

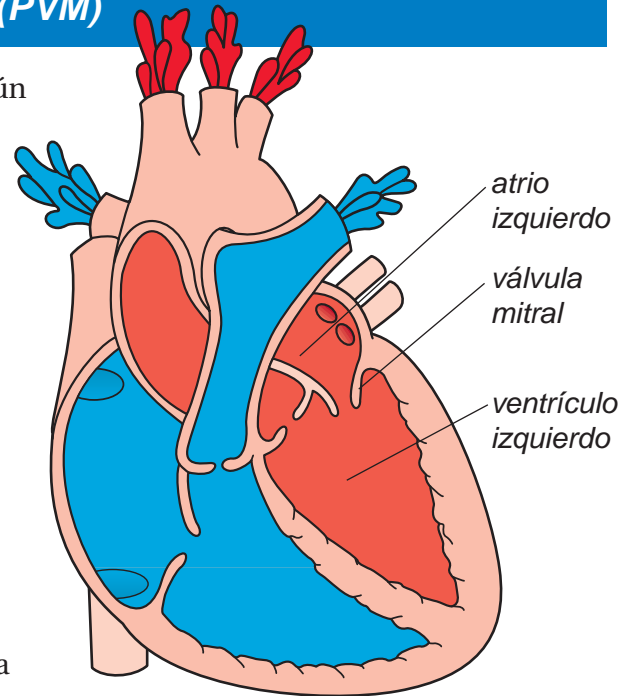
Infórmese sobre el prolapso de la válvula mitral

Datos sobre el prolapso de la válvula mitral (PVM)

El prolapso de la válvula mitral (PVM) es un problema común de la válvula del corazón que afecta aproximadamente al 2% de la población. La válvula mitral es la válvula que se encuentra entre la cámara izquierda de la parte superior del corazón (atrio) y la cámara izquierda inferior (ventrículo). Esta válvula abre y cierra para permitir que la sangre fluya desde el atrio hasta el ventrículo. Luego, la sangre es bombeada al resto del cuerpo.

Si la válvula mitral sufre un prolapso, no cierra de la manera apropiada. Esto podría dejar que la sangre retornara al atrio en lugar de ser enviada al cuerpo.

Se desconoce la causa del PVM, pero parece ser hereditario (corre en la familia.) A menudo, el PVM es encontrado cuando surgen otros trastornos sanguíneos, musculares, cardíacos y de tiroides. En el pasado se pensaba que era más común en las mujeres que en los hombres. Sin embargo, estudios recientes han encontrado que afecta de igual manera a hombres como a mujeres.



Los síntomas

Más de la mitad de las personas con PVM no tiene síntomas. A menudo, el PVM se encuentra como parte de un examen físico de rutina. Sin embargo, el estrés puede traer síntomas que, como regla, usted no tendría, incluyendo:



- **Ansiedad y ataques de pánico** sin razón alguna
- **Dolor** en el lado izquierdo del pecho
- **Palpitaciones:** rápidas o latidos del corazón irregulares
- **Cansancio:** sentirse cansado todo el tiempo sin razón alguna
- **Dificultad para respirar:** falta de respiración al mínimo esfuerzo
- **Migraña:** (es posible que el PVM no cause estos dolores de cabeza, pero las personas con PVM los padecen mucho)
- **Taquicardia:** aumento en los latidos del corazón o latidos fuertes en su pecho

A menudo, los síntomas del PVM no causan ningún problema. Sin embargo, estos síntomas podrían molestarle si usted no sabe de qué se trata.

Infórmese sobre el prolapso de la válvula mitral

Cómo se trata



La buena noticia es que, en la mayoría de los casos, el PVM no es lo suficientemente grave como para necesitar tratamiento.

Sin embargo, si usted tiene síntomas, podría ayudarle el saber qué significan y si necesitan ser tratados. Conocer que estos síntomas son normales en las personas con PVM y que no representan una amenaza para la vida, puede ser suficiente para ayudarle a controlarlos. Usted puede aprender a manejar la mayoría de los síntomas sin la necesidad de medicamentos u otros tratamientos.

Si usted tiene PVM, le podrían administrar antibióticos antes de cualquier trabajo dental o cirugía. Esto se hace para evitar que la bacteria llegue hasta su torrente sanguíneo y cause endocarditis (una infección de la capa más interna del corazón.)

Si tiene dolores en el pecho o latidos del corazón irregulares, el tratamiento podría consistir en medicamentos. Probablemente, estos medicamentos sean un bloqueador de beta o un bloqueador de los canales del calcio. Estos medicamentos ayudan a sus vasos sanguíneos a relajarse y hacer más lento el latido del corazón para aliviar los síntomas.

Consejos útiles

Si los síntomas del PVM le están causando problemas, trate lo siguiente:

- Acuéstese y coloque sus piernas en una posición elevada sobre almohadas o sobre una silla para reducir el dolor de pecho
- Aprenda técnicas de relajación para ayudarle a manejar el estrés y la ansiedad
- Si necesita medicamentos, tómelos según se los receta su médico
- Lleve una dieta saludable, manténgase más activo y haga ejercicios regularmente
- Si el ejercicio y hacer muchas actividades le causan síntomas, evite o limite esto y consulte a su médico sobre este asunto
- Evite las cosas que podrían causarle síntomas (incluyendo café, alcohol, fumar, azúcar, estrés, sal y no tomar suficiente líquidos)

Consulte siempre a su médico antes de comenzar un programa de ejercicios.

