

FIBRILACIÓN VENTRICULAR

Una arritmia cardiaca es una **alteración del ritmo cardiaco normal** que se conoce como ritmo sinusal.

La fibrilación ventricular (FV) es un tipo de arritmia caracterizada por una frecuencia cardiaca muy rápida (taquiarritmia) y la ausencia total de contracciones eficaces de los ventrículos lo que provoca que no llegue sangre a los órganos vitales provocando una parada cardiaca.

Es importante saber que una arritmia muy grave puede provocar la muerte si no se atiende de forma urgente. Es una de las causas más frecuentes de muerte tras un infarto de miocardio.

Causas

En condiciones normales el corazón se contrae de forma rítmica y sincrónica. Esta contracción es el resultado de un impulso eléctrico que se genera en la aurícula, llega al ventrículo y se traduce en un latido cardiaco. En una arritmia se produce una alteración de este mecanismo que conduce a que el corazón no se contraiga de manera regular generando un trastorno del ritmo.

La contracción de los ventrículos bombea la sangre al resto del cuerpo. En la fibrilación ventricular el ritmo cardiaco es muy rápido y caótico (hasta 300 latidos por minuto) y se caracteriza por no ser capaz de provocar un latido cardiaco eficaz. Así, la falta de contracción de los ventrículos provoca que la sangre apenas se bombee desde el corazón produciéndose un colapso del sistema cardiovascular y una parada cardiaca.

La causa más frecuente de FV son las enfermedades del corazón, principalmente las enfermedades de las arterias coronarias, y el infarto de miocardio. Igualmente, enfermedades que provocan alteraciones del metabolismo graves como falta de oxígeno o desequilibrio de los electrolitos pueden desencadenar este tipo de arritmias.

Síntomas

La FV se manifiesta de forma súbita, con ausencia de pulso, latidos cardiacos y de presión arterial, la ausencia de riego sanguíneo provoca en el paciente la pérdida de conciencia, pérdida de coloración de la piel y dilatación de las pupilas.

Diagnóstico

Cuando aparecen los síntomas descritos y ante un paciente inconsciente, el diagnóstico se confirma con el electrocardiograma que muestra un registro característico de la actividad caótica del ventrículo y con la comprobación de la ausencia de las constantes vitales.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA USO PROFESIONAL

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Hábitos higiénico-alimentarios

Llevar una vida sana, evitando el alcohol, café, tabaco, drogas y estrés contribuye a prevenir las enfermedades del corazón.

Además, existen una serie de recomendaciones que pueden ayudar a prevenir nuevos episodios:

- Dormir de forma ordenada; dormir poco produce arritmias.
- Evitar el estrés.
- La práctica del yoga es esencial porque actúa sobre los músculos del corazón desde un punto de vista aeróbico. Es mejor que un cardiólogo prepare un programa de ejercicios si se desea una actividad más agresiva.

Dieta

Lo primero, en las arritmias cardíacas, es evitar el café (algunas personas sufren arritmias cardíacas solo con una taza), el té, el alcohol y bebidas tipo colas o con excitantes (algunas bebidas energéticas). El exceso de alimentos refinados, sal, azúcares y grasas saturadas debe ser controlado ya que siempre perjudica al conjunto del sistema cardiovascular.

- El **ajo** no debe faltar ya que puede ayudar en alguna de las causas de las arritmias cardíacas (hipertensión, diabetes, etc.)
- El **magnesio** es uno de los minerales más beneficioso en estos casos. Se puede tomar en forma de cloruro de magnesio (suavemente laxante) o buscar otras formas (carbonato, gluconato, etc.) Como fuentes alimenticias ricas en magnesio destacan los **frutos secos, los cereales y las legumbres**.
- Los **ácidos grasos poliinsaturados omega-3** están siendo ahora muy estudiados ya que parecen ayudar en algunas arritmias cardíacas. Además de los **pescados azules o grasos** hemos de tener en cuenta las **semillas de lino o linaza, las algas, quínoa, nueces, germinados de soja, verdolaga**, etc.

Tratamiento

Es muy importante de cara al pronóstico y la supervivencia del paciente instaurar el tratamiento lo antes posible y solicitar ayuda médica urgente.

El tratamiento indicado es la cardioversión. Mediante un aparato eléctrico denominado desfibrilador externo se administra una descarga eléctrica en el corazón de una intensidad determinada para intentar recuperar el ritmo cardíaco normal. La cardioversión inmediata puede ser muy efectiva si el corazón no está muy dañado. En muchos lugares públicos (como aeropuertos, complejos deportivos) existen desfibriladores para uso público en caso de emergencia.

En pacientes con riesgo de este tipo de arritmia se puede colocar un dispositivo en el pecho denominado desfibrilador cardioversor implantable que controla el ritmo cardíaco y permite que se restablezca si detecta un episodio de FV.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA USO PROFESIONAL

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Además se deben iniciar inmediatamente maniobras denominadas de resucitación cardiopulmonar con el objetivo de restablecer la función respiratoria y cardíaca del paciente y así mantener el aporte de sangre al cerebro. Estas maniobras son una combinación de compresiones regulares en el pecho junto con insuflaciones de aire en la boca del paciente.

