

Fibrilación auricular

¿Qué es la fibrilación auricular (fib-A)?

La fibrilación auricular (también llamada FA o fib-a) es un ritmo cardíaco anormal que puede hacer que se formen coágulos de sangre en el corazón.

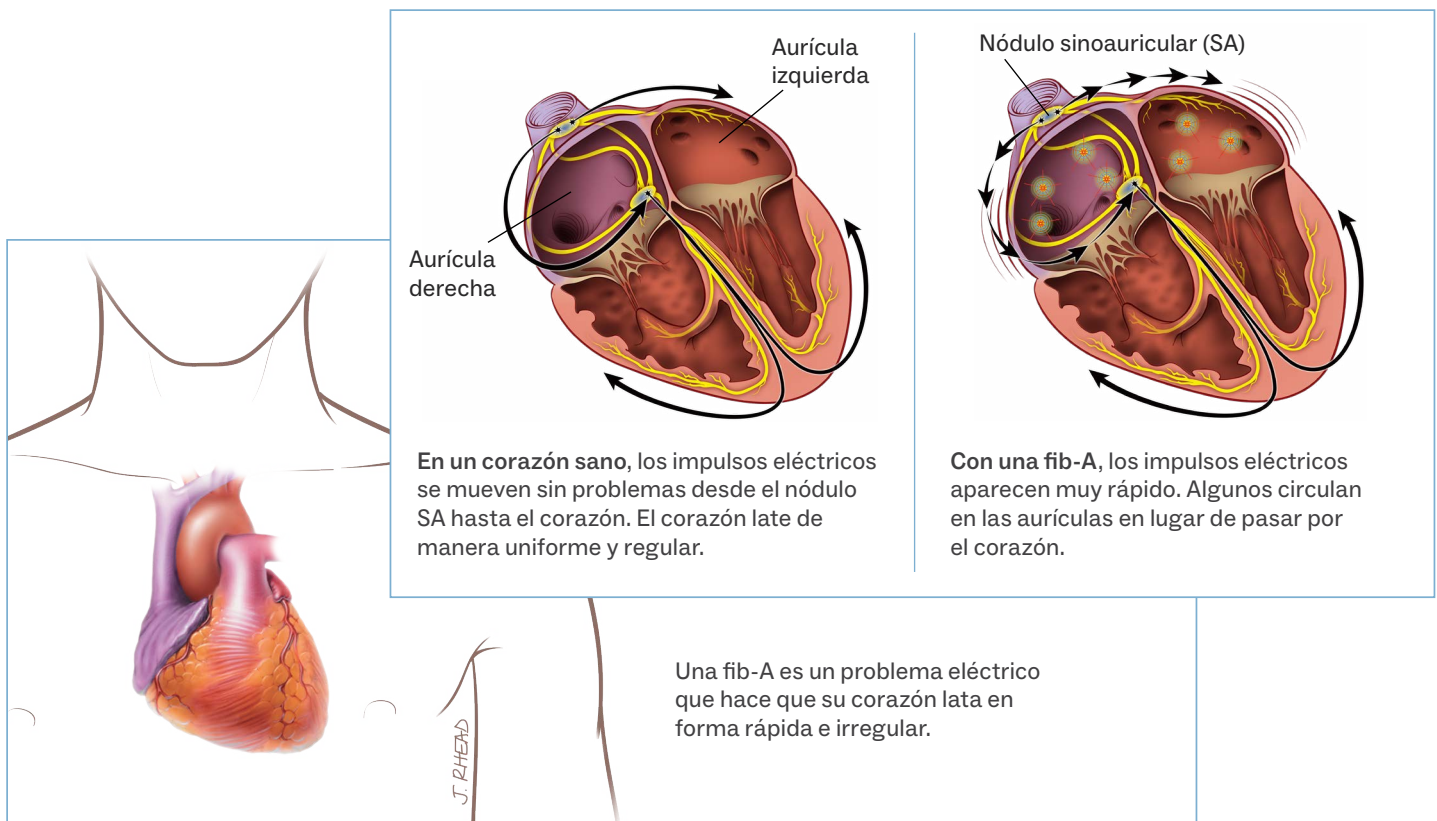
Un corazón normal late en forma regular e uniforme alrededor de 60 a 100 veces por minuto. Con una fib-A, los impulsos eléctricos se mueven por el corazón muy rápido e irregularmente, produciendo un latido cardíaco irregular o rápido. (Vea la ilustración a continuación).

Una fib-A puede aparecer y desaparecer. Sus latidos cardíacos pueden volver a la normalidad después de unos minutos a unas horas, o pueden continuar. Si no se trata, la fib-a puede aumentar su riesgo de contraer condiciones médicas graves, incluso otros problemas de ritmo cardíaco, insuficiencia cardíaca y accidente cerebrovascular.

