



GUÍA PARA EL PACIENTE CON MARCAPASOS

El marcapasos que le han implantado es necesario para que pueda desarrollar una vida normal y realizar cualquier tipo de actividad. La actitud ideal del paciente portador de un marcapasos es que se olvide de que lo lleva puesto, pero no de sus revisiones periódicas. La presente guía tiene el objetivo de brindar todos aquellos consejos e información útil para llevar una vida saludable y plena.



¿QUÉ ES UN MARCAPASOS?

El sistema artificial de estimulación cardíaca, habitualmente llamado marcapasos, se compone de un aparato (generador) y uno o más cables (electrodos). El objetivo de esta estimulación artificial será lograr que el corazón vuelva a latir lo más parecido posible al modo normal. El generador es una pequeña caja metálica, del tamaño de un reloj de pulsera, que contiene unos circuitos electrónicos y una pequeña pila que suministra la energía necesaria para su funcionamiento.

¿QUÉ ES UN DESFIBRILADOR AUTOMÁTICO IMPLANTABLE (DAI)?

Es un dispositivo capaz de detectar la aparición de arritmias, diferenciarlas e iniciar su tratamiento eléctrico si es necesario. El efecto de una descarga de su DAI es similar a la de un desfibrilador externo cuando se aplican las palas sobre el pecho del paciente. Está indicado en la prevención de la muerte súbita o síncope por taquiarritmias ventriculares.

EL ALTA HOSPITALARIA

El momento de mayor incertidumbre, incluso temor a que las cosas vayan mal, son las semanas o meses posteriores a un primer implante, cuando todo es nuevo. Además en estos momentos puede haber molestias de la propia cirugía (dolor, hematomas, inflamación de la herida quirúrgica) que puedan derivar en algunas complicaciones.

CONSULTAS FRECUENTES

“El apósito que cubre los puntos está muy manchado”

Antes del alta le revisarán la herida y le pondrán un apósito limpio. Puede que con los movimientos del brazo aparezca una mancha de sangre en el apósito. Esto es normal. Si fuese en aumento y empapase el apósito debe consultar al médico.

.....

“La zona en la que está implantado el generador ha aumentado de tamaño, ha cambiado de color y tengo dolor”

Hinchazón tras el implante. Esta situación se da sobre todo si el paciente está anticoagulado. El motivo puede ser un sangrado que se acumula en la zona de la bolsa del generador y que forma un hematoma abultado, molesto por la tensión local, pero no muy doloroso. Conviene consultarlo.



“Hinchazón con dolor, enrojecimiento y fiebre”

Si en cualquier momento, aunque sea pasados varios años, aparece hinchazón en la zona con enrojecimiento local y dolor y, especialmente, si se acompaña de fiebre, debe consultar inmediatamente ante la sospecha de infección. Ante la duda tómesese la temperatura dos veces al día y si está elevada, aunque no sea mucho, debe consultar.

“Se me ha irritado la piel y quizá tengo una pequeña herida en la zona donde está implantado el marcapasos”

Puede haber sido un roce o un golpe, pero otras veces se trata de que el marcapasos puede estar moviéndose y rozando la piel desde dentro. Para evitar el riesgo de infección debe consultar con la unidad de seguimiento de marcapasos.

Hasta que lo vean en la consulta debe cubrir la zona con una gasa estéril para evitar roces y no tocarla. En ningún caso conviene que usted manipule la zona o mueva el marcapasos empujándolo o girándolo, porque esto puede llegar a dañar los cables y moverlos, añadiendo problemas a la irritación local.

“He tenido mareos o he perdido el conocimiento”

Hay pacientes que tienen mareos por causas ajenas al ritmo cardíaco, aunque el marcapasos funcione perfectamente. En el caso que el mareo sea intenso y, sobre todo, un fenómeno nuevo o inusual, debe consultar cuanto antes a un médico, incluso en un centro de urgencias si no puede ir a su consulta habitual. Es importante que lleve la Tarjeta del Paciente Portador de Marcapasos o el informe de alta.

