



LATIDO
CARDIACO
IRREGULAR
MAREO
PALPITACIONES
DIFICULTAD
PARA RESPIRAR

No añada el **ICTUS** a esta lista.

Una guía para concienciar a las personas sobre
la fibrilación auricular y el riesgo de **ictus**.

¿QUÉ ES LA FIBRILACIÓN AURICULAR?

¿Sabía que la fibrilación auricular es la anomalía del ritmo cardíaco más frecuente en adultos en todo el mundo? Afecta a más de nueve millones de personas sólo en Europa y Estados Unidos.

En esencia, esta enfermedad puede manifestarse con latidos rápidos de su corazón, palpitaciones, latidos irregulares...

- ♥ Los latidos de su corazón son controlados por señales eléctricas que se propagan por el corazón, provocando su contracción y una acción de bombeo.
- ♥ En el corazón que late correctamente, las cavidades superiores (las aurículas) se contraen y envían la sangre a las cavidades inferiores (los ventrículos). A continuación se contraen los ventrículos y bombean la sangre a los pulmones y al resto del organismo.
- ♥ Pero en la fibrilación auricular, las señales eléctricas de sus aurículas no se transmiten correctamente y provocan temblor (o fibrilación) de las mismas.
- ♥ Esto significa que la sangre no es bombeada correctamente de las aurículas a los ventrículos, pueden quedar restos de sangre en las aurículas y formarse coágulos.
- ♥ Estos coágulos tienen el riesgo de desprenderse y llegar al cerebro provocando un **ictus** por falta de riego sanguíneo.

La fibrilación auricular impide que su corazón funcione correctamente y puede provocar coágulos que lleguen al cerebro

FACTORES DE RIESGO DE PADECER FIBRILACIÓN AURICULAR

A medida que se vaya haciendo mayor tendrá cada vez más probabilidades de presentar una fibrilación auricular (aproximadamente 1 de cada 4 personas de más de 40 años desarrolla esta enfermedad). Sin embargo, es más frecuente en personas con enfermedades cardíacas o enfermedades sistémicas que afectan al corazón como la insuficiencia cardíaca o la hipertensión.

También es cierto que en algunos casos de fibrilación auricular no existe una causa determinada o las causas son desconocidas. Sin embargo, se sabe que algunas enfermedades y determinados factores pueden desencadenar una fibrilación auricular, como por ejemplo:

- ♥ Hipertensión arterial
- ♥ Diabetes
- ♥ Insuficiencia cardíaca
- ♥ Envejecimiento
- ♥ Hiperfunción de la glándula tiroides
- ♥ Alcoholismo o consumo ocasional de grandes cantidades de alcohol

Es importante que detecte estas causas y tome medidas para contrarrestarlas como disminuir el consumo de alcohol y de café, y controlar los factores de riesgo cardiovascular como la hipertensión y la diabetes.

Es importante controlar los factores de riesgo

EL CONTROL DE LOS SÍNTOMAS

Muchas personas con fibrilación auricular no presentan síntomas, sobre todo si su ritmo cardíaco no es excesivamente rápido. Sin embargo, los síntomas más probables son:

- ♥ Palpitaciones
- ♥ Mareo
- ♥ Dolor en el pecho
- ♥ Dificultad respiratoria

Un dato importante: no todas las personas tienen los mismos síntomas. ¿Quizás tiene la sensación de padecerlos a diario? ¿O quizás sólo le afectan de vez en cuando o puede ser que apenas tenga síntomas?

Sea como sea es importante informar a su médico, y si ya está en tratamiento por fibrilación auricular, debe seguir tomando su tratamiento y controlando su enfermedad de acuerdo con las instrucciones que le ha dado el médico.

Es importante saber reconocer los síntomas de la fibrilación auricular

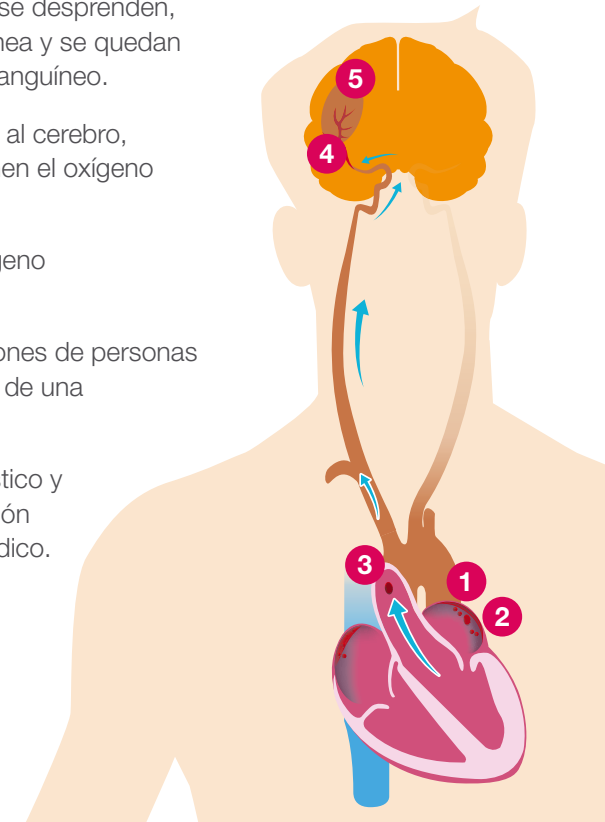
¿POR QUÉ TIENE UN RIESGO MÁS ALTO DE ICTUS?

