

En Pocas Palabras

Protege tu salud



Esta nueva edición de *En Pocas Palabras* es una guía de referencia en la que te enseñamos cómo el tratamiento prescrito te ayudará a reducir el riesgo de sufrir enfermedades relacionadas con tu Fibrilación Auricular.

¿POR QUÉ TENGO QUE SEGUIR UN TRATAMIENTO PREVENTIVO?

El médico te ha recetado esta medicación porque padeces Fibrilación Auricular (FA por sus siglas). Esta enfermedad es una alteración del ritmo cardiaco que hace que el corazón lata a un ritmo irregular. Este latido irregular hace que la sangre no se mueva con fluidez por las cavidades del corazón, y por lo tanto, hay más probabilidad de que se formen coágulos. El peligro está en la posibilidad de que uno de estos coágulos llegue al cerebro y le corte el suministro de sangre: entonces se produce lo que conocemos como ictus.

En qué consiste el ictus

Al igual que el resto de los órganos, el cerebro necesita oxígeno y nutrientes para funcionar bien y estas sustancias le llegan a través del flujo sanguíneo. El ictus sobreviene cuando un área del cerebro se queda sin oxígeno: la gravedad dependerá de la parte del cerebro que se haya visto afectada y del tiempo que haya durado el corte en el suministro de sangre.

Además del ictus, también existe lo que se llama Ataque Isquémico Transitorio. Se puede decir que es algo así como un "mini-ictus" y se da cuando el flujo de sangre queda cortado durante un tiempo muy breve. Sus síntomas son similares

a los del ictus, pero el daño que pueda causar no es permanente: por lo general, estos "mini-ictus" sólo duran unos minutos. Sin embargo, estos ataques son una advertencia que debe tomarse muy en serio porque pueden ser un aviso antes de sufrir un ictus.

El "mini ictus", un riesgo a considerar

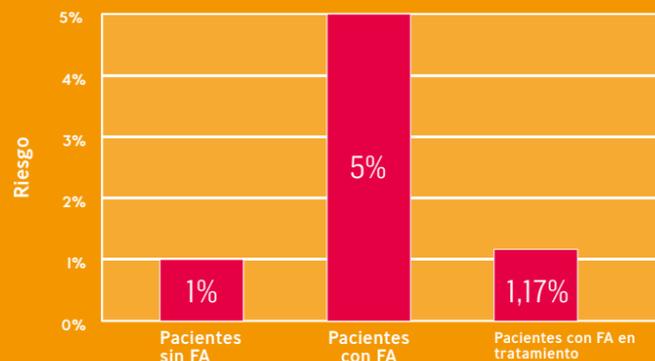
Los "mini-ictus" son un grave problema, ya que quien los padece muchas veces no es consciente de lo que le ha ocurrido al ser muy breves y por los síntomas que presentan: pérdida momentánea del habla y la visión y parálisis temporal de una extremidad.

Si tienes Fibrilación Auricular y sospechas que has podido sufrir uno, busca inmediatamente ayuda médica aunque te encuentres perfectamente.

En el hospital te informarán sobre lo que te ha ocurrido y te someterán al tratamiento adecuado, para asegurarse de que no vas a sufrir un ictus más grave.

Los ictus completos o graves tienen lugar cuando el corte del suministro de sangre al cerebro dura más tiempo, causando daños cerebrales que pueden afectar a las funciones corporales, los procesos del pensamiento, la capacidad de aprendizaje y los sentimientos. Aunque el ictus puede ser más o menos grave y es posible recuperarse, tienes que

Riesgo de Ictus



- 1% de posibilidades de sufrir un ictus en pacientes de más de 65 años sin factores de riesgo.
- El riesgo se multiplica por 5 en pacientes con más de 65 años y Fibrilación Auricular, sin factores de riesgo adicionales.
- El riesgo se reduce al 1,17% en pacientes con Fibrilación Auricular en tratamiento con el tratamiento prescrito (Connolly, 2009).

si tienes Fibrilación Auricular acude inmediatamente al servicio de urgencias si crees que has sufrido un "mini-ictus"

Unos 10 millones de personas en todo el mundo padecen Fibrilación Auricular

tener en cuenta que si tienes Fibrilación Auricular hay más probabilidades de que este sea grave.

BUENAS NOTICIAS: ¿Cómo funciona el tratamiento preventivo?