En cuanto sea posible se continuarán con medidas hospitalarias de soporte vital que incluyen:

- Intubación orotraqueal y ventilación del enfermo.
- Monitorización (control) de las constantes vitales: frecuencia y ritmo cardíaco, frecuencia respiratoria, presión arterial y concentración de oxígeno en sangre.
- Administración de fármacos endovenosos (como adrenalina) para restablecer y mantener el ritmo cardíaco y la presión arterial.
- El pronóstico y la recuperación del paciente, especialmente a nivel cerebral, dependerán de la rapidez con la que se instaure el tratamiento que permita el restablecer el flujo sanguíneo a los diferentes territorios del organismo, el más sensible es el cerebro. Por tanto, es una urgencia médica que requiere atención inmediata y derivación a un hospital.

Complementos alimenticios

HeartMax™, que contiene, entre otros:

- L-Carnitina: Mejora la función cardíaca. Este aminoácido es necesario para el transporte de los ácidos grasos hasta la mitocondria, donde se produce la energía. El corazón depende de las grasas para su combustible y una deficiencia supone una reducción en la producción de energía en el corazón.
- Omega 3: Estos ácidos grasos forman parte de la membrana celular y contribuyen a su flexibilidad, haciéndola más permeable (función endotelial). También poseen efectos sobre los niveles de lípidos, la coagulación (hemostásis), la formación de placas de ateroma en los vasos sanguíneos (aterogénesis) y la inflamación.
- Coenzima Q10: La Coenzima Q10 es casi imprescindible para todas las enfermedades cardíacas, dado que los que sufren este tipo de enfermedad suelen presentar niveles muy bajos de este nutriente.

Multinutriente como HealthyMega® (HealthAid), que contiene, entre otros:

- Vitaminas del grupo B: Los niveles moderadamente elevados de homocisteína en la sangre aumentan el riesgo de enfermedades cardiovasculares. Las vitaminas B6, B12 y folatos regulan los niveles de dicha sustancia en sangre. De las tres vitaminas, los folatos han demostrado que presentan el mayor efecto en el descenso de niveles basales de homocisteína en sangre cuando no coexiste deficiencia de vitamina B12 o vitamina B6. Su administración a largo plazo se asocia de forma independiente con menor mortalidad por cualquier causa en pacientes con enfermedad coronaria y niveles elevados de homocisteína. Tras la suplementación con folatos, la vitamina B12 es el determinante más importante en los niveles plasmáticos de homocisteína, sobre todo en personas mayores de 60 años.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA USO PROFESIONAL

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Los niveles plasmáticos bajos de vitamina B6 (piridoxal 5-fosfato) influyen en los niveles de homocisteína, pero también, por sí solos son un importante factor de riesgo de enfermedades cardiovasculares.

Las formas de folatos, B12 y B6 realmente efectivas, probablemente sean L-metilfolato, metilcobalamina y piridoxal-5-fosfato.

Es frecuente el déficit de tiamina (B1) en la insuficiencia cardíaca, y el tratamiento con tiamina mejora la fracción de eyección ventricular izquierda. (Vitamina del grupo B).

- Vitamina C: Por su acción antioxidante reduce el colesterol malo. Se recomienda el uso de vitamina C de liberación sostenida conjuntamente con bioflavonoides.
- Vitamina E: Mejora la circulación, actúa como anticoagulante y es una gran antioxidante contra los radicales libres peróxidos.
- Hierro: Siempre y cuando exista una deficiencia documentada, su suplementación asegurará una oxigenación correcta.
- Calcio: Mantiene la función adecuada de los músculos y regula los latidos del corazón.

Mag3 (Nutrinat Evolution): Muchos desarreglos del corazón tienen relación con una deficiencia de magnesio en el músculo cardíaco. El nivel de magnesio en sangre tiene relación con la capacidad del corazón de fabricar suficiente energía para latir correctamente. Es de especial interés en casos de arritmias y taquicardia. Se recomienda el uso de magnesio en forma de citrato.

Astrágalo (*Astragalus membranaceus*) 545 mg (HealthAid): La raíz de astrágalo se utiliza en medicina china en el tratamiento de cardiopatías, con buenos resultados en infartos, insuficiencia cardíaca congestiva y angina. Estos efectos se han relacionado con el contenido en saponósidos y con sus propiedades anticoagulantes e hipotensoras. Funciona como tónico cardíaco y puede ayudar a prevenir y tratar la arritmia.

Normaten (Lusodiete), que contiene, entre otros:

- **Abedul**, que ayuda a eliminar el exceso de líquidos a la vez que disminuye la presión arterial.
- **Espino blanco**: Activa la circulación sanguínea y regula la tensión arterial; además fortalece el corazón.
- **Pasiflora**: Es un sedante suave, que calma las palpitaciones nerviosas y favorece el pulso normal. Es una buena ayuda para combatir la irritabilidad y el estrés.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA USO PROFESIONAL

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.