

Societat

Salut cardiovascular

Creix una cardiopatia entre els joves que no és benigna, com es pensava

La fibril·lació auricular passa a liderar els tipus d'arrítmies tractades als hospitals

ANTONI LÓPEZ TOVAR
Barcelona

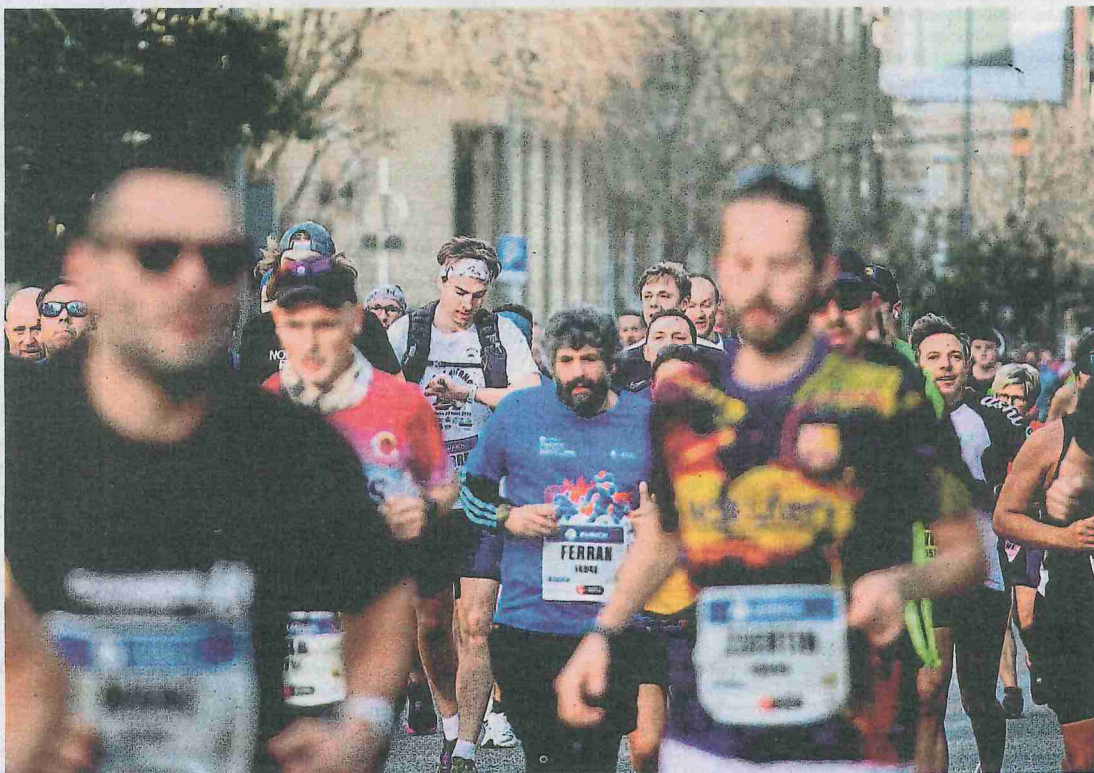
La fibril·lació auricular (FA), l'arrítmia més freqüent en les persones grans, apareix cada vegada amb més freqüència en persones més joves, a qui també pot provocar greus conseqüències. Així ho assegura l'experiència dels cardiòlegs i ho corrobora un estudi acabat de publicar als EUA.

Aquesta cardiopatia ha passat a ser el tipus d'arrítmia més tractada als hospitals espanyols i el seu creixement està superant totes les expectatives. "Es parla que pot arribar a produir-se una veritable epidèmia d'FA d'aquí 10 o 20 anys", afirma Ignasi Anguera, director de la unitat d'arrítmies de l'hospital de Bellvitge.

L'FA és una arrítmia, és a dir, una alteració del ritme cardíac. Aquesta afecció, que fa créixer el risc d'insuficiència cardíaca i d'ictus, històricament s'ha associat a l'edat i s'ha considerat que per als pacients joves no era un factor de desenvolupament d'altres patologies. Un estudi del Centre Mèdic de la Universitat de Pittsburgh amb dades de més de 67.000 persones tractades, una quarta part de menys de 65 anys, remarca que aquests pacients tenen un risc significativament més gran d'hospitalització per insuficiència cardíaca, vessament cerebral i infart de miocardi que les persones sense fibril·lació auricular.

