

# LOS

# DESMAYOS



## Sincope

El síncope es una pérdida brusca de consciencia y de tono postural, de duración breve. La recuperación es espontánea y no precisa de maniobras de reanimación.<sup>1</sup> Presíncope es la sensación de atenuación de la consciencia, pero sin llegar a perderla. Este concepto no se debe confundir con la lipotimia, ya que esta es un «desvanecimiento» sin pérdida de la consciencia.

Es un problema frecuente en la población general. Cerca de un 20 % de la población adulta ha padecido un episodio sincopal a lo largo de su vida. Posee una prevalencia de alrededor del 3 % en hombres y 3,5 % en mujeres.

La pérdida de consciencia puede ser corta o larga. Puede tener varias causas: golpes, impresión, falta de oxígeno o simplemente una alimentación deficiente..



## ¿Qué se siente?

Kristen ITC

La pérdida de consciencia puede ser corta o larga. Puede tener varias causas: golpes, impresión, falta de oxígeno o simplemente una alimentación deficiente.

Antes de desmayarse, aparecen puntos luminosos, visión borrosa y a veces sentir que ha pasado mucho tiempo.

Un desmayo es la pérdida temporal de la consciencia a consecuencia de una disminución del flujo sanguíneo al cerebro. El episodio es breve (dura menos de un par de minutos) y va seguido de una recuperación rápida y completa. Las personas afectadas pueden quejarse de mareos o vértigo antes de presentarse el desmayo.



## Consideraciones

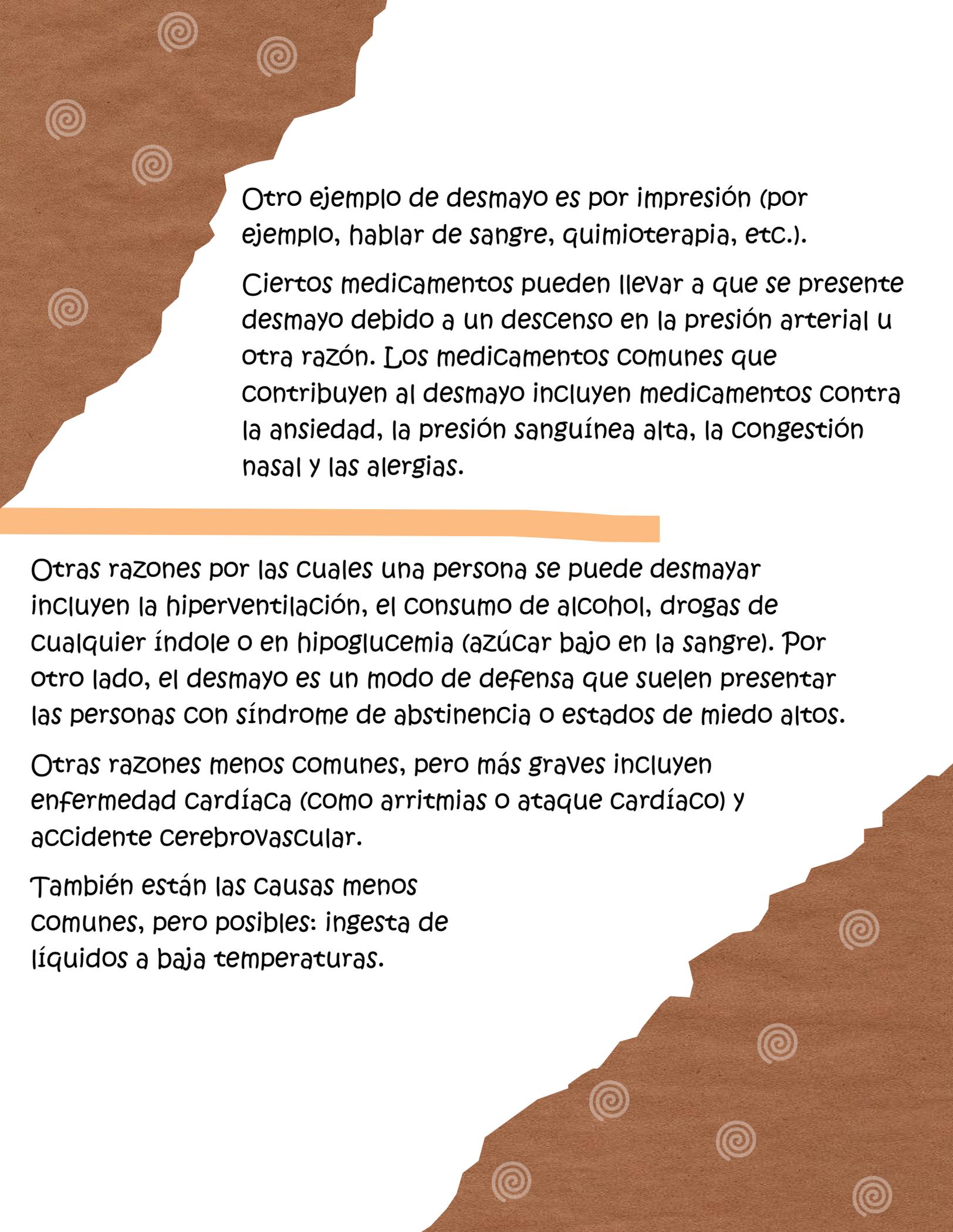
Cuando una persona se desmaya o pierde el conocimiento, no solamente experimenta pérdida de consciencia (el término pérdida de conocimiento es erróneo) sino también pérdida del tono muscular y palidez en su rostro. Igualmente, la persona puede sentir debilidad o náuseas justo antes de desmayarse, y tener la sensación de que los ruidos alrededor se van desvaneciendo en el fondo.

