

# El ejercicio físico intenso aumenta siete veces el riesgo de sufrir arritmias cardíacas

1 voto | 5 comentarios



25/02/2008 | Actualizada a las 15:38h

Barcelona. (EFE).- El ejercicio físico intenso aumenta siete veces el riesgo de padecer fibrilación auricular, como se denomina a la arritmia cardíaca, según un estudio del hospital Clínic de Barcelona, que señala que la probabilidad de padecer esta cardiopatía aumenta con las horas de ejercicio físico realizadas.

El trabajo, coordinado por Lluís Mont, médico investigador del Instituto del Tórax del Hospital Clínic, en colaboración con el Instituto Municipal de Investigación Médica (IMIM), relaciona además la actividad física, la altura y el tamaño de la aurícula con el desarrollo de la fibrilación auricular de origen desconocido o idiopática.

La fibrilación auricular es la arritmia cardíaca más común en la práctica clínica, que se caracteriza por la presencia de un ritmo cardíaco irregular, y puede ser causa o consecuencia de una insuficiencia cardíaca.

El trabajo pone de manifiesto que a partir de una determinada edad hay que ajustar el grado de esfuerzo físico para evitar problemas cardíacos futuros, y matiza que aunque el deporte es sano, "debemos ser conscientes de nuestras capacidades y no exigirnos altos rendimientos a partir de ciertas edades".

Palpitaciones en reposo o en esfuerzo, sensación de falta de aire, dolor torácico o mareo son las principales características de esta cardiopatía, que en el 30% de los casos que ingresan en urgencias son idiopáticas, es decir, tienen una causa desconocida en personas de menos de 65 años.

Presentado en el Simposio Internacional Esteve de Cardiología que se celebra en Barcelona, este estudio demuestra que existe un efecto acumulativo, ya que la probabilidad de padecer fibrilación auricular aumenta con la cantidad de ejercicio físico que se practique a lo largo de la vida.

Los autores del trabajo, que demuestra que a mayor actividad física mayor probabilidad de padecer fibrilación auricular, querían comprobar si existe un vínculo entre la actividad física y la fibrilación auricular.

Para llevar a cabo el trabajo analizaron a dos grupos de pacientes, 107 personas menores de 65 años que habían acudido al Servicio de Urgencias del Hospital Clínic con un episodio de fibrilación auricular de menos de 48 horas de duración, y con un grupo control de 107 voluntarios sanos emparejados por edad y sexo.

Posteriormente, cada persona contestó a un detallado cuestionario para determinar el tiempo acumulado que dedicaba a actividades físicas a lo largo de su vida, y del análisis multivariable se dedujo que la práctica de deportes de resistencia aumenta en 7 veces el

riesgo de padecer fibrilación auricular idiopática, y que tiene relación con la actividad física acumulada durante la vida.

Aunque ya había estudios que relacionaban el ejercicio físico intenso con la aparición de fibrilación auricular, como consecuencia de la hipertrofia típica de las cavidades cardíacas, los trabajos no recogían variables cuantificables en otro tipo de pacientes, como son la actividad laboral que implique una actividad física mantenida o incluso la altura del individuo.

Según los expertos, el descubrimiento de estos nuevos factores de riesgo en la más común de las arritmias puede ser clave para conocer las causas de la fibrilación auricular idiopática y determinar así medidas preventivas eficaces.




---

wit | 26/02/2008, 05:55 | girona |

Prefiero ser un bonito cadaver muerto que un patetico caraver vivo!!!!

wit | 26/02/2008, 05:54 | girona |

..jeje...ya decia yo!!ahora solo falta algun estudio de estados unidos (siempre son de ahi) que diga que el Marlboro es bueno para el colesterol y trabajar de noche agudiza la creatividad.Vamos, si a eso le sumas que el frankfurt de puesto de feria con un par de birras y un carajillo de "pujol".....voy a vivir 132 años!!dios mio! que horror!!!

Francesc | 25/02/2008, 18:09 | |

tengo 77 años y suponia esto. Exceso de caminar da artrosis, exceso deporte a partir cierta edad arritmia, y otros defectos, exceso comer diabeits y demás, todos los excesos son perjudiciales. Tengo dilatación raiz aorta y no se de que me viene: quizás de nacimiento. Tengo 44, limite es 46 según se.

jerico | 25/02/2008, 16:26 | |

Media informacion, medias verdades.Hay como se sabe, el caso contrario el de perdida de flexibilidad arterial y problemas de oxigenacion y atrofiás musculares. Por favor , la opinion de un medico, donde esta el justo equilibrio.

arturo | 25/02/2008, 16:06 | parnamirim | brasil

Cualquier sobre esfuerzo en persona, animal o cosa aumentará el desgaste como es lógico (veáse el último caso en Durán i Lleida),pero me alegro de que los científicos sepan contextualizar y adornar con las oportunas experiencias tal aseveración.