

SÍNCOPE VASOVAGAL

¿QUÉ ES UN SÍNCOPE VASOVAGAL?

El síncope es una pérdida breve y brusca de consciencia, que se recupera espontáneamente tras unos 2 minutos, quedando el niño completamente asintomático. El niño suele estar pálido y puede perder el tono muscular, cayendo al suelo. A veces, durante el episodio, hace pequeñas sacudidas con las extremidades. Muchas veces, antes del desmayo, el niño se siente mal, con náuseas, dolor abdominal, visión borrosa, sudoración o zumbido en los oídos. Es importante que su hijo aprenda a identificar estos síntomas y se dé cuenta de lo que va a ocurrir para intentar evitarlo. Los episodios suelen desencadenarse por estar de pie parado durante mucho rato, al levantarse bruscamente tras estar tumbado, por dolor, miedo, ansiedad... Debe tener en cuenta que el síncope vaso-vagal NO ES UNA ENFERMEDAD y normalmente no es la manifestación de ningún problema importante, por lo que no se precisan estudios adicionales, salvo en algunos casos concretos.

¿QUÉ DEBE HACER?

- Si conoce las situaciones que provocan los desmayos intente evitarlas.
- Si el niño empieza a sentirse mal o reconoce alguno de los síntomas que suelen preceder a la pérdida de consciencia debe sentarse con la cabeza entre las piernas o tumbarse con las piernas en alto para evitar la caída respirando lenta y profundamente.
- Si el niño pierde la consciencia colóquele con las piernas elevadas y la cabeza de lado.
- Cuando haya recuperado la consciencia y haya cesado el malestar, puede intentar incorporarse despacio, permaneciendo sentado unos minutos antes de ponerse de pie.
- Si tiene tendencia a presentar síncope de repetición es conveniente que aumente la ingesta de líquidos, sobre todo al hacer ejercicio, y si tiene la presión arterial baja, debe incrementar la ingesta de sal en la dieta.

¿CUÁNDO VOLVER A URGENCIAS?

- Si la pérdida de consciencia dura más de 5 minutos.
- Si aparece un síncope durante ejercicio físico, al hacer un esfuerzo o mientras está sentado.
- Si el episodio se acompaña de sacudidas de las extremidades o al final del episodio se ha orinado