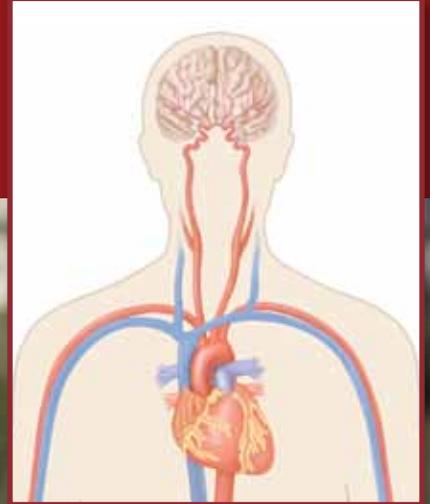


Qué es el síncope



- **Por qué se desmaya**
- **Cómo se diagnostican los desmayos**
- **Cómo se tratan los desmayos**



Un momento aterrador

Tal vez usted se despertó en el suelo, avergonzado y asustado. Puede que incluso se haya lesionado mientras caía. ¿Por qué se desmayó? ¿Es esto un signo de un problema grave de salud? **El síncope** (desmayo) tiene muchas causas. A veces no es grave. En otros casos, el síncope es un signo de un problema cardíaco. Sin embargo, el tratamiento puede ayudar. A continuación, encontrará más información.

¿Qué es el síncope?

Si su presión arterial baja demasiado, el cerebro no puede obtener suficiente sangre rica en oxígeno. Su cuerpo responde mediante la pérdida de conciencia breve. También se desploma o se cae. Este problema se llama síncope, desmayo o una pérdida momentánea de conciencia. El síncope ocurre de repente. Pero puede tener señales de advertencia primero. Estos pueden incluir visión reducida, mareos o ritmo cardíaco acelerado. O puede no tener ningún signo de advertencia en absoluto. Después del síncope, se recupera rápidamente. Pero es posible que se sienta cansado.



Estar de pie durante un largo tiempo puede causar síncope. Puede ocurrir con o sin signos de advertencia.

¿Es grave?

El síncope es un problema común con muchas causas posibles. A menudo, estas causas no son graves. Por ejemplo, el síncope puede generarse por estar pie durante demasiado tiempo o sentarse demasiado rápido. En algunos casos, es probable que nunca más se desmaye. Pero si los problemas cardíacos causan el síncope, esto puede ser grave. Para proporcionar el mejor tratamiento, su médico querrá saber por qué se desmayó. Si un problema cardíaco le está causando el síncope, el tratamiento incluso puede salvarle la vida.

Sus opciones de tratamiento

Las opciones de tratamiento dependen de lo que está causando el síncope. Se le puede solicitar que:

- Ajuste su dieta o estilo de vida para ayudar a evitar desmayos.
- Utilizar o ajustar los medicamentos.
- Realizarse un procedimiento o cirugía para controlar un problema de corazón.

