

Después de una ablación: los primeros días y los primeros meses

Tras una ablación con catéter de una fibrilación auricular, de un flúter o de otra taquicardia.

EL DÍA DE LA ABLACIÓN

Si te han sedado o dormido, vuelve a casa acompañado y sin conducir, y que un adulto pueda estar contigo las primeras 24 horas. Te darán un teléfono de contacto: tenlo a mano los primeros días.

LA INGLE, POR DONDE ENTRÓ EL CATÉTER

Es normal un pequeño moratón y alguna molestia. Mira la zona los primeros días. Si sangra, aprieta con firmeza con la mano sobre el punto.

Avisa a tu centro si el moratón o la hinchazón crecen, si notas un bulto que late, si el dolor va a más o si un sangrado, aunque sea pequeño, no para. Si sangra

mucho y no para al apretar, llama al 112.

LA ACTIVIDAD Y LA CONDUCCIÓN

Puedes caminar desde el primer día. Los primeros días, evita los esfuerzos intensos y cargar peso; tu centro te dirá cuándo volver al deporte y al trabajo.

No conduzcas el día de la ablación. Si tu arritmia te hizo perder el conocimiento, pregunta a tu cardiólogo cuándo puedes volver a conducir: el Reglamento General de Conductores no admite las taquicardias que han causado desmayos hasta que un informe del cardiólogo acredite que el tratamiento es eficaz.

LAS SEÑALES QUE NO ESPERAN

- 1 Signos de ictus:** la cara se tuerce, un brazo o una pierna pierden fuerza o cuesta hablar. Llama al 112 enseguida, aunque se pase.
- 2 Dolor u opresión en el pecho.** Para, siéntate y mira la hora. Si tienes nitroglicerina pautada, tómala debajo de la lengua. Si a los 5 minutos el dolor no ha cedido, llama al 112 (o al número de emergencias de tu país) y sigue sus indicaciones. Si no tienes nitroglicerina, llama si el dolor no ha cedido tras 5 minutos de reposo.
- 3 Fiebre, dolor al tragar, vómitos con sangre o síntomas neurológicos en las semanas siguientes a una ablación de la fibrilación auricular:** ve a urgencias y di que te han hecho una ablación. Pueden ser señales de una complicación rara del esófago que no puede esperar.
- 4 Pérdida del conocimiento,** aunque te recuperes enseguida: llama al 112.

Llama a tu centro de ablación, con el teléfono que te dieron, si el moratón o la hinchazón de la ingle crecen o sangra; si tienes fiebre; si te falta el aire sin motivo; si tienes palpitaciones o un dolor en el pecho mayor de lo esperado; o si tienes náuseas, vómitos o hinchazón del abdomen que no ceden.

Por qué no se espera a la tercera dosis de nitroglicerina. Las fichas técnicas españolas de la nitroglicerina debajo de la lengua permiten repetir la dosis cada 5 a 10 minutos, hasta 3 o 4 veces según la presentación; la del spray pide atención médica inmediata si el dolor dura más de 20 minutos. Las guías norteamericanas del infarto (American College of Cardiology y American Heart Association) cambiaron esa pauta para que se llame antes, a los 5 minutos de la primera dosis si el dolor no ha mejorado. Esta hoja sigue esa pauta; llamar al 112 no impide repetir la dosis si te lo indican por teléfono.

LOS MEDICAMENTOS

Tras la ablación de una fibrilación auricular, no dejes el anticoagulante. La guía europea de fibrilación auricular de 2024 recomienda mantenerlo al menos 2 meses en

todos los casos y, después, según tu riesgo de ictus, no según lo bien que haya ido la ablación.

Si tomabas un antiarrítmico, tu cardiólogo te dirá si lo sigues unas semanas o unos meses y cuándo dejarlo. Si te han pautado un protector de estómago, tómalo el

tiempo indicado.

LAS PRIMERAS 8 SEMANAS

En las primeras semanas pueden volver las palpitaciones o la arritmia. Es frecuente: no se cuenta como un fallo de la ablación y a menudo desaparece con el tiempo.

Por eso el resultado se valora a partir de las 8 semanas.

Si notas palpitaciones, apunta el día, la hora y cuánto duran y, si puedes, hazte un electrocardiograma (en tu centro de salud o con un reloj o un aparato que lo registre) y llévaselo a tu médico.

Las tres hojas, en el ESPACIO de arritmias de CardioTeca:

<https://www.cardioteca.com/espacio-arritmias/9083-material-para-entregar-al-paciente.html>

CardioTeca (www.cardioteca.com), octubre de 2026. Informa; no sustituye a tu médico. Fuentes: guía europea de fibrilación auricular (2024); consenso europeo, norteamericano, asiático y latinoamericano sobre la ablación de la fibrilación auricular (2024); consenso de la Sociedad Europea de Cardiología sobre el alta el mismo día tras una ablación o un implante (2026); Reglamento General de Conductores; guías norteamericanas del infarto (2004) y fichas técnicas españolas de la nitroglicerina.