

## RECOMENDACIONES SOBRE SINCOPE O DESMAYO

### ¿QUÉ ES EL SÍNCOPE?

Es el término médico que se utiliza para referirse a un desmayo. Después de desmayarse, las personas "recuperan el conocimiento" rápidamente (en los primeros 5 minutos) y vuelven a estar bien. El síncope es muy común: aproximadamente una de cada tres personas lo sufre en algún momento de la vida. En muchos casos, un síncope no es motivo de preocupación

### ¿CUÁLES SON LAS CAUSAS DEL SÍNCOPE?

El síncope se produce cuando el cerebro no recibe suficiente sangre. Uno de los motivos más comunes por los que sucede esto es el "síncope vasovagal". Si tiene un síncope vasovagal, el cuerpo tiene una reacción en la que el corazón comienza a latir con demasiada lentitud o los vasos sanguíneos se expanden (o ambas cosas), lo cual puede suceder por muchas causas diferentes.

### ¿EL SÍNCOPE ES PELIGROSO?

En muchos casos, no. Sin embargo, puede ser peligroso si se cae y se lastima al desmayarse; también puede ser peligroso si se desmaya mientras conduce. Para estar seguro, consulte a su médico o enfermero antes de comenzar a conducir otra vez después de un desmayo.

## ¿DEBO CONSULTAR A UN MÉDICO O ENFERMERO?

Sí. Cualquier persona que se desmaye debe consultar a un médico o enfermero. La mayoría de los casos no son graves, pero es posible lastimarse al desmayarse. Además, en algunos casos el síncope aparece a causa de un padecimiento médico grave que debe tratarse. Conocer la causa de sus desmayos puede ayudarlo a prevenirlos.

Cuéntele al médico o enfermero qué pasó antes y después del desmayo, y también durante este. Si alguien estaba con usted cuando se desmayó, quizás esa persona pueda decirle qué sucedió. La siguiente información es útil:

- ¿Qué estaba haciendo antes de desmayarse?
- ¿Cómo se sentía antes de desmayarse?
- ¿Cuánto tiempo duró el desmayo?
- ¿Cómo fue la recuperación?
- ¿Tiene antecedentes de desmayos?
- Una lista de las medicinas que usa
- Cualquier padecimiento médico que tenga

El médico o enfermero le hará preguntas y realizará un examen. Durante el examen, es posible que el médico o enfermero haga lo siguiente:

- Revisar su presión arterial y frecuencia cardíaca mientras está acostado, sentado o de pie
- Escuchar el corazón para verificar si hay algún problema con las válvulas cardíacas o el músculo cardíaco

## ¿EL SÍNCOPE SE PUEDE PREVENIR?

Es posible que pueda disminuir las posibilidades de volver a desmayarse si:

- Sepa cuáles son las causas de sus síncope:
  - Si una actividad o un padecimiento le producen síncope, puede tratar de evitarlos.
  - Si una medicina le causa síncope, el médico puede ayudarlo a encontrar una alternativa.
  - Si una enfermedad del corazón le provoca síncope, el médico puede sugerir un tratamiento.
- Acuéstese con los pies hacia arriba cuando sienta que es posible que esté por desmayarse.

## ¿ES NECESARIO QUE ME REALICE PRUEBAS?

Es probable que no. Muchas personas que se desmayan no necesitan realizarse pruebas, en especial si solo se desmayan una vez.

Si el médico decide que debe realizarse pruebas, estas podrían ser una o más de las siguientes:

- **Electrocardiograma (ECG)** – Para esta prueba, el médico coloca ventosas autoadhesivas en el pecho, el estómago, los brazos y las piernas. Unos cables largos y delgados conectan las ventosas a una máquina, la cual mide la actividad eléctrica de su corazón. De esta manera se puede saber si el patrón de sus latidos es anormal.
- **Masaje del seno carotídeo** – Para esta prueba, el médico le presiona un vaso sanguíneo del cuello mientras observa el electrocardiograma. De esa manera, puede determinar si este vaso sanguíneo es muy sensible a la presión.
- **Un ecocardiograma (ecografía cardíaca)**– En esta prueba se utilizan ondas sonoras para crear una imagen del corazón. Así, los médicos pueden medir las paredes y cámaras cardíacas, ver cómo bombea el corazón y verificar el funcionamiento de las válvulas cardíacas. Las válvulas cardíacas son compuertas de tejido que se abren y se cierran como puertas vaivén y permiten que el flujo de sangre se desplace en un solo sentido.
- **Monitor cardíaco ambulatorio** – Para esto, es posible que deba usar o llevar un dispositivo en su casa. Debe seguir realizando sus actividades normales mientras lo use. Un tipo de monitor registra todos los latidos durante un día o dos mientras que con otros debe presionar un botón para registrar los latidos cuando siente los síntomas
- **Prueba de la mesa basculante** – Para esta prueba debe recostarse sobre una mesa. El médico examina los latidos y la presión arterial mientras su cuerpo está inclinado con la cabeza hacia arriba.

## ¿CÓMO SE TRATA EL SÍNCOPE?

Eso depende de la causa del síncope. En muchos casos, el tratamiento principal es evitar las situaciones que provocan el síncope.

En casos menos frecuentes, es posible que se necesiten otros tratamientos. Por ejemplo, quizás necesite un marcapasos si el corazón le late con demasiada lentitud y esto le provoca síncope. Un marcapasos es un dispositivo que se coloca debajo de la piel; se conecta al corazón con unos cables delgados y ayuda a que este lata a velocidad normal o con un patrón normal.