El tratamiento que tomas para prevenir las enfermedades que puede ocasionar el hecho de tener Fibrilación Auricular pertenece a una familia de medicamentos conocida como anti-coagulantes orales. Funciona interfiriendo en el proceso de coagulación reduciendo la probabilidad de que la sangre se coagule. Si no se forman coágulos, las probabilidades de sufrir un ictus disminuyen. Tomando la medicina dos veces al día te harás con un "escudo" que te protegerá de esta eventualidad.

se ha demostrado que quienes toman el tratamiento prescrito dos veces al día consiguen evitar tres de cada cuatro episodios circulatorios, como el ictus, relacionados con la Fibrilación Auricular.

el tratamiento prescrito disminuye la probabilidad de que se formen coágulos en el sistema circulatorio

PERO... ¿QUÉ HACE REALMENTE EL TRATAMIENTO PREVENTIVO?

Un poco de ciencia Si tomas la medicación para prevenir las enfermedades que puede provocar la Fibrilación Auricular dos veces al día, evitarás que la sangre se coagule y, por lo tanto, tendrás menos riesgo de sufrir un problema circulatorio, como un ictus o una trombosis. Considera tu tratamiento como un “guardaespaldas” del cerebro, que disminuye los riesgos de sufrir un ataque. No evitará la arritmia cardiaca, pero sí que te protegerá.

¿Por qué se coagula la sangre? En condiciones normales, la sangre sólo se coagula para detener las hemorragias causadas por heridas en el organismo: por ejemplo, cuando te cortas. Los coágulos evitan que pierdas demasiada sangre. Como ya hemos comentado, la FA puede hacer que el flujo de la sangre de tu corazón se enlentezca y presente más riesgo de coagularse, incluso aunque no haya ninguna herida que cerrar. Esto puede ser muy peligroso: si los coágulos bloquean algún vaso sanguíneo, pueden llegar a cortar el suministro de sangre al cerebro.

¿Cómo se coagula? Cuando la sangre comienza a coagularse, las proteínas coagulantes se liberan y forman una enzima llamada trombina, crucial en este proceso. La trombina desencadena un cambio en una proteína llamada fibrinógeno, que se convierte en fibrina. La sangre empieza a coagularse cuando la fibrina actúa como un pegamento que une entre sí a las plaquetas (pequeñas células de la sangre fundamentales para la coagulación).

Imagina todo el proceso como si se estuviera levantando un muro. Las células de la sangre son los ladrillos y la fibrina que se genera es el mortero que une los ladrillos formando una estructura sólida e impenetrable. Como ya hemos comentado, este muro es fundamental como parte del proceso “normal” de coagulación porque evita que pierdas mucha sangre si sufres un accidente. Pero si los “muros” se forman sin una causa, pueden llegar a “escaparse” y comenzar a desplazarse por el sistema, terminando por bloquear el flujo sanguíneo.



La Fibrilación Auricular aumenta las probabilidades de sufrir ictus en comparación con quienes no la padecen, pero la nueva medicación te ayudará a proteger al cerebro del riesgo existente

