



## Mujeres viviendo con fibrilación auricular (AFib, por sus siglas en inglés)



### Obtenga el cuidado de salud que usted necesita

Si usted ha estado viviendo con fibrilación auricular (AFib, por sus siglas en inglés) por algún tiempo, podría saber que puede causar un ataque cerebral o *stroke* en inglés (conocido también como accidente cerebral, apoplejía, derrame cerebral o infarto cerebral) u otros problemas graves, especialmente si no recibe el tratamiento que necesita.

**La buena noticia es que puede tomar medidas para apoyarse a usted misma y asegurarse de que esté recibiendo el tratamiento que necesita para estar lo más sana posible.**

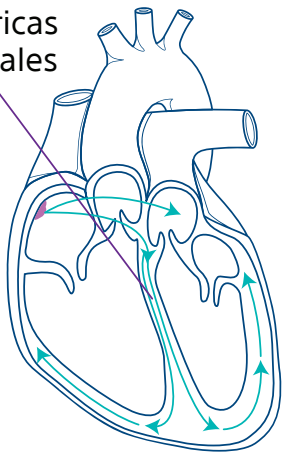


#### **Las mujeres y la fibrilación auricular**

Las mujeres con fibrilación auricular tienen más probabilidad de tener un ataque cerebral que los hombres con este problema de salud<sup>1</sup>. Sin embargo, las mujeres con fibrilación auricular tienen menos probabilidad de obtener el cuidado y tratamiento adecuados. Esto podría deberse en parte debido a que las mujeres con fibrilación auricular tienen menos probabilidad de ser derivadas a un cardiólogo (un médico que se especializa en tratar los problemas del corazón) que los hombres con este problema de salud.

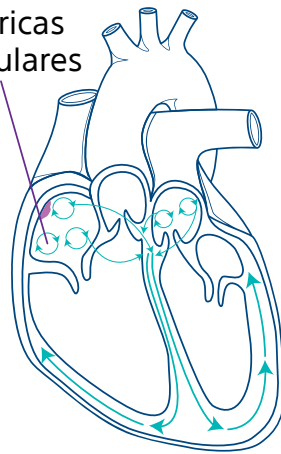
<sup>1</sup>[jamanetwork.com/article.aspx?doi=10.1001/jamacardio.2016.1025](https://jamanetwork.com/article.aspx?doi=10.1001/jamacardio.2016.1025) (en inglés)

señales eléctricas normales



latido a un ritmo constante

señales eléctricas irregulares



latido irregular (fibrilación auricular)

La fibrilación auricular ocurre cuando el latido de su corazón es irregular (no tiene un ritmo constante) y a menudo es más rápido de lo normal. Como resultado, la sangre no fluye bien desde la parte de arriba de su corazón a la parte de abajo. Esto puede causar que la sangre se acumule en el corazón y forme coágulos, aumentando su riesgo de tener un ataque cerebral.

## Apoye y proteja su propia salud

**Aprenda sobre sus opciones de tratamiento.** Usted puede controlar la fibrilación auricular mediante cambios en su estilo de vida y tomando diferentes tipos de medicamentos. Por ejemplo, los bloqueadores beta hacen que sus latidos sean más lentos, y los anticoagulantes de la sangre previenen que se formen coágulos, para disminuir su riesgo de tener un ataque cerebral. El tratamiento para la fibrilación auricular puede también incluir dispositivos y procedimientos médicos. Por ejemplo:

- **Cardioversión**, que hace que el latido del corazón vuelva a un ritmo normal mediante choques eléctricos
- **Ablación cardíaca**, que bloquea las señales eléctricas que causan el latido irregular de su corazón

Si usted corre un alto riesgo de sangrado (hemorragia) debido a los anticoagulantes, **hable con su médico sobre un procedimiento conocido como "cierre del apéndice auricular izquierdo"**. Este procedimiento cierra un área del corazón para ayudar a evitar que los coágulos se formen, lo que disminuye el riesgo de un ataque cerebral y permite que usted pueda detener el consumo de anticoagulantes.



## Haga preguntas a su doctor para ayudar a asegurarse de que está obteniendo el cuidado médico que usted necesita. Por ejemplo:

- ¿Por qué recomienda mi actual plan de tratamiento?
- ¿Hay otros medicamentos, dietas o actividades que podrían ayudarme?
- ¿Me puede hablar sobre la ablación cardíaca?
- ¿Cumpló con los requisitos para participar en un ensayo clínico?

**Cumpla con todas las visitas médicas.** Sin embargo, recuerde que usted tiene derecho a recibir cuidado de salud de un médico en quien confíe, alguien que tome sus síntomas seriamente, que escuche sus opiniones y que responda a todas sus preguntas.

Si se siente insegura sobre su cuidado de salud, pida una segunda opinión de otro médico.

**Haga que su propia salud sea una prioridad.** Las mujeres a menudo ejercen el papel de cuidadoras. Sin embargo, es importante cuidarse a sí misma también, por ejemplo, llamando a su médico si usted tiene un nuevo síntoma o si hay algo que no se siente bien.

**Si no se siente cómoda hablando en inglés con su médico, enfermera o profesional de salud, hágalo saber.** Muchos centros médicos están obligados por ley a ofrecer servicios de ayuda de idiomas sin costo (como por ejemplo, traductores orales o traducción por escrito).

**Lleve a un familiar o amigo con usted a sus visitas médicas.** Ellos pueden ofrecer apoyo emocional, ayudarle a hacer preguntas y tomar notas.



Si usted está teniendo un ataque cerebral, ¡cada minuto cuenta! Si usted piensa que está teniendo un ataque cerebral, llame al 911 inmediatamente. Lea más sobre los síntomas del ataque cerebral: [cdc.gov/stroke/signs\\_symptoms\\_esp.htm](https://www.cdc.gov/stroke/signs_symptoms_esp.htm)