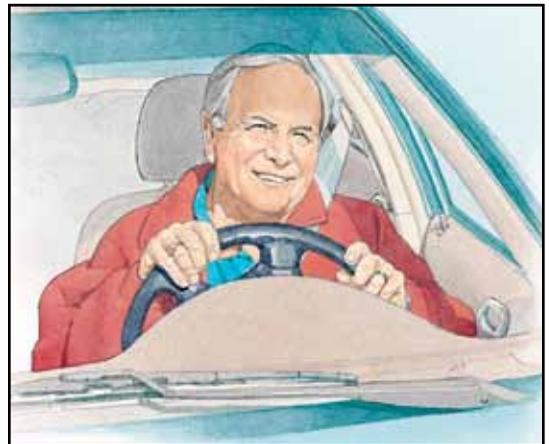
Lo que sigue

Qué es el síncope.....4

El diagnóstico de síncope.....6

La prevención de futuros episodios de desmayo.....8

De vuelta a la rutina.....10

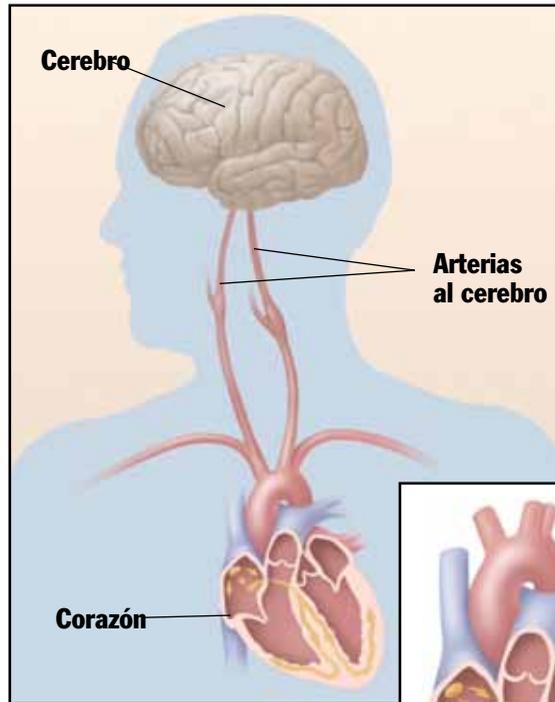


Qué es el síncope

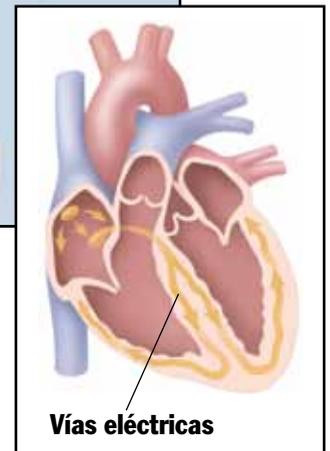
El corazón bombea sangre rica en oxígeno al cerebro y el resto del cuerpo. La frecuencia cardíaca y la presión arterial aumenta o disminuye según sea necesario. Pero a veces la presión arterial disminuye demasiado. Entonces el cerebro no recibe suficiente sangre rica en oxígeno y usted se desmaya.

Causas por las cuales su ritmo cardíaco y presión arterial cambian

El cerebro y el cuerpo necesitan un suministro constante de sangre rica en oxígeno. Su ritmo cardíaco y presión arterial ajustan para mantener este suministro constante a lo largo de todas sus actividades. El corazón genera señales eléctricas que viajan a través de él en vías. Estas señales establecen el ritmo cardíaco y le dicen al corazón cuándo debe bombear la sangre. En respuesta a las necesidades de su cuerpo, el cerebro también pueden desencadenar cambios en la frecuencia cardíaca y la presión arterial. Esto mantiene el flujo de sangre fuerte.



El corazón bombea sangre rica en oxígeno sin parar al cerebro y otras partes de su cuerpo.



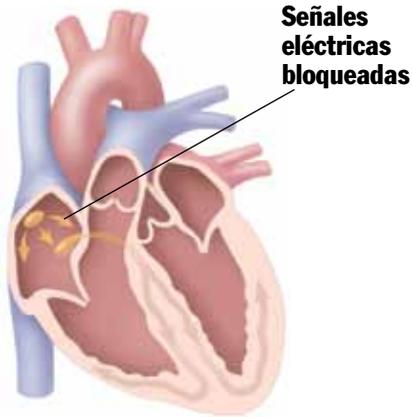
Cuándo el síncope no es grave

Incluso si usted está sano, puede tener un síncope. Esto es porque su cuerpo puede ser sensible a ciertas cepas y tensiones. Su médico puede llamar a su problema **síncope vasovagal** o **hipotensión ortostática**. Estos dos tipos de síncope no son graves. Pueden tener causa en:

- Sentimientos fuertes, como la ansiedad o el miedo. Una señal nerviosa puede cambiar brevemente su ritmo cardíaco y bajar la presión arterial demasiado.
- Estar de pie durante un largo período. Permanecer de pie puede causar que la sangre se acumule en las piernas. Cuando esto sucede, el cerebro puede no recibir toda la sangre que necesita.
- Ponerse de pie demasiado rápido. Su presión arterial puede no ajustarse lo suficientemente rápido a los cambios de postura. Como resultado, la presión arterial puede bajar demasiado. También hay ciertos medicamentos que pueden originar este problema.

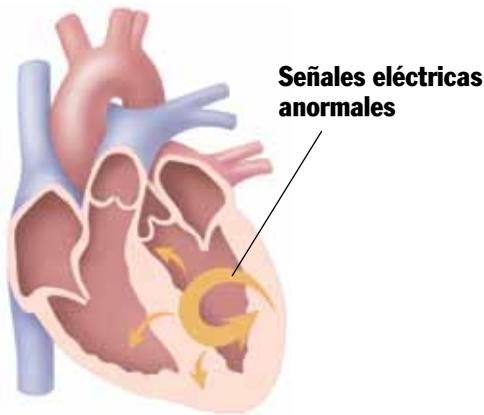
Cuando los problemas del corazón causan el síncope

Un problema cardíaco puede disminuir la cantidad de sangre rica en oxígeno que llega al cerebro. Su frecuencia cardíaca puede ser demasiado lenta o demasiado rápida. O una válvula cardíaca dañada puede disminuir el flujo sanguíneo. Si el corazón no bombea suficiente sangre, su presión arterial puede caer demasiado y puede desmayarse. Los problemas del corazón pueden ser graves e incluso pueden ser mortales si no se tratan.