¿Cuáles son las causas de una fib-A?

En algunos casos, la causa no se puede identificar. Algunas de las condiciones que pueden aumentar su riesgo de fib-A incluyen:

- Presión arterial alta
- Apnea del sueño obstructiva
- Obesidad
- Insuficiencia cardíaca
- Un ataque al corazón causado por enfermedad arterial coronaria
- Edad. Es más común en las personas mayores de 60 años
- Enfermedad de las válvulas cardíacas
- Enfermedad pulmonar
- Enfermedad tiroidea
- Antecedentes familiares



¿Cómo se diagnostica una fib-A?

Para hacer un diagnóstico, su médico:

- Le hará preguntas sobre sus síntomas e historial médico, escuchará su corazón y evaluará los factores que podrían estar relacionados con sus síntomas.
- Tomará rayos X de tórax para observar su corazón y los pulmones.
- Evaluará la actividad eléctrica de su corazón (**electrocardiograma** o ECG). Es posible que se le pida que haga ejercicio durante esta prueba para ver cómo su corazón responde a la actividad extra.
- Usará ondas sonoras de alta frecuencia para crear imágenes de su corazón y los vasos sanguíneos (**ecocardiograma o eco**). Según cuál sea su situación médica, podría usar una sonda de ultrasonido que se mueve por su pecho o un ecocardiograma transesofágico (**TEE**, por sus siglas en inglés) que usa una pequeña sonda de ultrasonido en su esófago.
- Le pedirá que se ejercite en una cinta para correr y se haga un ECG o ecocardiograma mientras su corazón se está esforzando. Si no puede hacer ejercicio, se usará un medicamento para esforzar temporalmente su corazón.
- Le dará un **monitor Holter** o monitor de evento para que lo use durante 24 a 48 horas mientras realiza sus actividades normales. El monitor Holter mide la actividad eléctrica de su corazón, y a veces puede detectar el problema. Un monitor de eventos se usa durante un período más prolongado. Guarda un registro de la actividad de su corazón cuando usted siente un síntoma.
- Indicará un **estudio de electrofisiología** (EP, por sus siglas en inglés) para detectar y registrar la actividad de su corazón. Puede ayudar a identificar las células del corazón que causan el problema.

¿Cómo se trata una fib-A?

Su médico creará un plan de tratamiento de acuerdo a su situación médica específica. Los tratamientos incluyen medicamentos y procedimientos para:

- Prevenir coágulos en la sangre
- Controlar su frecuencia cardíaca
- Ayudar a que su corazón lata con un ritmo más normal
- Controlar otras condiciones que podrían estar causando la fib-A o empeorándola

Prevención de los coágulos de sangre

Una fib-A puede hacer que se formen coágulos de sangre en las aurículas. Si son bombeados fuera del corazón hacia una arteria, pueden causar un ataque al corazón o un accidente cerebrovascular. A la mayoría de los pacientes con una fib-A se les receta un anticoagulante (medicamento contra la formación de coágulos de sangre) para reducir su riesgo de accidente cerebrovascular.

- **Informe a su médico sobre todos los demás medicamentos** que toma. Incluya todos los medicamentos recetados, los sin receta (como jarabe para la tos o píldoras para la alergia), inhaladores, parches, vitaminas y remedios a base de hierbas, en especial la aspirina. Pregúntele a su médico o farmacéutico si alguno de estos productos afectará la forma en que actúa su anticoagulante. Por ejemplo, la aspirina, el ibuprofeno y el naproxeno aumentan el efecto de algunos anticoagulantes, como la warfarina. Y algunos medicamentos para el resfrío y las alergias tienen estimulantes que pueden causar un latido cardíaco rápido.
- **Tome el medicamento exactamente como se lo indicaron.** Si por algún motivo es posible que no pueda comprar o tomar el medicamento, informe a su equipo de atención médica. Es posible que puedan brindarle ayuda.
- **Acuda a sus citas para las pruebas de sangre.** Algunos anticoagulantes requieren pruebas periódicas para controlar el tiempo de coagulación de la sangre. Esto se llama tiempo de protrombina (PT, por sus siglas en inglés) o prueba de índice internacional normalizado (INR, por sus siglas en inglés).
- **Sea constante con su dieta**, en especial cuando se trata de alimentos con alto contenido de vitamina K, como el brócoli, la lechuga y la espinaca.
- **Lea la educación sobre anticoagulación** y haga preguntas sobre todo lo que no entienda. Los anticoagulantes son medicamentos contra los coágulos de sangre que a veces se denominan “diluyentes de sangre”. Sin embargo, en realidad no diluyen la sangre. En cambio, ellos:
 - Detener la acción de una determinada proteína que su cuerpo necesita para producir coágulos de sangre.
 - Evitar la formación de nuevos coágulos.
 - Evitar que los coágulos de sangre crezcan para que su cuerpo pueda disolverlos con el tiempo.

