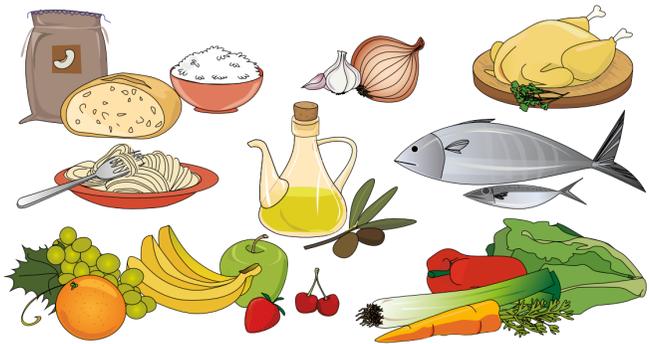
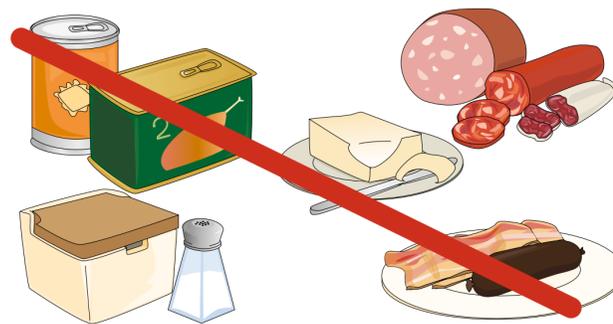


# ¿QUÉ PUEDO HACER PARA MANTENER LA INSUFICIENCIA CARDÍACA CONTROLADA?



Tome una dieta variada, vigilando la sal y el exceso de líquidos



Consuma más alimentos ricos en fibra y menos grasas

Realice ejercicio físico: pregunte a su médico cómo hacerlo



Siga de cerca su peso, tensión y pulso ¡Es importante!

Trate de llevar un estilo de vida saludable. Evite el tabaco y limite el consumo de alcohol