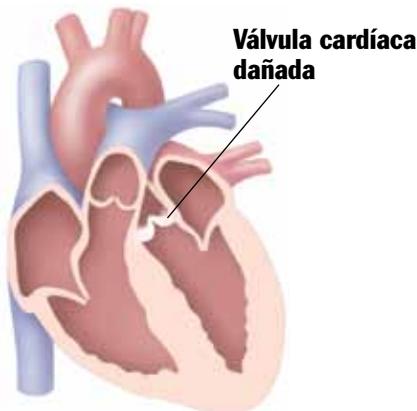
Una frecuencia cardíaca lenta

Señales eléctricas le dicen a las cámaras del corazón cuándo bombear. Pero las señales pueden ser más lentas o bloquearse (bloqueo cardíaco) mientras viajan en las vías del corazón. Esto puede tener causa en el envejecimiento, tejido cardíaco lesionado o daños debido a la enfermedad cardíaca. Cuando el ritmo cardíaco es lento, no se bombea la suficiente sangre.



Una frecuencia cardíaca rápida

Ciertos problemas pueden hacer que el corazón se acelere. Por ejemplo, después de un ataque al corazón, se pueden crear señales eléctricas anormales. Estas señales pueden hacer que el corazón lata muy rápido de repente. El corazón bombea antes de que las cámaras puedan llenarse de sangre. Así menos sangre llega al cerebro y otras partes del cuerpo. Las drogas ilegales, ciertos medicamentos, enfermedades cardíacas o un trastorno hereditario también pueden causar esto.



Un problema en las válvulas del corazón

La sangre viaja a través de las cámaras del corazón a medida que se bombea. Las válvulas del corazón se abren y cierran para ayudar a mover la sangre en la dirección correcta. Sin embargo, una válvula puede no abrirse o cerrarse completamente, si se endurece o tiene cicatrices. Como resultado, menos sangre se bombea a través del corazón al cerebro y el cuerpo.

El diagnóstico de síncope

El síncope tiene una amplia variedad de causas. Su médico le preguntará acerca de su desmayo y su antecedentes de salud. También se lo examinará. Y el médico puede pedir una o más pruebas. Cada examen ayuda a determinar la causa de su síncope.

Sus antecedentes de salud

Sus antecedentes de salud incluyen cualquier enfermedad en el pasado. También informe a su médico lo que ocurrió cuando se desmayó.

Se le puede preguntar sobre:

- Dónde y cuándo se desmayó, y el tiempo que duró el episodio
- Cómo se sintió justo antes y justo después del desmayo
- Cualquier antecedente familiar de enfermedad cardíaca o desmayos
- Cualquier problema cardíaco o neurológico que pueda tener
- Cualquier medicamento que esté tomando

Examen físico

Su médico lo examinará en busca de signos de lo que generó el desmayo. Durante el examen, el médico puede:

- Revisar su presión arterial varias veces
- Prestar atención a cualquier murmullo o latidos cardíacos inusuales
- Examinar sus ojos, reflejos y el movimiento de sus extremidades

Electrocardiograma

Un **electrocardiograma** (ECG, también llamado EKG) puede ayudar a su médico a detectar un ritmo cardíaco lento o acelerado. Se le colocan electrodos en el pecho y los hombros para registrar el ritmo cardíaco y las señales eléctricas de su corazón. Un **ECG de esfuerzo registra** estas señales mientras hace ejercicio, a menudo en una cinta rodante.



Monitoreo mediante Holter y de eventos

Para el **monitoreo Holter**, un monitor portátil de ECG registra los latidos del corazón durante 24 horas. Un **registrador de eventos** es similar, pero el dispositivo se lleva durante varias semanas. Cuando siente los síntomas, pulsa un botón y se registra su ritmo cardíaco. También se le puede implantar una pequeña grabadora bajo la piel para realizar un seguimiento a largo plazo.



Ecocardiograma

Un **ecocardiograma** toma imágenes de su corazón. Puede mostrar problemas de funcionamiento en una válvula cardíaca o del corazón. O puede revelar el daño derivado de un ataque al corazón. Una sonda especial hace rebotar ondas de sonido inofensivas en el corazón. Las ondas se convierten en una imagen en movimiento en una pantalla de video.



