



## Arritmias cardíacas

### Serie de Educación de Paciente MU

#### Definición:

Una arritmia es un latido o pulso anormal del corazón. Con esta condición, los impulsos eléctricos que coordinan los latidos del corazón no funcionan correctamente. Este mal funcionamiento hace que los latidos sean demasiado rápidos, demasiado lentos o irregulares. Algunas arritmias cardíacas no son visibles, mientras que otras causan corazón palpitante y mareos. Con el cuidado y tratamiento adecuados, las arritmias cardíacas pueden ser controladas e incluso abolidas.

#### CAUSAS:

Cuando el corazón late, se disparan impulsos eléctricos. Estos impulsos son monitoreados y controlados por un marcapasos natural que se encuentra en sus senos. Este marcapasos natural se llama el nodo SA (nodo sinatorial). Una arritmia cardíaca ocurre cuando este marcapasos natural desarrolla un ritmo anormal, está bloqueado o interrumpido, u otra parte de su corazón intenta hacerse con el papel de marcapasos. Cuando ocurre alguno de estos eventos, el corazón comienza a adquirir un latido irregular. En corazones normales y sanos, por lo general hay entre 60 y 100 latidos por minuto. Las personas con arritmias a menudo tienen corazones que laten a más de 100 latidos por minuto, o por debajo de 60 latidos por minuto. Los eventos que provocan arritmias cardíacas pueden ser desencadenados por una serie de factores. Algunos de estos factores incluyen:

- Abuso de sustancias
- Diabetes
- Hipertensión
- Fumar
- Enfermedades de las arterias coronarias que bloquean los vasos sanguíneos que llevan sangre y oxígeno al corazón
- Cambios en la estructura del corazón
- Estrés
- Suplementos dietéticos y tratamientos a base de hierbas
- Varios medicamentos
- Nódulo sinusal poco saludable
- Obstrucción de las vías de conducción eléctrica



#### ¿QUIÉN ESTÁ EN ALTO RIESGO DE ARRITMIAS CARDIACAS?

Hay ciertos factores que hacen que algunas personas sean más propensas a la adquisición de arritmias cardíacas. Algunos de estos factores incluyen:

- Enfermedades de las arterias coronarias
- Otras enfermedades del corazón
- Abuso de sustancias
- Problemas de tiroides
- Hipertensión
- Tener sobrepeso u obesidad
- Diabetes
- Vejez
- Uso de cafeína o nicotina
- Apnea del sueño

La mayoría de estos factores pueden controlarse e incluso evitarse o eliminarse por completo. ¡Si usted gestiona sus factores de riesgo y mantiene un estilo de vida saludable, estará en camino a evitar la irregularidad en los latidos de su corazón!

#### SIGNOS / SÍNTOMAS:

Los síntomas de una arritmia cardíaca pueden variar en gran medida. Es posible que sienta un ligero aleteo en el pecho o en el cuello, un solo latido cardíaco saltado, o incluso puede no sentir nada en absoluto. Si la arritmia perdura lo suficiente como para interferir con el patrón normal de su corazón, puede ser difícil dispersar la sangre por el cuerpo. Cuando esto ocurre, pueden aparecer los siguientes síntomas:

- Agotamiento
- Aleteo en el pecho
- Dolor de pecho
- Falta de aliento / dificultad para respirar
- Vahído
- Mareo
- Desmayo
- Pulso lento
- Pulso rápido

Independientemente de la gravedad de su caso de arritmia, estos síntomas pueden aparecer o no. Puede sentir todos los síntomas, o puede sentir nada en absoluto. ¡Asegúrese de estar alerta! La mayoría de casos de arritmias son inofensivos, pero algunas son muy peligrosos y requieren tratamiento y atención inmediatos. ¡Es

esencial mantenerse activo y hacer preguntas! ¡Preste atención a su corazón y sus síntomas, y asegúrese de mantener informado a su médico!