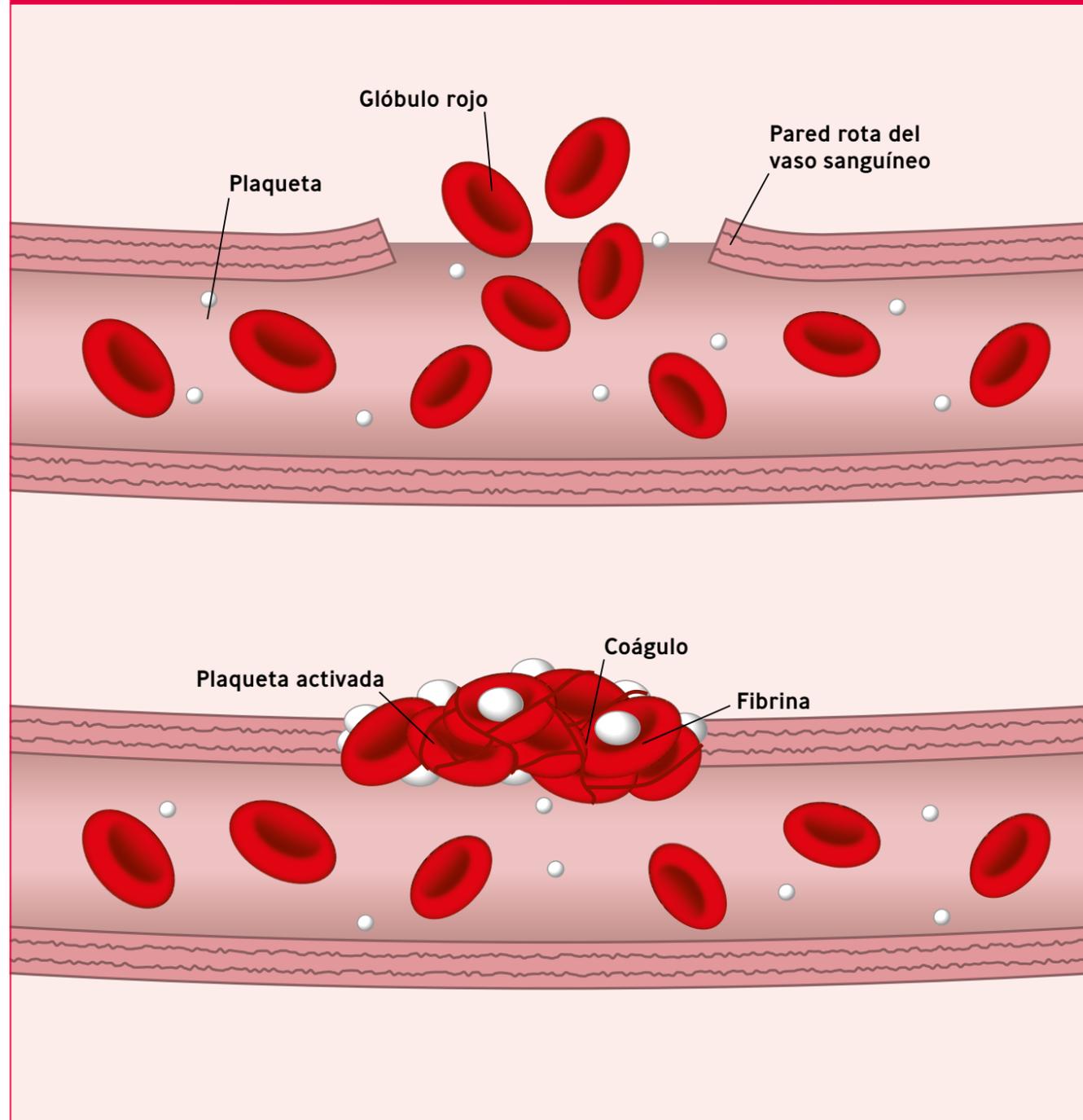
¡Recuerda!

- Tomar la dosis recomendada de la medicina es fundamental.
- El medicamento no te protegerá si no lo tomas tal y como te lo ha indicado tu médico.
- Tienes que tomar las cápsulas dos veces al día si quieres obtener la mejor protección frente a episodios circulatorios de forma continuada.
- Acordarse de las tomas puede ser complicado: pide a tu pareja, familia y amigos que te lo recuerden.



¿Cómo funciona el medicamento?

El tratamiento para prevenir estas enfermedades que puede desencadenar tu FA funciona uniéndose a la trombina durante el proceso de coagulación y evitando que se forme el coágulo. Como ya no hay cambios, la fibrina no se generará y las células de la sangre no se unirán para formar coágulos. Es decir: ya no hay mortero para unir los ladrillos y construir un muro sólido.



Glosario

Coágulo:

Grupo de plaquetas que se unen entre sí para formar un bloque compacto de sangre

Enzima:

Proteína que acelera una reacción bioquímica en otras células

FA:

Fibrilación (contracción) Auricular (en las cavidades superiores del corazón)

Fibrina:

Proteína que une las plaquetas entre sí

Fibrinógeno:

Proteína que se convierte en fibrina gracias a la trombina

Ictus:

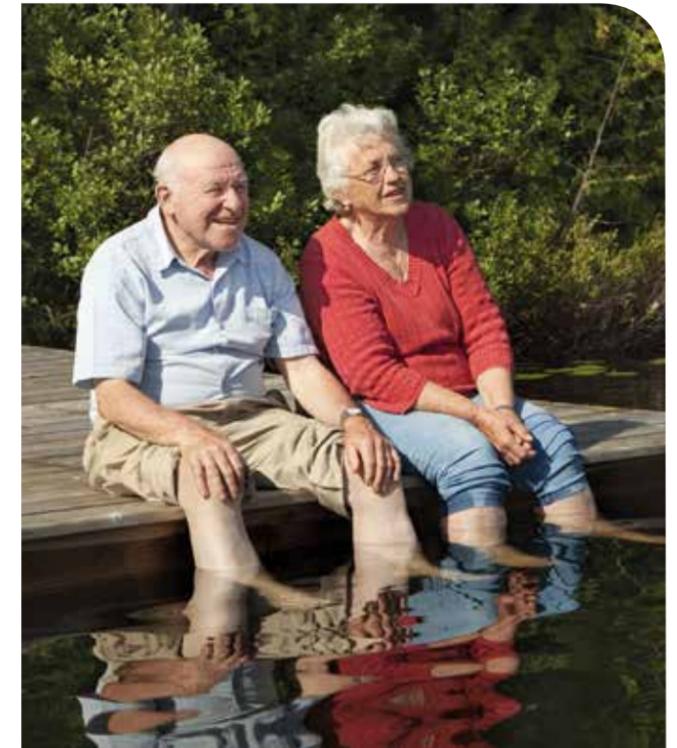
Enfermedad que tiene lugar cuando el suministro de sangre que llega a alguna parte del cerebro se interrumpe y las células cerebrales mueren o quedan dañadas

Trombina:

Enzima fundamental en el proceso de coagulación que transforma el fibrinógeno en fibrina

AIT (ataque isquémico transitorio):

“Mini-ictus” que no causa daño cerebral permanente



¡Más libertad!

Ya sabemos que es difícil, pero...

- Las pruebas médicas muestran que las personas con Fibrilación Auricular son menos proclives a padecer ictus cuando toman las dosis recomendadas del tratamiento que estás siguiendo
- El tratamiento prescrito no necesita que te sometas a monitorizaciones todos los meses
- La nueva medicación te permitirá comer y beber de todo (de todas formas, consulta a tu médico siempre que tengas dudas)

TEST SOBRE EL TRATAMIENTO DE LA FA

Como queremos que te conviertas en un experto en Fibrilación Auricular y su tratamiento, hemos preparado este test para ayudarte a comprobar tus conocimientos sobre el tema.

1. ¿Qué riesgo incrementa la FA?

- a. El de sufrir un ictus
- b. El de padecer diabetes
- c. El de desarrollar hipertensión

2. El tratamiento preventivo para el ictus que estás tomando es:

- a. Una estatina (tratamiento para el colesterol)
- b. Un anticoagulante
- c. Un antihipertensivo

3. ¿Cómo contribuye el medicamento a reducir el riesgo de ictus?

- a. Haciendo que la sangre se coagule menos
- b. Disminuyendo el nivel de azúcar en sangre
- c. Disminuyendo la presión arterial

4. ¿Qué es una enzima?

- a. Una proteína que une las células de la sangre entre sí para formar un coágulo
- b. Una proteína que acelera una reacción bioquímica en otras células
- c. Un tipo de cítrico

5. El tratamiento para prevenir el ictus funciona uniéndose a:

- a. La trombina
- b. La fibrina
- c. Las células de la sangre

6. ¿Con qué frecuencia hay que tomar la medicina?

- a. Una vez al día
- b. Dos veces al día
- c. Tres veces al día

7. ¿Qué es un AIT (Ataque Isquémico Transitorio)?

- a. Una nueva medicina
- b. Un dolor de cabeza intenso
- c. Un mini ictus

8. ¿Cuándo se coagula la sangre por causas normales?

- a. Cuando te cortas
- b. Cuando llega a los dedos de los pies
- c. Cuando te sientes mareado

9. ¿Por qué se produce el ictus?

- a. Porque la sangre cambia de color
- b. Porque el suministro de sangre al cerebro queda bloqueado por un coágulo
- c. Porque la presión arterial es demasiado baja

10. Si sospechas que estás sufriendo un ictus, tienes que:

- a. Tumbarte y esperar a que los síntomas desaparezcan
- b. Actuar como si no ocurriera nada
- c. Llamar a emergencias de inmediato

(Respuestas en página 6)