## Causas comunes

Un desmayo puede ocurrir mientras la persona está orinando [o defecando en casos extremos], tosiendo vigorosamente o cuando la persona ha estado de pie en un lugar durante mucho tiempo. Los desmayos también pueden estar relacionados con el miedo, el dolor intenso y el sufrimiento emocional, resumiendo las últimas tres: las emociones fuertes. Otra causa conocida es por el encierro, al respirar aire tibio o caliente, lo cual se confunde también con la claustrofobia.

Un descenso súbito en la presión arterial puede causar un desmayo, lo cual puede ocurrir si se presenta hemorragia o deshidratación grave.

Asimismo, un desmayo puede ocurrir si la persona se incorpora repentinamente desde una posición de acostado



Otro ejemplo de desmayo es por impresión (por ejemplo, hablar de sangre, quimioterapia, etc.).

Ciertos medicamentos pueden llevar a que se presente desmayo debido a un descenso en la presión arterial u otra razón. Los medicamentos comunes que contribuyen al desmayo incluyen medicamentos contra la ansiedad, la presión sanguínea alta, la congestión nasal y las alergias.

---

Otras razones por las cuales una persona se puede desmayar incluyen la hiperventilación, el consumo de alcohol, drogas de cualquier índole o en hipoglucemia (azúcar bajo en la sangre). Por otro lado, el desmayo es un modo de defensa que suelen presentar las personas con síndrome de abstinencia o estados de miedo altos.

Otras razones menos comunes, pero más graves incluyen enfermedad cardíaca (como arritmias o ataque cardíaco) y accidente cerebrovascular.

También están las causas menos comunes, pero posibles: ingesta de líquidos a baja temperaturas.

## Si otra persona se desmaya

Colócala boca arriba. Si no hay lesiones y la persona está respirando, levántale las piernas por encima del nivel del corazón, unas 12 pulgadas (30 cm), de ser posible. Afloja cinturones, collares u otras vestimentas apretadas.

Para reducir la posibilidad de que la persona vuelva a desmayarse, no la levantes demasiado rápido. Si la persona no recupera el conocimiento en un minuto, llama al 911 o al número local de emergencias.

Verifica si respira. Si la persona no respira, comienza con la reanimación cardiopulmonar (RCP). Llama al 911 o al número local de emergencias. Continúa con la reanimación cardiopulmonar hasta que llegue la ayuda o hasta que la persona comience a respirar.

Si la persona se lesionó en una caída a causa de un desmayo, trata cualquier bulto, moretón o corte de manera adecuada. Controla el sangrado aplicando presión directa

