

# Sustancias que pueden causar trastornos del ritmo cardíaco

Miles de sustancias pueden afectar el sistema eléctrico del corazón y cambiar su capacidad de bombear sangre a través del cuerpo.



Muchas drogas ilegales, fármacos recetados y medicamentos de venta libre, así como también alcohol, tabaco, determinados alimentos y otras sustancias, pueden afectar las señales eléctricas que generan el latido.

## **Cafeína, dieta y arritmias cardíacas**

La cafeína es la sustancia más comúnmente vinculada con los

ritmos cardíacos anormales (arritmias). Algunas personas sienten palpitaciones (latidos rápidos) al beber café o té o al comer chocolate. El vino tinto y el exceso de comida pueden generar síntomas en otras personas.

## **Abuso de sustancias: Drogas e inhalantes**

El abuso de drogas, ya sean legales o ilegales, puede provocar arritmias peligrosas.

## **Alcohol**

Las pequeñas cantidades de alcohol (no más de un trago por día) pueden reducir el riesgo de padecer problemas cardíacos y aumentar el colesterol "bueno" (colesterol HDL). Pero, en algunas personas, el alcohol puede causar trastornos del ritmo cardíaco. El abuso del alcohol es un factor de riesgo importante de

presión arterial alta, cardiomiopatía (músculo cardíaco debilitado), insuficiencia cardíaca y apoplejía.

## **Tabaco**

El tabaco (los cigarrillos) causa más enfermedades cardíacas y de los vasos sanguíneos, apoplejías y muertes relacionadas con el corazón que todos los fármacos ilegales combinados. Contribuye tanto como un tercio del total de las cardiopatías.

## **Complementos dietéticos y medicamentos de venta libre**

Algunas hierbas y sustancias en remedios de venta libre pueden causar ritmos cardíacos anormales. Las píldoras dietéticas pueden ser particularmente peligrosas. Los pacientes deben hablar siempre con un proveedor de atención médica antes de comenzar a tomar un nuevo medicamento o complemento.

**¿sabía  
USTED?**

Todos los días, el corazón genera suficiente energía como para impulsar a un camión a lo largo de 20 millas (32 km). Durante una vida, esto equivale a conducir hasta la luna, ida y vuelta.

Fumar cigarrillos contribuye como a  
**1/3** del total de las cardiopatías.

### **Fármacos recetados**

Si bien la mayoría de los medicamentos recetados por los médicos son beneficiosos para la salud, algunos pueden causar graves efectos secundarios.

Algunos medicamentos comúnmente recetados para las arritmias, las cardiopatías y la presión arterial alta pueden, en sí mismos, causar problemas entre los que se incluyen trastornos del ritmo cardíaco. Los pacientes deben estar atentos a los síntomas y hablar con un médico o proveedor de atención médica ante cualquier cambio.

### **Sustancias en el ambiente y en el lugar de trabajo**

Hay miles de sustancias en el ambiente que pueden causar arritmias, cardiopatías y muerte.

En general, las personas que corren mayor riesgo son aquellas que manipulan o entran en contacto con sustancias peligrosas en el lugar de trabajo. Algunas de las sustancias que pueden causar problemas son: emisiones automotrices, humo de cigarrillo, polución proveniente de plantas industriales, diluyentes de pintura y gas propano.