas con las que convive el paciente.
- 3 Persona que se encarga de los cuidados, vigilancia y apoyo en trámites administrativos del paciente con falla cardíaca.
- 4 Es una de las funciones del cuidador durante el proceso de citas de control.

## Verticales:

- 5 El cuidador necesita de este apoyo para expresar emociones y sentimientos.
- 6 Un elemento de los hábitos saludables que deben mantenerse.
- 7 Un aspecto que debe vigilarse especialmente cuando se cuida a pacientes con limitaciones físicas.