

Heart Failure

Get the Facts

The Facts

Because we have an aging population, heart failure is becoming more common and heart failure is the only cardiovascular condition that is increasing in the United States. About 5 million Americans have this condition, and about 550,000 new cases arise in the U.S. each year, according to the American Heart Association.

What Is Heart Failure?

Heart failure, also called congestive heart failure, is a condition in which the heart cannot pump enough blood to meet the needs of your body's other organs. Although the term "heart failure" makes it sound like a sudden occurrence, heart function usually gets worse gradually, over several years.

Who Is At Risk?

Risk factors include:

- Coronary artery disease (fatty deposits in the coronary arteries that slow or block blood flow to the heart)
- Diabetes
- High blood pressure (greater than 140 mmHg systolic pressure or 90 mmHg diastolic pressure)
- Smoking
- Being overweight (a Body Mass Index higher than 25)
- High levels of triglycerides (more than 200 mg/dL) and "bad" (LDL) cholesterol (more than 100 to 160 mg/dL, depending on other risk factors)
- Low levels of "good" (HDL) cholesterol (less than 40 mg/dL)

- Excessive alcohol consumption (more than one drink per day for women or two drinks per day for men)
- Previous heart attack
- Family history of heart failure
- Diseased heart muscle or heart valves

What Can I Do?

- Don't smoke and avoid exposure to secondhand smoke
- Aim for a healthy weight (a Body Mass Index lower than 25)
- Reduce the amount of fat and salt in your diet
- Be physically active each day for 30 to 60 minutes
- Limit alcohol consumption—one drink per day for women and two for men
- Lower high blood pressure, with medication if necessary
- Control your diabetes

Why Choose UVA for Heart Failure Treatment?

Heart failure patients receive customized care through UVA's Heart Failure Program, which includes cardiologists who specialize in heart failure, cardiovascular surgeons, nurse practitioners, cardiac rehabilitation specialists, dietitians and social workers.

UVA has been named one of America's top 50 hospitals for heart care and heart surgery by *U.S. News & World Report*. UVA also has the only accredited Chest Pain Center in the region to assess and treat heart attacks.

For more information call 434-982-0808.

Insuficiencia Cardíaca

Infórmese

Datos

Como el número de personas de edad avanzada está aumentando, la insuficiencia cardíaca se está volviendo más común. Es la única enfermedad cardiovascular en aumento en los Estados Unidos. La padecen aproximadamente 5 millones de personas y cada año surgen aproximadamente 550.000 casos nuevos en el país, según la American Heart Association (Asociación Estadounidense para el Corazón).

¿Qué es la Insuficiencia Cardíaca?

La insuficiencia cardíaca, también llamada insuficiencia cardíaca congestiva, es una enfermedad en la que el corazón no puede bombear suficiente sangre como para satisfacer las necesidades de los demás órganos del cuerpo. Aunque el término “insuficiencia cardíaca” da la impresión de que es algo que ocurre en forma repentina, el funcionamiento del corazón por lo general empeora gradualmente, en el transcurso de varios años.

¿Quiénes Corren Riesgo?

Algunos de los factores de riesgo son los siguientes:

- Enfermedad coronaria (depósitos grasos en las arterias coronarias que dificultan o bloquean la circulación de la sangre al músculo cardíaco)
- Diabetes
- Presión arterial alta o hipertensión (presión sistólica por encima de 140 mmHg o presión diastólica por encima de 90 mmHg)
- Fumar
- Sobrepeso (índice de masa corporal por encima de 25)
- Niveles altos de triglicéridos (más de 200 mg/dl) y de colesterol “malo” o LDL (más de 100 a 160 mg/dl, dependiendo de otros factores de riesgo)
- Niveles bajos de colesterol “bueno” o HDL (menos de 40 mg/dl)
- Consumo excesivo de alcohol (más de una bebida por día para las mujeres y dos para los hombres)

- Haber tenido un ataque al corazón
- Antecedentes familiares de insuficiencia cardíaca
- Enfermedad del músculo o las válvulas del corazón

¿Qué Puedo Hacer?

- No fume y evite la exposición al humo de otros fumadores
- Intente mantener un peso saludable (índice de masa corporal por debajo de 25)
- Reduzca la cantidad de grasa y sal en su dieta
- Haga actividad física todos los días durante 30 a 60 minutos
- Límite el consumo de alcohol: una bebida por día para las mujeres y dos para los hombres
- Controle su presión arterial, si fuera necesario, con medicación
- Controle su diabetes

¿Por Qué Elegir a la UVA Para el Tratamiento de la Insuficiencia Cardíaca?

Los pacientes reciben un cuidado personalizado a través del Programa de Insuficiencia Cardíaca de la UVA, que cuenta con cardiólogos especializados en insuficiencia cardíaca, cirujanos cardiovasculares, enfermeras especializadas, especialistas en rehabilitación cardíaca, nutricionistas y asistentes sociales.

U.S. News & World Report ha nombrado a la UVA como uno de los 50 mejores hospitales de los Estados Unidos para servicios de atención médica y cirugía cardíaca. La UVA tiene además el único Centro de Dolor de Pecho acreditado de la región para la evaluación y el tratamiento de ataques al corazón.

Para más información, llame al 434-982-0808.