“Se han reproducido los mismos síntomas o parecidos a los que tenía antes del implante del marcapasos”

Debe solicitar una consulta para que se revise el marcapasos y se compruebe su correcto funcionamiento.

“Desde hace unos días estoy más cansado y me cuesta realizar actividades diarias”

Si ha notado aumento de su fatiga, falta de aire, hinchazón de las piernas, abdomen o hipo consulte con la unidad de seguimiento de marcapasos. Si el marcapasos funciona bien y no se ha detectado otro problema cardiológico, le indicarán los pasos a seguir.

“El marcapasos produce sonidos o vibraciones”

Algunos marcapasos pueden alertar al paciente de algunos cambios detectados que afectan a la pila o al cable, o incluso a parámetros del propio organismo en relación con la enfermedad tratada. Estos avisos pueden ser sonidos varios o vibraciones, generalmente a una cierta hora del día. Recuerde que, ante cualquier duda, siempre es mejor consultar.



VIDA NORMAL: ¿QUÉ PUEDO HACER Y QUÉ DEBO EVITAR?

La actitud ideal del paciente portador de un marcapasos es que se olvide de que lo lleva puesto, pero no de sus revisiones periódicas.

Usted puede:

- Practicar deportes, incluso aquellos que precisen de movimientos bruscos del brazo como el tenis o el golf.
- Caminar, nadar, montar en bicicleta son las actividades más recomendables para cualquier persona con y sin marcapasos.
- Viajar en cualquier medio de locomoción.
- Tomar sol, pero con precaución. No debe exponer la piel sobre el generador de marcapasos durante largas horas al sol, porque podría recalentar el metal que envuelve al marcapasos y producir una quemadura interna. Siempre debe tomar la precaución de no permanecer al sol durante horas.
- Tener relaciones sexuales con toda normalidad.
- Las mujeres portadoras de un marcapasos pueden quedar embarazadas y dar a luz sin ningún tipo de problema.

Debe evitar:

- Practicar deportes en los que pueda recibir golpes sobre el marcapasos como el fútbol, artes marciales, etc.
- Llevar ropa apretada sobre el marcapasos. Procure evitar, si lleva mochila o una bolsa cualquiera, que las correas presionen sobre el marcapasos.
- No coloque ni aproxime imanes a la zona del marcapasos.

INTERFERENCIAS POTENCIALES EN EL FUNCIONAMIENTO DEL MARCAPASOS

Su marcapasos no sólo estimula el corazón cuando es necesario, sino también sabe reconocer las señales propias de las cámaras cardíacas para reaccionar ante ellas según esté programado. La detección de estas señales las realiza a través de los cables, que se comportan como antenas. A través de esas antenas también puede recibir señales externas al corazón, que pueden actuar como interferencias, y que pueden competir con el funcionamiento normal del marcapasos.

Estas interferencias son producidas por campos eléctricos y/o magnéticos, y se originan fundamentalmente en el entorno hospitalario. En el ámbito domiciliario son escasas, predecibles y se pueden evitar o controlar.



EN EL DOMICILIO

- Para evitar que los electrodomésticos causen interferencias siempre asegúrese que los mismos se hallen en buen estado de conservación, tengan toma a tierra y no se coloquen sobre la zona donde se halla el marcapasos.
- Siguiendo estas normas, se puede utilizar todo tipo de electrodomésticos, aspiradoras, lavadoras, secadoras, frigoríficos, batidoras, secadores de cabello, máquinas eléctricas de afeitar, microondas, placas vitrocerámicas y de inducción, etc.
- Los abrelatas eléctricos, los reproductores de música digital, walkie talkies usados a menos de 15 centímetros y las emisoras potentes de radioaficionados, son los elementos que más interferencias pueden ocasionar.
- Si manipula lámparas, aparatos conectados a la red eléctrica, o cambia los focos de luz, desconecte la toma de corriente general de la casa o específicamente la correspondiente al electrodoméstico.

