



American
Heart
Association.

GETTING TO THE **HEART OF STROKE™**

FA ¿ESTÁS EN RIESGO?

¿Qué es la FA? (o Fibrilación Auricular)

La FA es un problema en el que el corazón no mantiene un ritmo constante. Es el tipo más común de latido cardíaco irregular.

Algunas personas con FA presentan síntomas y otras no. Los síntomas pueden incluir:

- Fatiga general o fatiga al realizar ejercicios
- Latido cardíaco rápido e irregular
- Palpitaciones o "golpes" en el pecho
- Debilidad o mareos
- Falta de aire y ansiedad
- Desfallecimiento o confusión
- Sudoración
- Dolor o presión en el pecho



¿Por qué es importante la FA?

La FA aumenta el riesgo de:

- Derrame cerebral
- Demencia
- Problemas relacionados con el corazón



¿Te encuentras en riesgo de desarrollar FA?

Tu riesgo de desarrollar fibrilación auricular puede aumentar debido a ciertos factores. Consulta la lista de verificación abajo y marca los factores que puedan corresponder en tu caso. Después, conversa con tu profesional de la atención médica sobre tu riesgo de desarrollar FA o para obtener más información sobre cualquiera de esos factores.

En primer lugar, haremos algunas preguntas relacionadas contigo y con tu estilo de vida:

¿Cuántos años tienes?

La FA se vuelve más frecuente a medida que aumenta la edad, y por lo general se presenta en personas mayores de 65 años.

¿De qué sexo eres?

Las mujeres tienden a vivir por más tiempo que los hombres. También pueden tener más edad al aparecer la FA. Por este motivo, el riesgo de que sufran un ataque o derrame cerebral relacionado con la FA también puede ser mayor.

Indica si alguna de las siguientes situaciones corresponden a tu caso:

- ¿Consumes de forma habitual productos de tabaco?
- ¿Consumes de forma excesiva cafeína, drogas ilegales u otros estimulantes?
- ¿Consumes alcohol en exceso?

¿Alguna vez has sentido tu corazón acelerado o aleteando mientras hacías ejercicio?

Ciertos tipos de FA pueden presentarse en personas con bajos niveles de forma física y estilos de vida sedentarios. También puede ocurrir en atletas de resistencia, sobre todo en atletas de edad avanzada que pueden tener otros factores de riesgo o antecedentes de enfermedades cardíacas. Se sugieren ejercicios moderados.

¿Algún profesional de cuidados de salud te informó que tu índice de masa corporal (IMC) es superior a 30 (demasiada grasa corporal) o que padeces obesidad?



GETTING TO THE **HEART OF STROKE™**

Ahora, revisaremos una serie de preguntas sobre tus antecedentes médicos:

FACTORES DE RIESGO CLÍNICOS	SÍ	NO
¿A alguien de tu familia se le diagnosticó FA?		
¿Padeces apnea obstructiva del sueño?		
¿Sufres de presión arterial alta o tomas medicamentos para tratar la hipertensión?		
¿Padeces diabetes o tomas medicamentos para mantener el nivel de azúcar en la sangre controlado?		
¿Alguna vez un médico te atendió por una enfermedad tiroidea?		
¿Tuviste un ataque al corazón, una intervención quirúrgica en el tórax u otras afecciones cardiovasculares? <i>Es posible que tu profesional de cuidados de salud haya utilizado los términos "infarto de miocardio", "arteriopatía coronaria", "arteriopatía periférica" o "cirugía cardiotorácica" para describir estas afecciones.</i>		
¿Alguna vez un médico te diagnosticó valvulopatía cardíaca o te sometiste a una reparación o sustitución de una válvula cardíaca?		
¿Alguna vez un médico te diagnosticó insuficiencia cardíaca?		



Avances futuros

Si tu respuesta a estas preguntas fue "Sí", no significa que padeces FA, pero hay factores que podrían aumentar tu riesgo de padecerla. Lleva contigo esta información a tu próxima cita y habla con tu profesional de cuidados de salud sobre tu riesgo de desarrollar FA. Si presentas factores de riesgo, es posible que puedas implementar cambios que te ayuden a reducirlos.

Visita heart.org/AFibTools para obtener más información acerca de los síntomas de la FA y el riesgo de sufrir un ataque o derrame cerebral.



La fundación HCA Healthcare Foundation es el patrocinador a nivel nacional de Getting to the Heart of Stroke™.