

10.8. ¿Tiene usted fibrilación auricular?

La **fibrilación auricular (FA)** es una arritmia. Ocurre cuando el corazón late con un **ritmo desordenado**.

Es la arritmia más común. Su frecuencia aumenta con la edad. Puede aparecer de forma ocasional, aunque suele hacerse permanente.

La FA puede deberse a enfermedades del corazón, como, por ejemplo, alteraciones de las válvulas cardíacas, hipertensión arterial, insuficiencia cardíaca, enfermedades de las coronarias (angina e infarto de miocardio). También puede estar ocasionada por otros problemas de salud: obesidad, diabetes, enfermedades del tiroides, enfermedades respiratorias, etc.

El síntoma más frecuente es la sensación de **palpitaciones**, en ocasiones se acompaña de sensación de falta de aire y de dolor en el pecho. Pero muchas veces no produce molestias y se descubre por casualidad.

¿Qué puede hacer?

- **Evite los desencadenantes:**

- Hay personas sensibles a algunas sustancias estimulantes. Cuando las toman, se desencadenan episodios de FA.

- Evite el alcohol en exceso.

- Evite comer en exceso.

- **Controle las enfermedades:**

- Si es **diabético**, controle el azúcar de su sangre.

- Conozca su **presión arterial**. Si tiene hipertensión arterial, siga las indicaciones médicas. Evite el exceso de sal.

- Controle su **peso**.

- Abandone el **tabaco**.

- En caso de padecer una enfermedad del tiroides, siga el tratamiento indicado por su médica o médico.

- Si tiene insuficiencia cardíaca, cumpla su tratamiento.

- Puede ser necesaria medicación para evitar que el corazón vaya muy rápido pero lo más importante son los anticoagulantes para prevenir posibles complicaciones, como una embolia.

- Siga las recomendaciones médicas y tome la medicación como se le ha indicado. Si toma anticoagulantes como Sintrom®, no falte a sus citas, ya que necesita controles; si toma un anticoagulante que no precisa controles, es muy importante que no se olvide de tomarlo y acuda regularmente a la consulta médica.



¿Cuándo consultar a su médico/a de familia?

- Cuando, a pesar del tratamiento, no se encuentre mejor o los síntomas empeoren.
- Ante cualquier problema relacionado con el tratamiento.
- En caso de FA intermitente, si nota síntomas similares a otros episodios.
- Acuda a un **servicio de urgencias** o llame al **112** en caso de:
 - Dificultad para respirar.
 - Dolor en el pecho.
 - Desmayo o pérdida de conciencia.

¿Dónde conseguir más información?

- <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000184.htm>
- www.fundaciondelcorazon.com/informacion-para-pacientes/enfermedades-cardiovasculares-fibrilacion-auricular.html
- <http://www.fundaciondelcorazon.com/images/stories/file/fa/fibrilacion-auricular-espanol.pdf>
- <http://anticoagulados.info>