### DIAGNÓSTICO / PRUEBAS:

Si está experimentando cualquiera de los síntomas antes mencionados, llame a su proveedor de atención de salud. Cuanto antes descubra una arritmia cardíaca, mejor. Si se detecta a tiempo, es más probable que experimente una recuperación rápida y eficaz. Cuando vea a su médico, asegúrese de ser lo más sincero posible al responder las preguntas. Mientras más honesto sea, mejor diagnóstico y tratamiento recibirá. Después de un examen físico normal, su médico probablemente realizará una serie de pruebas de diagnóstico. Estas pueden incluir:

- Una prueba que controla los impulsos eléctricos del corazón (electrocardiograma, ECG)
- Una prueba que controla la actividad de su corazón durante un periodo de 24 horas (monitor Holter®)
- Una tomografía computarizada o una resonancia magnética para observar imágenes del corazón
- Se utiliza una prueba de esfuerzo para observar la frecuencia cardíaca cuando el corazón está trabajando
- Una prueba de mesa basculante
- Una prueba de que sigue el sistema eléctrico del corazón (estudios electrofisiológicos)

Su médico de cabecera puede sugerirle visitar a un especialista del corazón, llamado cardiólogo. Los cardiólogos se especializan en enfermedades tales como las arritmias cardíacas. Ellos pueden localizar con más facilidad el problema.

### TRATAMIENTO / CUIDADO:

A menudo, no se requiere tratamiento para las arritmias cardíacas. A veces, un estilo de vida saludable es la única modificación necesaria para evitar problemas en el corazón. En algunos casos, la condición y sus síntomas son lo suficientemente graves como para requerir un tratamiento más exhaustivo. Algunos métodos de tratamiento incluyen:

- Un marcapasos para regular los latidos del corazón
- Medicamentos para controlar y prevenir las arritmias
- Cirugía
- Medicamentos que reduzcan la probabilidad de formación de coágulos sanguíneos y accidentes cerebrovasculares (anticoagulantes)
- Terapia de ablación que inserta catéteres en el corazón
- Desfibrilador cardioversor implantable (ICD) para controlar el pulso acelerado o tembloroso



- Medicamentos para el tratamiento de condiciones tales como hipertensión, colesterol alto e insuficiencia cardíaca

Es esencial que, independientemente de su forma de tratamiento, usted siga su plan de atención exactamente.

#### PREVENCIÓN:

La clave para prevenir y controlar una arritmia cardíaca es vivir un estilo de vida saludable para el corazón. Algunos de los aspectos fundamentales de una vida saludable para el corazón incluyen:

- Mantener una dieta saludable
- Mantener un peso saludable
- Dejar de fumar
- Evitar el abuso de sustancias
- Limitar el consumo de cafeína
- Controlar la presión arterial y niveles de colesterol
- Mantenerse físicamente activo
- Encontrar maneras de reducir la cantidad de estrés en su vida

Estas sugerencias saludables para el corazón no sólo mantendrán su corazón lo más saludable posible, sino a todo su cuerpo saludable. El seguir este plan bastante sencillo ayudará a mantener un corazón sano y ayudará a prevenir arritmias cardíacas.

#### LLAME A SU PROFESIONAL DE ATENCIÓN DE SALUD SI:

¡Recuerde que los síntomas de las arritmias del corazón no siempre son claros! Es fundamental estar alerta y prestar atención a su corazón y su cuerpo y alertar a su médico de cualquier cambio. Es muy importante que si siente alguno de los siguientes síntomas llame a su médico de inmediato:

- Dificultad para respirar
- Sibilancia
- Debilidad
- Agotamiento
- Desmayo o sensación de desmayo
- Vahído
- Dolor o malestar en el pecho
- Mareo

#### **EXENCIÓN DE RESPONSABILIDAD:**

***Medline no practica la medicina, y ninguna información presentada en este sitio web es un consejo médico o pretende sustituir el consejo de un médico. Toda la información en este sitio web acerca de las condiciones médicas proviene de fuentes de acceso público.***