Fibrilación auricular rápida en casa: qué hacer y cuándo ir a urgencias

¿Qué hacer en casa con una fibrilación auricular rápida?

Para, siéntate y mira si tienes alguna señal de alarma: con dolor en el pecho, desmayo, mucha falta de aire o signos de ictus, llama al 112; si no, tómate el pulso, apunta la hora y sigue tu pauta.

La fibrilación auricular es una arritmia: las aurículas, las cavidades de arriba del corazón, tiemblan en vez de contraerse y el corazón late de forma irregular. Muchas personas la notan como palpitaciones (lo que mucha gente llama taquicardia) o como un corazón irregular, «a saltos».

Se habla de fibrilación auricular rápida cuando, además, el corazón va deprisa: en reposo, más de 100 latidos por minuto. En los informes de urgencias suele aparecer como «fibrilación auricular con respuesta ventricular rápida». Lo que confirma que es esta arritmia y no otra es un electrocardiograma (ECG; en algunos países, EKG; mucha gente lo llama electro) hecho durante la crisis.

1. **Para y siéntate**
   Deja lo que estés haciendo, también el ejercicio. Si te mareas, túmbate; si te falta el aire, quédate sentado.

2. **Mira si hay señales de alarma**
   Dolor en el pecho, desmayo, mucha falta de aire, mareo intenso o signos de ictus: llama al 112, o al número de emergencias de tu país.

3. **Tómate el pulso y apunta la hora**
   Cuenta los latidos durante un minuto, en la muñeca o en el cuello, y apunta a qué hora empezó. Si tienes un reloj o un aparato que hace electrocardiogramas, haz uno: le sirve a tu médico.

4. **Sigue con tu medicación de siempre**
   El anticoagulante, a su hora, sin dejarlo ni doblarlo. La pastilla en el bolsillo, solo si te la ha pautado tu cardiólogo.

5. **Si no se pasa, urgencias ese mismo día**
   Sin pauta para las crisis, si no se pasa en una o dos horas; con la pastilla en el bolsillo, si no ha cedido entre 6 y 8 horas después de tomarla. Que te lleve otra persona.

⚠️ Cuándo pedir ayuda

Dolor en el pecho, desmayo, mucha falta de aire, mareo intenso o signos de ictus: llama al 112 (o al número de emergencias de tu país).

No tienes pauta para las crisis y no se pasa en una o dos horas: ve a urgencias ese mismo día, sin conducir tú.

Tomaste la pastilla en el bolsillo y no ha cedido entre 6 y 8 horas después, o notas el corazón mucho más rápido: ve a urgencias.

Es la primera vez que te pasa: ve a urgencias mientras dura, para que un electrocardiograma la registre; si ya se ha pasado, pide cita con tu médico en los próximos días.

Las crisis son más frecuentes o más largas que antes: pide cita con tu cardiólogo en los próximos días.

¿Cuándo hay que ir a urgencias con una fibrilación auricular?

Ve ese mismo día si es la primera vez, si una crisis no se pasa en una o dos horas o si la pastilla en el bolsillo no ha funcionado entre 6 y 8 horas después de tomarla.

Con cualquiera de las señales de alarma, en cualquier momento y en cualquier situación, se llama al 112. Fuera de ese caso, qué hacer depende de si ya sabes que tienes la arritmia y de la pauta que te haya dado tu cardiólogo.

Qué hacer según tu situación, sin señales de alarma. Guía europea de fibrilación auricular de 2024 y estudio de la pastilla en el bolsillo de 2004.

Tu situación	En casa	Ve a urgencias ese mismo día si…
Es la primera vez	Siéntate, tómate el pulso y apunta la hora	Mientras dura, para que la registre un electrocardiograma; si ya se ha pasado, cita con tu médico en los próximos días
Tu fibrilación auricular va y viene y no tienes pauta para las crisis	Siéntate, sigue con tu medicación de siempre y apunta la hora	No se pasa en una o dos horas, o te encuentras peor
Tienes pautada la pastilla en el bolsillo	Tómala al empezar, como te indicó tu cardiólogo, y descansa sentado o tumbado	No se ha pasado entre 6 y 8 horas después de tomarla, o notas el corazón más rápido o algo distinto de otras veces
Tu fibrilación auricular es permanente	Sigue con tu medicación y tómate el pulso en reposo	El corazón va mucho más rápido de lo habitual en ti y no baja en una o dos horas de reposo

Si tu fibrilación auricular es permanente, la guía europea de 2024 pone como primer objetivo del tratamiento que el pulso en reposo quede por debajo de 110. Si en reposo se mantiene por encima varios días, díselo a tu médico en los próximos días.

La hora a la que empezó cambia lo que se puede hacer. Si no tomas anticoagulante, la guía europea de 2024 no aconseja devolver el ritmo pasadas 24 horas sin haber tomado antes el anticoagulante al menos 3 semanas o sin una ecografía por el esófago (ecocardiograma transesofágico) que descarte un coágulo dentro del corazón.

Por eso, si no tienes otra pauta, no esperes al día siguiente a ver si se pasa.

> ✅ **Si cuidas a una persona con fibrilación auricular**
>
> En una persona mayor, una crisis puede notarse como cansancio, mareo, confusión o una caída, sin palpitaciones. Las señales de alarma son las mismas y, si aparece alguna, se llama al 112.
>
> Ten a mano la lista de sus medicamentos, con el anticoagulante y su dosis, y apunta la hora a la que empezó: te lo preguntarán en urgencias.

Hoja del artículo «Fibrilación auricular rápida en casa: qué hacer y cuándo ir a urgencias» del ESPACIO Salud Cardiovascular de CardioTeca: cardioteca.com/salud/urgencias/9227-fibrilacion-auricular-rapida-que-hacer-en-casa-urgencias.html
Dr. Ramón Bover, cardiólogo · noviembre de 2026 · Esta hoja no sustituye a la consulta con tu médico.