



Síndrome de taquicardia ortostática postural (POTS)



Descripción general

Esta afección, (también llamada POTS, por sus siglas en inglés) hace que el corazón lata mucho más rápido de lo normal al ponerse uno de pie después de haber estado sentado o acostado. Puede hacer que uno se sienta aturdido o mareado. Puede provocar desmayos.

Causas y factores de riesgo

¿Por qué se produce? No estamos seguros de la causa del POTS. Podría estar relacionado con un problema del sistema nervioso, del aparato circulatorio o con algún otro problema. Muchos factores pueden estar implicados. Algunas cosas aumentan el riesgo de padecer POTS. Por ejemplo, estar embarazada, padecer una enfermedad o infección, sufrir una lesión o someterse a una intervención quirúrgica. Además, es más frecuente en las mujeres.

Síntomas

¿Cuáles son los síntomas? Puede sentir los síntomas del POTS cuando se pone de pie, o cuando está de pie o caminando durante un largo período de tiempo. Los síntomas pueden ser muy variados. El corazón puede acelerarse o latir de forma anormal. Puede sentirse aturdido o mareado. Quizá sienta que se le nubla la mente. Es posible que se sienta ansioso, nervioso o cansado. Tal vez tiemble y sude. Puede sentir dolor en el pecho y dificultad para respirar. Pídale a su médico una lista completa de síntomas.

Tratamiento

¿Cómo se trata? Normalmente controlamos este síndrome con dieta y ejercicio. Su médico puede recomendarle cambios en la dieta (como ingerir más líquidos y sales) junto con ejercicios específicos que puede realizar para aliviar los síntomas. También pueden ser útiles las medias de compresión. Con ellas se evita que la sangre se acumule en las piernas. Además, podemos recetarle medicamentos. Su médico creará un plan de cuidados que sea adecuado para usted.

