

Nombre _____

Fecha: _____

Cada día:

Pésese en la mañana Tome sus medicamentos Contenido de sal Consuma alimentos

Banderas verde: **Todo en orden**



- Si:
- ✓ No presenta falta de aire
 - ✓ Aumento de peso inferior a dos libras (aunque algunos días sea de 1 a 2 libras)
 - ✓ Ausencia de hinchazón en los pies, los tobillos, las piernas o el estómago
 - ✓ Ausencia de dolor de pecho
 - ✓ Puede realizar actividades habituales
- Lo que ello podría indicar:
- ✓ Sus síntomas están bajo control
 - ✓ Continúe tomando sus medicamentos según lo prescrito
 - ✓ Siga hábitos alimenticios saludables
 - ✓ No deje de asistir a sus citas médicas

Banderas amarillas: **Precaución**



- Si experimenta cualquiera de los siguientes:
- ✓ Aumento de peso de dos o más libras en un día o de 3 a 5 libras en una semana
 - ✓ Mayor falta de aire
 - ✓ Mayor hinchazón en los pies, los tobillos, las piernas o el estómago
 - ✓ Mareos
 - ✓ Fatiga o falta de energía
 - ✓ Tos seca y persistente
 - ✓ Sensación de inquietud; sabe que algo no anda bien Dificultad para respirar al recostarse o duerme sentado con almohadas adicionales
 - ✓ Dificultad para respirar al recostarse o duerme sentado con almohadas adicionales
 - ✓ Dolor u opresión en el pecho, nuevo o frecuente
- Lo que ello podría indicar:
- Sus síntomas podrían indicar que necesita ajustar sus medicamentos
- Llame a su médico, enfermero o asistencia domiciliar de enfermería.
- Nombre: _____
- Número: _____
- Instrucciones: _____
- Nombre del cardiólogo: _____
- Número: _____
- Instrucciones: _____
- Si observa una Bandera amarilla, trabaje conjuntamente con su equipo de atención médica**