La troballa és alarmant pel fet que cada cop es detecten més casos d'FA en totes les franges d'edat, especialment entre joves, confirma Ivo Roca, cap de la secció d'arrítmies de l'hospital Clínic de Barcelona. Segons la seva experiència, diversos factors expliquen aquesta extensió: "En primer lloc, tothom està més alerta per detectar, perquè allò que es pensava que era una arrítmia benigna ara es veu que pot arribar a ser greu. Com que tenim nous instruments de detecció, cada dia fem *screening* en pacients més joves. Segur que no n'hi ha més, de casos, però ara els detectem abans".

D'altra banda, l'FA forma part del grup de malalties produïdes en certa mesura per factors de risc cardiovascular. "La dieta ha fet que l'obesitat hagi augmentat en el nostre entorn com va passar fa anys als EUA



Atletes a la maratón de Barcelona: l'esforç físic intens i prolongat és una causa d'arrítmies entre la població jove

entre persones joves", raona el cardiòleg.

Segons els experts, un altre fenomen que explica l'augment de la prevalença d'FA entre el jovent i els adults joves són els rellotges intel·ligents, capaçs de fer electrocardiogrames amb força precisió i fer el crit d'alerta. Així s'han detectat

Ignasi Anguera:
"L'FA pot arribar a convertir-se en una veritable epidèmia d'aquí 10 o 20 anys"

no pocs casos d'FA asimptomàtica o amb símptomes lleus: palpitations o batecs del cor accelerats.

Segons el doctor Anguera, el fet que l'FA afecti un subgrup de pacients joves sense altres cardiopaties (fibril·lació auricular aïllada) és un detall característic. L'increment de casos respon a la facilitat de la detec-

ció i a l'existència de factors desencadenants molt perfilats: hipertensió arterial, consum excessiu d'alcohol, apnees del son, obesitat o sedentarisme. Fins fa uns anys, uns altres tipus d'arrítmies eren més freqüents, ara l'FA és la número u i creix sense fre. "L'augment de la incidència sempre és més im-

portant del que s'esperava, cada cop se superen les previsions en la xifra de malalts que atenem. Es diu que pot arribar a convertir-se en una veritable epidèmia d'aquí 10 o 20 anys", afirma el cardiòleg.

Està demostradíssim que l'esport és cardioprotector, malgrat que, paradoxalment, prac-

ticat en excés es pot convertir en un desencadenant d'FA, i aquest excés solen protagonitzar-lo persones joves. "Hi ha un subgrup d'individus que fan exercici d'alta intensitat durant moltes hores en entrenaments i competició", indica Anguera. Aquesta pràctica provoca un augment de la freqüència cardíaca que fa que es produeixin anomalies al múscul cardíac (fibrosi) i amb el temps augmentin significativament les probabilitats de desenvolupar una arrítmia.

Davant l'increment de casos i la constatació que també entre el jovent que no té altres cardiopaties poden desencadenar conseqüències greus, Anguera invoca prevenció: "Es important perquè la gent jove tendeix a pensar que és lliure de riscos cardiovasculars i hi ha una certa deixadesa. Han de portar un bon control de la hipertensió, fer exercici físic moderat i de manera regular, controlar el pes i tractar les apnees del son. Costa que la gent jove se'n faci càrrec, però ho han de fer".

Prevençió i detecció precoç, claus

■ La part positiva de la dinàmica de creixement i extensió de la fibril·lació auricular (FA) és que respon clarament a la prevenció i el tractament és altament efectiu si es duu a terme en els estadis inicials, d'aquí la transcendència de la detecció precoç. Prevenció, en la línia de la salut cardiovascular: hàbits de vida saludables, dieta mediterrània, esport de manera regular i moderada, control de l'obesitat, la hipertensió

i les apnees del son. "En cas de dubte, consulta precoç al metge", prescriu Ivo Roca: "Si deixem la FA sense tractament pot evolucionar a insuficiència cardíaca o ictus cerebrals. Si es detecta, hi ha un tractament preventiu, l'ablació cardíaca amb catèters, un procediment mínimament invasiu amb què s'elimina el focus de l'arrítmia. Si es du a terme de manera precoç, la taxa d'èxit a llarg termini és del 80%".