

para mais informações, contacte a
unidade de insuficiência cardíaca:
tln.: 967 075 798



centro hospitalar de
trás-os-montes e alto douro

avenida noruega
lordelo
5000 508 vila real

www.chtmad.com
admin@chtmad.min-saude.pt

tel. 259 300 500
fax 259 300 503



o seu guia para a insuficiência cardíaca

dieta: potássio

PANF.CHTMAD.nº134.00
23.09.2022

o que devo saber?

as medicações usadas no tratamento da insuficiência cardíaca podem afetar os níveis de potássio no seu corpo.

os valores demasiadamente baixos ou altos de potássio podem provocar efeitos adversos graves, nomeadamente arritmias potencialmente fatais.

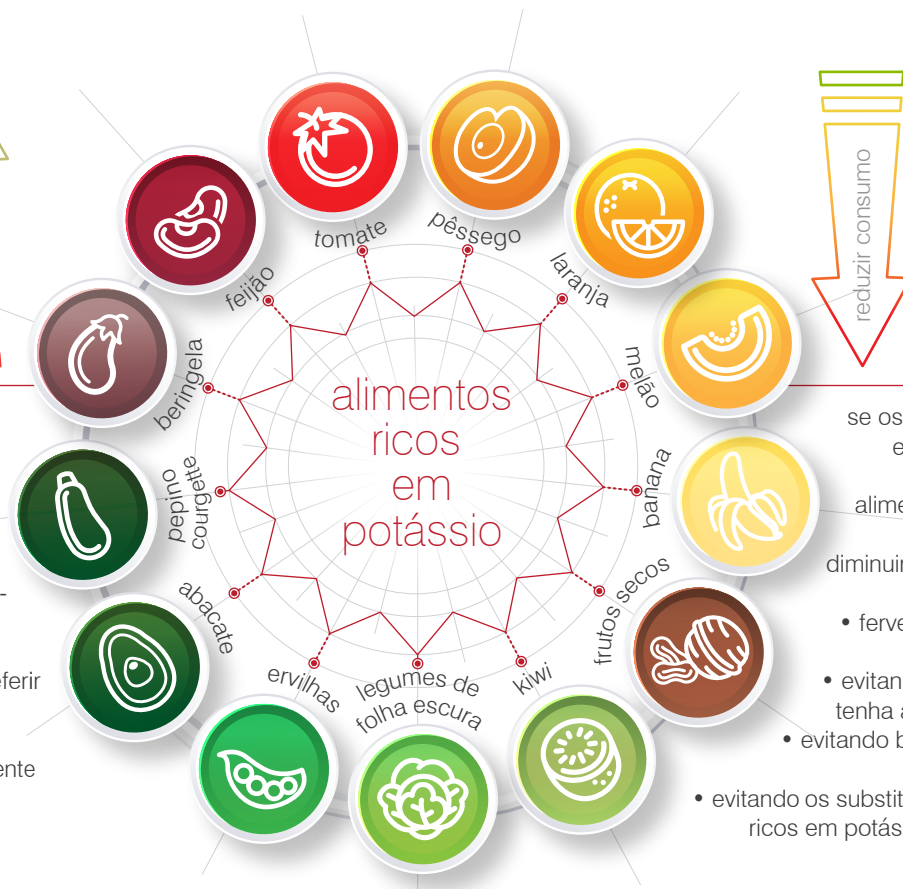
é por isso necessário conhecer as fontes de potássio na dieta para ajudar a regular os níveis de potássio.

hipocalemia

se os níveis de potássio estão baixos é preciso aumentar o consumo de alimentos ricos em potássio, de acordo com as recomendações do seu médico.

lembre-se que muitos dos medicamentos usados na insuficiência cardíaca aumentam os níveis de potássio - o seu médico pode preferir aumentar a sua dosagem.

se o ajuste da dieta não for suficiente pode realizar suplementação de potássio com comprimidos.



hipercalemia

se os seus níveis de potássio estão elevados é preciso reduzir o consumo de alimentos ricos em potássio.

diminuir a ingestão de potássio:

- fervendo ou demolhando os vegetais e frutos;
- evitando alimentos cujo rótulo tenha a indicação/símbolo kcl;
- evitando bebidas desportivas pois são ricas em potássio;
- evitando os substitutos de sal também são ricos em potássio (exemplo bonsalt®).