

Control del dolor

Teléfono: 682-885-7246

1500 Cooper St.
Fort Worth, TX 76104

POTS

Postural: Relativo a la postura del cuerpo, por ejemplo, estar sentado o de pie.

Ortostática: La presión arterial disminuye cuando se levanta rápidamente tras estar acostado o sentado.

Taquicardia: Latidos rápidos del corazón.

Sistema nervioso autónomo y POTS

El síndrome de taquicardia postural ortostática (postural orthostatic tachycardia syndrome, POTS) es causado por un desequilibrio del sistema nervioso autónomo.

Sistema nervioso autónomo: Parte del sistema nervioso que controla las *acciones involuntarias* del cuerpo, tales como la frecuencia cardíaca, la presión arterial y la digestión.

Está compuesto del sistema nervioso *parasimpático* y *simpático*.

- 1. Simpático:** Responsable de acelerar y controlar el cuerpo durante situaciones de estrés, tales como emergencias, lesiones o la percepción de amenazas.
- 2. Parasimpático:** Responsable de hacer descansar al cuerpo. Controla las respuestas del cuerpo en reposo.

Parte del cuerpo	Parasimpático	Simpático
Frecuencia cardíaca	Hace lento	Acelera
Presión arterial	Disminuye	Aumenta
Pupilas	Contrae	Dilata
Ojos	Se secan	Se humedecen
Boca	La hace agua	La seca
Pulmones	Disminuye la respiración	Acelera la respiración
Digestión	Aumenta	Disminuye
Vejiga	Contrae	Relaja

Cuando algo no está bien con el sistema nervioso autónomo, las acciones y las sensaciones más básicas se vuelven difíciles e inseguras.

Cuando uno se pone de pie: La gravedad jala la sangre hacia la parte inferior del cuerpo. El cerebro siente esta falta de sangre repentina:

- El corazón late más rápido y aumenta la presión arterial.
- Los vasos sanguíneos de la parte inferior del cuerpo se contraen para enviar a la fuerza más sangre hacia el cerebro.

En caso de tener POTS, luego de ponerse de pie:

- El corazón late más rápido, pero puede disminuir la presión arterial.
- Los vasos sanguíneos de la parte inferior del cuerpo no se contraen; por lo tanto, la sangre no llega al cerebro.
- El cerebro le indica al corazón que debe seguir latiendo rápidamente.

Esto puede causar mareos, desmayos y sensación de desvanecimiento. Sentarse o acostarse ayuda a sentirse mejor.

Se desconoce la causa del POTS

Los síntomas pueden comenzar luego de lo siguiente:

- El inicio de la pubertad
- El embarazo
- Un traumatismo
- Cirugía mayor
- Enfermedad viral, como la mononucleosis

Los síntomas del POTS varían

- Palpitaciones cardíacas
- Visión borrosa
- Frecuencia cardíaca rápida
- Náuseas
- Mareos
- Dolores de cabeza
- Desmayos
- Dificultad para concentrarse
- Aturdimiento
- Diarrea o estreñimiento
- Dificultades para dormir por la noche

Tratamiento del POTS

El tratamiento se enfoca en cambios en el estilo de vida y medicamentos.

Entre los cambios se incluyen los siguientes:

- Aumento del consumo de líquido
- Hacer ejercicio
- Consumir mayor cantidad de sal
- Realizar actividades de deambulación
- Higiene del sueño
- Conciencia de la postura
- Apoyo psicológico

Si los cambios en el estilo de vida no funcionan, su doctor podría sugerir el uso de medicamentos.

Estas instrucciones sólo son guías generales. Sus proveedores de atención médica pueden darle instrucciones especiales. Por favor hábleles a sus proveedores de atención médica si tiene cualquier pregunta o preocupación.

Un proveedor de atención médica me hablo sobre la información en este folleto.

- Sé lo que necesito hacer.
- Sé por qué hacer esto es importante.
- Todas mis preguntas han sido respondidas.
- Tengo una copia de este folleto.

Nombre del paciente

Paciente, Padre, Madre, o Representante Legalmente Autorizado

Nombre en letra molde

Firma

Su parentesco al paciente

Fecha

Hora a.m. / p.m.

For staff use only

Postural-Orthostatic-Tachycardia-Syndrome-POTS

Healthcare Provider

MRN (Medical Record Number)

Printed Name

Signed Name

Date

Time a.m. / p.m.

Interpreter

Printed Name

Signed Name

Interpreter Number

Date

Time a.m. / p.m.

Print or imprint Patient Information

MRN _____

CSN _____

