

¿LATE DISTINTO TU CORAZÓN?

Las señales que podrían indicar una posible arritmia

Estas alteraciones en el ritmo o frecuencia cardíaca suceden cuando el corazón late demasiado rápido (taquicardia), demasiado lento (bradicardia) o de forma irregular. Aunque estas variaciones pueden ser inofensivas, también pueden indicar problemas graves a la salud e incluso ser mortales. **Por: Rodrigo M. Ancamil**

El corazón funciona como una máquina perfectamente sincronizada, diseñada para bombear sangre a cada rincón del cuerpo en un ritmo constante y ordenado. Cada latido responde a señales eléctricas que lo activan con precisión milimétrica. Sin embargo, ante la complejidad del sistema la coordinación a veces falla, y los latidos comienzan a ir demasiado rápido, demasiado lento o de forma irregular, ocasionando lo que conocemos como arritmias.

"El corazón tiene la gran función de bombear sangre a todo el organismo. Para realizar dicha función, necesita que su ritmo sea lo suficientemente ordenado para permitir un llenado y vaciado adecuados. Cuando este ritmo se desordena generando lo que los médicos llamamos: una arritmia, la persona muchas veces podría experimentar los siguientes síntomas: palpitaciones rápidas o a destiempo (como si el corazón bailara música electrónica sin previo aviso), mareos, fatiga persistente, dificultad para respirar o, en casos más graves, desmayos", explica el Dr. Leonidas Rojas Toledo, director de Especialidades Médicas, de la Universidad Autónoma de Chile, sede Talca.

Algunos de los factores a los que se puede atribuir esta alteración en el ritmo cardíaco son la hipertensión, la obesidad, la diabetes, el consumo excesivo de alcohol o energéticas, consumo de drogas, apneas del sueño, enfermedades previas del corazón e incluso el estrés.

Para identificar posibles arritmias es necesario estar atento, ya que hay muchas señales silenciosas que pueden estar presente, y que dan atisbos sobre una posibles variaciones en el ritmo cardíaco. "Existen algunas señales sutiles que podrían alertarnos de que algo no anda bien como,

"Aproximadamente el 1% de la población mundial tiene fibrilación auricular (alteración del ritmo más frecuente que afecta al corazón), muchos de estas personas nunca tuvieron síntomas significativos que les hicieran consultar".

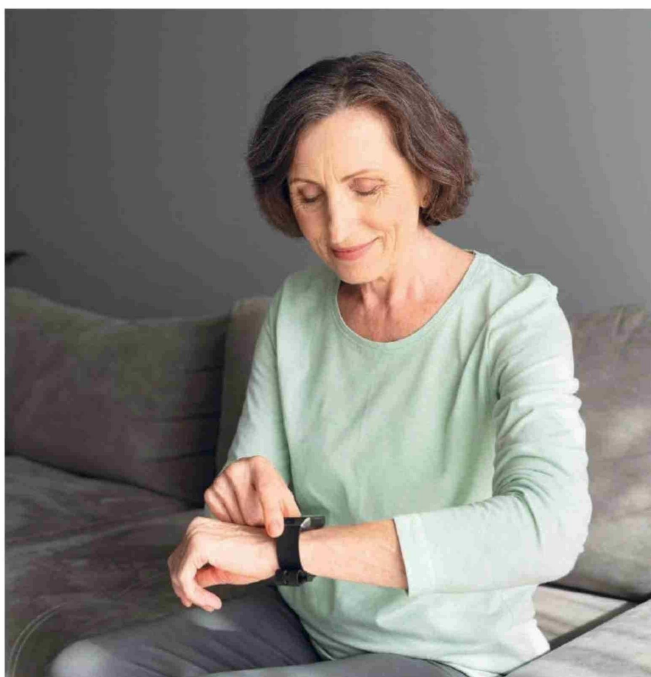
DR. LEONIDAS ROJAS,
DIRECTOR DE ESPECIALIDADES MÉDICAS, DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHILE, SEDE TALCA.

por ejemplo: cansancio persistente, dificultad para dormir, sensación de ahogo sin una explicación clara. Estos síntomas podrían ser más preocupantes si una persona tiene una enfermedad crónica como presión alta o antecedentes familiares de enfermedades al corazón", detalla el Dr. Rojas.

Ante esto el especialista de la U. Autónoma recomienda a las personas consultar con un médico si presenta palpitaciones persistentes sin motivo, mareos, falta de aire o desmayo.

Este último factor es clave, ya que muchas veces se justifica la pérdida de conocimiento con una baja en la presión, sin dar mayor importancia, pero que detrás puede esconder una urgencia real que amerita una consulta a un servicio de emergencia.

El tratamiento para las arritmias dependerá de la condición del paciente, "a veces basta con un medicamento que disminuya ligeramente la frecuencia del corazón para mantener un ritmo bajo control. Pero en otras ocasiones, incluso se podría requerir una cardioversión eléctrica", detalla el director de Especialidades Médicas.



Entre las innovaciones de los tratamientos el Dr. Rojas comenta que cada vez más arritmias también pueden ser susceptibles de ser tratadas con ablación (procedimiento de invasión mínima) que en términos simples, es como quemar el foco que está generando el problema. En otras oportunidades (en casos más complejos o de alto riesgo), incluso podría ser necesaria la instalación de un marcapasos o un desfibrilador implantable. Todos estos procedimientos dependen principalmente de una adecuada evaluación por un médico especialista.

Monitoreo al alcance de la mano

Los avances en los dispositivos inteligentes no solo permiten estar más conectado o realizar actividades destinadas al ocio, sino que también se han convertido en un importante aliado para la salud. Los smartwatches

en particular han sido clave para el monitoreo cardíaco, con estudios que respaldan su eficiencia. En 2024 se publicó en la revista Healthcare una investigación realizada por un equipo europeo, que revisó 57 estudios científicos para responder una pregunta: "¿realmente los smartwatches pueden detectar arritmias que sean peligrosas?". La respuesta fue un rotundo Sí. "Los relojes inteligentes tuvieron una alta precisión para detectar arritmias peligrosas como la fibrilación auricular (la más común), taquicardias supraventriculares, bloqueos del corazón, e incluso, taquicardias ventriculares (estas últimas pueden ser rápidamente letales). La precisión de estos hallazgos superó el 90%, siendo útiles tanto en niños pequeños como en personas mayores. Si bien no son infalibles, pueden ser una ayuda, sobre todo en las arritmias que son silenciosas", concluye el Dr. Rojas.

ENFERMEDADES CARDÍACAS, UN DESAFÍO CRECIENTE EN LA SALUD CHILENA

El aumento de enfermedades cardíacas en Chile obedece a múltiples factores, como el envejecimiento de la población, el alza en enfermedades crónicas mal controladas y los efectos post pandemia. "Más del 30% de los adultos padece hipertensión y cerca del 34% presenta obesidad, lo que incrementa notablemente

el riesgo cardiovascular", señala Patricio Huenchunir, vicepresidente ejecutivo de ASILFA. A esto se suma el impacto del COVID-19, que interrumpió controles y tratamientos, permitiendo que patologías silenciosas progresaran sin detección. Frente a este escenario, la industria farmacéutica ha intensificado su rol, donde

los laboratorios "colaboran estrechamente con el sistema público no solo como proveedora de medicamentos de calidad, seguridad y eficacia, sino que además, participando en la formación continua de los profesionales de la salud y en las campañas de educación a pacientes", afirma Huenchunir.