

Fibrilación Auricular inducida por Cronodisrupción en un Médico tras 36 horas de Guardia

Relación entre el trabajo nocturno y la disfunción cardiovascular

Hospital General Universitario de Castellón

Introducción

La evidencia científica ha demostrado que los turnos nocturnos pueden desencadenar disfunción autonómica, aumentando el riesgo de FA y eventos cardiovasculares. Este caso destaca la relación directa entre cronodisrupción y FA paroxística en un médico tras 36 horas de trabajo ininterrumpido.

Caso Clínico

Médico 38 años, sin antecedentes cardiovasculares, que tras una guardia sin descanso y una cirugía de 12 horas desarrolló FA con respuesta ventricular rápida (FC 120 lpm). A pesar del tratamiento farmacológico, la arritmia no revirtió, requiriendo cardioversión eléctrica.

Discusión

Este caso evidencia el impacto del trabajo nocturno y la falta de sueño en la salud cardiovascular de los médicos. Estudios recientes han confirmado que:

1. Los turnos nocturnos prolongados aumentan el riesgo de FA en un 16% y de infarto en un 23%.
2. La privación de sueño profundo (NREM-3) altera la regulación autonómica, favoreciendo estados proarrítmicos.
3. La cronodisrupción y el estrés laboral generan un aumento sostenido de la actividad simpática, afectando la presión arterial y la frecuencia cardíaca.

Conclusiones

Este caso refuerza la necesidad de disponer de protocolos de vigilancia de salud específico para trabajadores nocturnos, para detectar síntomas de desadaptación del organismo. Los trabajadores deben recibir formación específica y se deben ofertar programas para un correcto abordaje de sus problemas de sueño y sus consecuencias para la salud.

Es imperativo que trabajadores y empresarios comprendan las repercusiones significativas que un mal sueño en cantidad y calidad tiene para la salud y la economía, promoviendo un compromiso mutuo en la búsqueda de soluciones.

276 PALABRAS