La fibrilación auricular aumenta el riesgo de padecer un **ictus**. La explicación es la siguiente:

- 1 Se forman acúmulos de sangre en su corazón debido a que las aurículas no se contraen correctamente.
- 2 Esta sangre se agrega en las aurículas y forma coágulos.
- 3 Algunas veces estos coágulos se desprenden, viajan por la circulación sanguínea y se quedan atrapados obstruyendo el riego sanguíneo.
- 4 Si impiden que la sangre llegue al cerebro, las células cerebrales no obtienen el oxígeno que necesitan para sobrevivir.
- 5 Si su cerebro se queda sin oxígeno usted sufre un **ictus**.

¿Sabía que cada año hasta tres millones de personas sufren un **ictus** como consecuencia de una fibrilación auricular?

Por ello es tan importante el diagnóstico y que los pacientes tomen la medicación siguiendo las indicaciones de su médico. Es la forma más eficaz de prevenir el riesgo de **ictus**.



La fibrilación auricular aumenta el riesgo de sufrir un ictus

¿CÓMO ACTÚA SU TRATAMIENTO?

El médico dispone de diversos tratamientos para tratar su fibrilación auricular. Estos incluyen:

Tratamiento para controlar la frecuencia cardíaca

Es el tratamiento adecuado para personas con fibrilación auricular y una frecuencia cardíaca alta, ya que la normaliza. Así mismo puede ayudar a reducir los mareos.

Tratamiento para controlar el ritmo

Es posible que le propongan someterse a un tratamiento para controlar el ritmo (o cardioversión eléctrica/farmacológica). Se trata de aplicar una descarga eléctrica o de administrar una medicación especial (antiarrítmica) para que su corazón recupere el ritmo normal.

Tratamiento anticoagulante para prevenir el ictus

El tratamiento antitrombótico disminuye la capacidad de la sangre para coagularse e impide la formación de coágulos sanguíneos con lo que disminuye el riesgo de ictus. Se prescribe a personas con un riesgo moderado o alto de sufrir un ictus.

Existen diferentes tipos de tratamiento para la fibrilación auricular

CONVIVIR CON LA FIBRILACIÓN AURICULAR

¿Cómo le puede afectar?

La fibrilación auricular le puede generar preocupación respecto a su futuro y calidad de vida, sobre todo si sus síntomas empeoran y afectan a su capacidad para realizar actividades diarias sencillas.

De modo que los sentimientos de preocupación e intranquilidad son reacciones absolutamente normales. Si siente este tipo de emociones es importante que se lo explique a su médico. El médico puede ayudarle a recuperar la tranquilidad y le enseñará cómo manejar estas emociones.

IMPACTOS ADICIONALES

Ictus – una amenaza preocupante

Algunas personas cuando notan los síntomas de la fibrilación auricular suponen erróneamente que están a punto de tener un ataque al corazón.


Pero la auténtica amenaza de la fibrilación auricular es el ictus. De ahí que sea tan importante que acuda regularmente al médico y tome la medicación según las instrucciones recibidas.

Cómo puede afectar la fibrilación auricular a las personas de su entorno

A otras personas les puede resultar difícil entender qué es padecer una fibrilación auricular, más aún por el hecho de que los síntomas no siempre se manifiestan de forma perceptible.

De modo que es posible que sus compañeros, familiares o amigos no sean conscientes del impacto que tiene la enfermedad en su vida diaria. Por esto, usted puede tener la sensación de que ni les preocupa su malestar ni le dan el apoyo que necesita.

También es posible que le preocupe que otras personas piensen que está exagerando los síntomas. Tenga en cuenta que cuánto mejor sepa explicar lo que le pasa, más fácil será que las personas de su entorno comprendan su enfermedad.



La fibrilación auricular puede afectarle a usted y a las personas que le rodean

REDUZCA SU RIESGO DE ICTUS... DISFRUTE DE LA VIDA

La regla de oro para convivir con la fibrilación auricular es:

controle su fibrilación auricular, reduzca su riesgo de ictus.

La aplicación de estas sencillas medidas le ayudará a controlar su enfermedad y le facilitará la convivencia con la fibrilación auricular:

- ♥ Aprenda a reconocer los síntomas de la fibrilación auricular (véase página 4).
- ♥ Infórmese sobre las causas de la fibrilación auricular.
- ♥ Asegúrese de hacer todo lo posible para evitar los desencadenantes de la fibrilación auricular (véase página 3).
- ♥ Explíquelo a amigos o a familiares si alguna vez está preocupado o se encuentra mal.
- ♥ Hable regularmente con su médico para asegurarse que su tratamiento minimiza el riesgo de **ictus**.
- ♥ Tome la medicación según las instrucciones de su médico aunque se encuentre totalmente bien.

Controle su fibrilación auricular... reduzca su riesgo de ictus

Si desea más información sobre la fibrilación auricular y el ictus,
puede consultar en www.alcorazondelictus.com

