



→ **3 MESES, 4 ESPECIALISTAS JUNTO AL PACIENTE Y SU FAMILIA:**

El PICA consiste en la tarea coordinada de un equipo de cardiólogos, enfermeros especializados, nutricionistas y kinesiólogos, especializados en insuficiencia cardíaca, que brindan seguimiento a los pacientes a través de una serie de consultas periódicas durante 3 meses a las que se suma:

- Un programa de educación al paciente.
- Una guía de pautas para el manejo de la descompensación y un intensivo seguimiento telefónico.
- Un programa de nutrición.
- Un programa de rehabilitación física.

→ **CONSULTA CON MÉDICO ESPECIALISTA:**

**CONSULTA INICIAL:**

Se evalúa al paciente, se solicitan estudios correspondientes, y se comentan la estructura y objetivos del programa. Se explican signos de alarma ante la descompensación. Se deriva a los demás integrantes del programa.

**CONSULTA A LOS 7 y 45 DÍAS:**

Seguimiento del paciente, progreso y efectividad dentro del programa, adherencia a las prácticas empleadas.

**CONSULTA A LOS 90 DÍAS:**

Al finalizar el programa, se evalúa si se han cumplido los objetivos del programa, si el paciente ha adherido a las medidas empleadas.



## → CONSULTA CON ENFERMERO ESPECIALIZADO:

### **CONSULTA INICIAL:**

Se realiza una evaluación inicial completa del paciente en base a sus necesidades básicas: control de peso y signos vitales, relevamiento de estilo de vida y adherencia al tratamiento.

### **SEGUNDA CONSULTA:**

Se entrega la guía del programa y se explica el tratamiento, toma de medicación, medidas no farmacológicas (peso diario, diuresis, etc.), signos de alarma ante la descompensación.

### **CONSULTA A LOS 45 DÍAS:**

Se evalúa el progreso dentro del programa, adherencia al tratamiento. Se estimula al paciente para el cumplimiento del tratamiento. Se refuerzan conceptos y se recolectan datos.

### **CONSULTA A LOS 90 DÍAS:**

Consulta final. Se evalúa el resultado del programa. Durante todo el programa el enfermero mantendrá un contacto telefónico semanal para evaluar síntomas, adherencia al tratamiento y eventuales complicaciones, además de planificar una intervención en caso de que sea necesario por parte del médico o de la enfermera.

## → CONSULTA CON NUTRICIONISTA:

### **CONSULTA INICIAL:**

Evaluación nutricional, registro de ingesta alimentaria, diagnóstico nutricional, confección de plan alimentario personalizado. El plan alimentario se confecciona con detalle de alimentos, su selección y cantidades, frecuencia de consumo, recetas y menús, planillas de distribución. Se presenta en forma de cuadernillo en carpeta nutricional.

### **SEGUNDA CONSULTA A LOS 3 DÍAS DE LA INICIAL:**

Entrega del cuadernillo. Explicación y evacuación de dudas del paciente y/o familiares. Control de peso.

### **CONSULTA DE CONTROL (A LOS 30, 60 Y 90 DÍAS):**

Control de la ingesta, control de peso, cambios en la dieta.





### → PLAN DE REHABILITACIÓN:

Como parte del programa se establece un plan de rehabilitación a cargo de kinesiólogos, que se desarrolla en el gimnasio de la institución.

Se trata de un plan que busca progresivamente ayudar al paciente a recuperar las actividades físicas, aumentar su seguridad, prevenir el desacondicionamiento, mejorar sus síntomas, incrementar su capacidad de ejercicio y colaborar con su reinserción social.

Se programa un total de 3 sesiones por semana, comprendiendo un total de 36 sesiones de al menos 30 minutos durante los 3 meses.

### → PROGRAMA EDUCATIVO:

Las actividades de tipo educativo tienen como finalidad mejorar el conocimiento de la enfermedad, aumentar la adherencia al tratamiento y fomentar que el paciente realice las medidas aconsejables de autoevaluación y control, así como la aceptación de las modificaciones en el estilo de vida. El paciente y la familia aprenderán que el control de la enfermedad incluye cambios que se refieren a:

- Hábitos y estilo de vida.
- Alimentación.
- Ejercicio físico.
- Tratamiento farmacológico.



### ¿Cómo seguir adelante luego de un evento cardíaco?

Es la pregunta que se hacen todos los pacientes y sus familiares. Por eso, en ICR, desarrollamos un programa integral para acompañar a nuestros pacientes una vez que obtienen el alta médica de una internación por insuficiencia cardíaca.

#### COORDINACIÓN:

Dr. Juan Pablo Escalante  
Enf. Flavia Yaccuzzi  
Enf. Valeria Chavasa  
Lic. Antonela  
Lic. Martín Managó

#### TURNOS AL:

(0341) 155 593898  
(0341) 420 3040/50/90  
Urquiza 2240  
[www.icronline.com.ar](http://www.icronline.com.ar)