Estudios electrofisiológicos

Los **estudios electrofisiológicos (EPS, por sus siglas en inglés)** ayudan a su médico a encontrar vías eléctricas débiles o dañadas. Estas vías pueden hacer que su corazón lata demasiado rápido o demasiado lento. Se adormece su piel y se guían cables a través de los vasos sanguíneos hasta su corazón. Allí, los cables registran las señales eléctricas del corazón. Estos estudios ayudan al médico a determinar la causa exacta de su problema de ritmo cardíaco y cómo tratarla.



Las pruebas de la mesa basculante

Las **pruebas de la mesa basculante** ayudan a mostrar si los cambios en la posición del cuerpo afectan el ritmo cardíaco y la presión arterial. El examen se hace mientras usted se acuesta en una mesa especial. Durante la prueba, la mesa se inclina hacia arriba y a la izquierda por un tiempo. Luego se inclina hacia abajo para que se permanezca recostado de nuevo. Sus síntomas, la frecuencia cardíaca y la presión arterial se controlan a lo largo de la prueba.



La prevención de futuros episodios de desmayo

Es posible que se le haya informado que la causa de su desmayo no reside en un problema cardíaco. Pero el síncope todavía puede dar miedo. Y si se desmaya, puede sufrir lesiones mientras cae. La buena noticia es que puede ayudar a prevenir sus desmayos. Y puede aprender a responder a las señales de advertencia de su cuerpo.

Los cambios pequeños hacen una gran diferencia

Hacer unos pequeños cambios a menudo puede ayudar a prevenir el desmayo. Su médico le puede sugerir lo siguiente:

- No se quede de pie por mucho tiempo. Realice las compras cuando las colas en las cajas de la tienda son cortas.
- Siéntese cerca del pasillo en lugares concurridos. De modo que pueda irse si siente que se va a desmayar.
- Use medias específicamente prescritas para evitar que la sangre se acumule en las piernas.
- Levántese lentamente después de haber estado acostado. Y siéntese por un momento antes de pararse.
- Tenga cuidado con lo que come. Si se lo indica, añada sal a la comida para elevar su presión arterial. No se saltee comidas.
- Beba agua con frecuencia, especialmente cuando hace ejercicio y cuando haga calor.
- Limite conducir automóviles según las indicaciones.

Llegue temprano para conseguir un asiento y evitar estar de pie.





Acuéstese un rato si siente que se va a desmayar.

Si siente que se va a desmayar

Puede hacer algunos cambios de estilo de vida, pero a veces todavía puede sentir que se va a desmayar. Si esto ocurre, su médico le puede sugerir que:

- Conozca las señales de advertencia del desmayo: debilidad, náusea, visión atenuada, sudoración, aturdimiento o ritmo cardíaco acelerado.
- No ignore ni combata ningún signo de que se va a desmayar.
- Acuéstese hasta que se sienta mejor. Sus síntomas deberían desaparecer en unos 20 a 30 minutos.
- Siéntese y ponga la cabeza entre las rodillas si no puede acostarse.

La función de los medicamentos

Los medicamentos pueden desempeñar un papel en el síncope. Puede estar tomando medicamentos que le causan desmayos. Otros medicamentos para ayudar a prevenir desmayos. Dígale a su médico todos los medicamentos que está tomando. Mencione si ha comenzado a tomar alguno de ellos recientemente. Para ayudar a que se sienta mejor:

Se pueden cambiar o reducir las dosis de sus medicamentos. Los medicamentos para la presión arterial pueden causar desmayos. Ciertas combinaciones de medicamentos también pueden hacer que se desmaye. Y algunos medicamentos de venta libre, hierbas y tés pueden causar síntomas también.

Se le pueden prescribir medicamentos. Tomar ciertos medicamentos puede ayudar a

prevenir desmayos. Su médico puede hablar sobre esto con usted.

La función de los procedimientos

¿Un problema cardíaco fue la causa de su desmayo? Un procedimiento puede mejorar el flujo de sangre, detener el síncope y ayudar a prevenir futuros problemas cardíacos. Algunos procedimientos aceleran o ralentizan el ritmo cardíaco. Otros procedimientos menos comunes solucionan posibles problemas en el corazón. El médico le puede decir si un procedimiento puede ser adecuado para usted. Él o ella también le pueden explicar los beneficios y riesgos de cada procedimiento.

De vuelta a la rutina

Una vez que se ha detectado y tratado la causa de sus desmayos, puede volver a sus actividades normales. En la mayoría de los casos, no hay necesidad de limitar lo que hace. Puede disfrutar de todo su trabajo y actividades de ocio.



KRAMES
staywell

www.kramesstaywell.com 800.333.3032