

Segons un treball publicat en Europace i presentat avui en el III Simposi Internacional Esteve de Cardiologia:

El risc de patir Fibril·lació Auricular augmenta amb l'activitat física

Un estudi de l'Hospital Clínic de Barcelona permet relacionar l'activitat física, l'altura i el tamany de l'aurícula amb el desenvolupament de la Fibril·lació Auricular idiopàtica. Els resultats determinen que la probabilitat de patir aquesta cardiopatia augmenta amb les hores d'exercici físic realitzades. Segons aquest treball, la practica d'esports de resistència o una activitat física laboral intensa mantinguda durant anys, augmenta el risc de patir en un futur la arítmia cardíaca més freqüent en la població adulta.

Barcelona, dissabte 23 de febrer de 2008. La Fibril·lació Auricular (FA) és la arítmia cardíaca més comuna en la pràctica clínica. Es caracteritza per la presència d'un ritme cardíac irregular, i pot ser causa o conseqüència d'una insuficiència cardíaca. Els símptomes més freqüents són palpitations en repòs o en esforç, disnea - sensació de falta d'aire-, dolor toràcic o mareig. El 30% dels casos que ingressen en urgències són idiopàtics, és a dir, de causa desconeguda en persones de menys de 65 anys. D'aquests, el 60-80% estan relacionats amb l'activitat física. Aquesta és una de les principals conclusions extretes d'un estudi, publicat en la revista *Europace* ([10\(1\):15-20](#)), portat a terme per investigadors de l'Hospital Clínic de Barcelona/IDIBAPS. El treball ha estat coordinat pel Dr. Lluís Mont, metge investigador de l'Institut del Tòrax de l'Hospital Clínic i coordinador del 'Grup de Recerca en Fibril·lació Auricular' (GIRAFa), dintre del grup d'investigació de arítmies del IDIBAPS, dirigit pel Dr. Josep Brugada. El treball s'ha realitzat en col·laboració amb el Dr. Roberto Elosua del Institut Municipal d'Investigació Mèdica (IMIM), qui va col·laborar en el disseny de l'estudi i l'anàlisi estadística de les dades. El treball científic s'ha presentat avui en ocasió del III Simposi Internacional Esteve de Cardiologia.

La prevalença d'aquesta cardiopatia augmenta amb l'edat, passant d'un 0.4% en la població general, a pràcticament un 5% en els majors de 65 anys. L'objectiu de l'estudi liderat per l'Hospital Clínic era identificar nous factors de risc per al desenvolupament de la fibril·lació auricular idiopàtica. Els resultats demostren que existeix un efecte acumulatiu, ja que la probabilitat de patir fibril·lació auricular augmenta amb la quantitat d'exercici físic que es practiqui al llarg de la vida. A més de l'activitat física, l'altura i el tamany de l'aurícula són també factors de risc independents per al desenvolupament d'aquesta patologia cardíaca.

El propòsit d'aquest estudi era comprovar que efectivament existeix un vincle entre l'activitat física i la fibril·lació auricular. Per a arribar a aquesta conclusió, els investigadors van incloure en la seva anàlisi a dos grups d'individus: d'una banda, van revisar a 107 pacients menors de 65 anys que havien acudit al Servei d'Urgències de l'Hospital Clínic amb un episodi de fibril·lació auricular de menys de 48 hores de durada; d'altra banda, com grup control van seleccionar a 107 individus voluntaris sans aparellats per edat i sexe.

Cadascuna d'aquestes persones va contestar a un detallat qüestionari amb la finalitat de determinar el temps acumulat que dedicaven a activitats físiques al llarg de les seves vides. De l'anàlisi multivariable es dedueix que la pràctica d'esports de resistència augmenta en 7 vegades el risc de patir fibril·lació auricular idiopàtica, aquesta té relació amb l'activitat física acumulada durant la vida.

Segons el Dr. Mont, estudis previs relacionen l'exercici físic intens amb l'aparició de fibril·lació auricular, com a conseqüència de la hipertròfia típica de les cavitats cardíques (o cor d'atleta) d'aquests pacients. No obstant això, aquests treballs no recollien algunes variables quantificables en altre tipus de pacients, com són l'activitat laboral que impliqui una activitat física mantinguda o fins i tot l'altura de l'individu. El descobriment d'aquests nous factors de risc en la més comuna de les arítmies pot ser clau per a conèixer les causes de la fibril·lació auricular idiopàtica i determinar així mesures preventives eficaces.

"L'estudi ens demostra que a major activitat física, major probabilitat de patir fibril·lació auricular. Això significa que a partir d'una determinada edat calç ajustar el grau d'esforç físic per a evitar problemes cardíacs futurs", afirma el Dr. Mont, qui matisa que "l'esport és sa, però hem de ser conscients de les nostres capacitats i no exigir-nos alts rendiments a partir de certes edats".

Per a més informació:

Hospital Clínic de Barcelona

Àrea de Comunicació

Marc de Semir, cap de Comunicació (mdesemir@clinic.ub.es)

María Trenzado, col·laboradora (webmaster@clinic.ub.es)

Tel.: 93 227 57 00 www.hospitalclinic.org