El teléfono celular puede recibir interferencias transitorias que se evitan utilizándolo sobre el oído opuesto a donde esté ubicado el marcapasos y trasportándolo en el lado opuesto a la zona del mismo. Las antenas repetidoras de telefonía móvil no representan riesgo a distancias superiores a 2 metros.



EN EL JARDÍN

Puede continuar con sus labores de jardinería, pero en determinados ajustes del marcapasos las vibraciones de un cortacésped o sierra pueden aumentar el número de sus pulsaciones (pregunte a su cardiólogo al respecto).



EN LA CALLE

Los sistemas antirrobo ubicados en las cajas o en las entradas o salidas de los comercios pueden producir interferencias, que se evitan pasando normalmente por ellos, pero sin apoyarse ni detenerse.

Los arcos detectores de metales usados en los aeropuertos o en las entradas de las entidades bancarias o edificios públicos, no afectan al marcapasos, pero debe indicar al encargado que usted es portador de un marcapasos.

El subte, los tranvías eléctricos, los colectivos, el tren, el avión y la conducción de automóvil no producen interferencias.

Nunca se ponga a manipular en los distintos elementos del motor de su coche con el capó levantado y el motor en marcha.



EN EL TRABAJO

- La probabilidad de que se produzcan interferencias durante la actividad laboral es muy rara. No obstante se debe evitar trabajar en emisoras de radar, radiodifusión o televisión potentes (más de 75 vatios) o en la proximidad de generadores, motores eléctricos o magnéticos muy potentes.

- Evite las centrales y subestaciones generadoras de energía eléctrica, la proximidad de líneas de alta tensión (1 metro por cada 10.000 voltios) o de transformadores eléctricos de alta potencia, los hornos industriales de inducción. No emplee soldadura eléctrica. Consulte con su médico si en su trabajo existen equipos como los descritos.





EN EL ÁMBITO HOSPITALARIO

El medio hospitalario es el lugar donde se pueden producir más interferencias significativas. Por lo que debe tener en cuenta los siguientes puntos:

- Puede someterse a todo tipo de intervención quirúrgica, pero debe indicar a su médico cirujano y anestesista que lleva un marcapasos.
- Las radiografías normales, las ecografías y los escáneres no producen alteraciones.
- Está contraindicado someterse a diatermia (las llamadas corrientes), resonancia magnética, tomografía de emisión de positrones (PET).
- Los tratamientos de litotricia, radioterapia, cardioversión o ablación eléctricas, estimulación eléctrica transcutánea (TENS) pueden llevarse a cabo con las medidas adoptadas por sus especialistas.
- Los tratamientos con láser pueden utilizarse siempre que no se apliquen sobre la zona del marcapasos.
- La medicación rara vez puede producir algún tipo de disfunción en el buen funcionamiento del marcapasos (pregunte a su médico ante los cambios de tratamiento farmacológico).
- La aplicación por su odontólogo de fresado, láser o ultrasonidos no produce interferencias siempre que se utilicen de forma intermitente y evitando apoyar el asa del instrumento sobre el marcapasos.

Ante cualquier duda consulte con su médico o unidad de arritmias

REVISIONES PROGRAMADAS

ES FUNDAMENTAL QUE USTED ACUDA A LAS MISMAS

Una persona portadora de un marcapasos debe realizar revisiones periódicas con su especialista, una o dos veces al año durante el resto de su vida. Es indispensable no faltar a las mismas para realizar el seguimiento de su estado de salud y de batería del dispositivo.

Si por algún problema (viaje, enfermedad, etc.) no pudiera acudir en la fecha indicada, póngase en contacto con el servicio de Cardiología y re programe su consulta de control de marcapasos.

Ante cualquier consulta o duda puede comunicarse al 0351- 468 8200

Av. Naciones Unidas 346
B° Parque Vélez Sársfield - Córdoba
(0351) 468 8200
www.hospitalprivado.com.ar