No rompen los coágulos que ya tienes.

Controlar su frecuencia cardíaca

Aun si las aurículas (las cavidades superiores de su corazón) bombean muy rápido, el medicamento puede ayudar a controlar la frecuencia de sus latidos en general. Estas incluyen:

- **Betabloqueantes**, que retrasan su frecuencia cardíaca al bloquear los efectos de ciertas hormonas de su cuerpo.
- **Bloqueadores de los canales del calcio**, que disminuyen su presión arterial y hacen que su corazón funcione más lento.
- **Digoxina**, que puede reducir su frecuencia cardíaca y ayudar a su corazón a bombear más sangre con cada latido.



Controlar su ritmo cardíaco

Su tratamiento dependerá de qué es lo que causa su fib-A y qué se necesita para controlar su ritmo cardíaco. Algunas opciones incluyen:

- **Medicamentos.** Es posible que deba tomarlo periódicamente o solo llevar una píldora con usted para tomarla únicamente si tiene síntomas.
- **Cardioversión.** La cardioversión es un procedimiento para “restablecer” su corazón a un ritmo normal con una ligera corriente eléctrica. La mayoría de las veces se realiza si el medicamento no funciona y los síntomas son graves. Como parte de este tratamiento, probablemente se le realizará un **ecocardiograma transesofágico (TEE)** (por sus siglas en inglés). El TEE muestra si se han formado coágulos de sangre o no en las cavidades del corazón.
- **Procedimientos quirúrgicos y cateterismo (cat).** Estos se utilizan para tratar las células del corazón que causan el problema.
 - En una **ablación** se pasa un tubo flexible llamado catéter por un vaso sanguíneo hasta el corazón. Se usa un dispositivo que se encuentra en el catéter para hacer una pequeña cicatriz para dirigir las señales hacia la vía correcta.
 - Un **procedimiento de laberinto** es una cirugía a corazón abierto. Se hace con el fin de crear tejido cicatricial para impedir que los impulsos eléctricos anormales se desplacen por su corazón.

¿Qué debo hacer ahora?

Puede ayudar a controlar su fib-A o evitar que vuelva a aparecer haciendo lo siguiente:

- 1 **Si consume tabaco, deje de hacerlo.** Hable con su médico acerca de cómo crear un plan. La publicación de Intermountain [*Dejar el tabaco: su viaje a la libertad*](#) puede ayudarle. 
- 2 **Beba menos alcohol, o deje de beber alcohol**, especialmente si está tomando anticoagulantes. El alcohol puede interferir con este medicamento. Si bebe alcohol, no beba compulsivamente. Limite la bebida a 1 bebida o menos por día. (Una bebida = 12 onzas de cerveza, 1.5 onzas de licor, o 5 onzas de vino). Aprenda más acerca de cómo el alcohol afecta a su salud en: rethinkingdrinking.niaaa.nih.gov/ 
- 3 **Si tiene diabetes, controle su glucosa (azúcar) en la sangre.** Tome su medicamento y colabore con su médico para manejar su dieta.
- 4 **Haga ejercicio periódicamente y lleve una dieta saludable para el corazón** que incluya frutas, vegetales, productos integrales y proteínas magras.
- 5 **Evite la cafeína y todo lo que tenga estimulantes** que aumente su frecuencia cardíaca. Eso puede incluir suplementos dietéticos, bebidas energéticas y remedios para el resfrío o la alergia.
- 6 **Tome sus anticoagulantes y todos los medicamentos exactamente como su médico se lo indique.** Si no está seguro de qué hacer o tiene problemas para pagar sus medicamentos, hable con su equipo de atención. Es posible que puedan brindarle ayuda.
- 7 **Sea un socio activo en su atención médica** al acudir a sus citas médicas, hacerle preguntas a su médico para obtener más información sobre su afección y tratamiento, y tomar sus medicamentos según las indicaciones.

¿Dónde puedo encontrar más información?

1 Puede obtener más información sobre la fibrilación auricular y sus tratamientos en estos sitios web:

*MedLine Plus
en Español*



*The American Heart
Association*



Stop A-fib.org



*The National Heart Lung and
Blood Institute*



Preguntas para mi médico

Atrial Fibrillation

Intermountain Health cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. Se ofrecen servicios de interpretación gratuitos. Hable con un empleado para solicitarlo.

©2009-2024 Intermountain Health. Todos los derechos reservados. El contenido del presente folleto tiene solamente fines informativos. No sustituye los consejos profesionales de un médico; tampoco debe utilizarse para diagnosticar o tratar un problema médico o enfermedad. Si tiene cualquier duda o inquietud, no dude en consultar a su proveedor de atención médica. FS152S - 04/24 (Last reviewed - 04/24) (Spanish translation by CommGap)