

Causas que agravan la Disautonomía

- La deshidratación: Por calor excesivo, fiebre, vómitos o diarrea, exceso de diuréticos.
- Baños calientes y prolongados (tina, sauna, jacuzzi).
- Yoga Bikram, debido a que se hace a alta temperatura (42° C).
- La altura (Ciudades de altura) y las bruscas subidas y caídas de la Montaña Rusa.
- A veces el estar de pie o al pararse brusca y repetidamente, de una cama o en las iglesias.
- Reacción de ciertas personas a espacios cerrados (Claustrofobia).
- El ver sangre.
- El experimentar un susto.
- Dolor fuerte, a veces asociado a temor, como frente a una inyección.
- Emoción fuerte, nerviosismo, como sucede al presentarse a dar un examen.
- Anemia aguda por hemorragia.
- Estar de pie por largo rato, sin moverse. Soldado que se desmaya en una parada militar.
- El caminar despacio. Como sucede en los centros comerciales o en el supermercado.
- Ciertos medicamentos pueden producir hipotensión ortostática (baja de presión al pararse bruscamente).
- La comida muy abundante o/y exceso de alcohol.
- Después de relaciones sexuales.
- Durante el período menstrual.
- Durante el embarazo.

Consecuencias de la Disautonomía

- Por lo general esta condición no es diagnosticada, por lo que las personas tienen muy Mala Calidad de Vida durante años. Pasan con frío, decaídos, somnolientos, cansados, pálidos y sin ánimo, por lo que se les tilda de flojos y poco sociables.
- Mareos, dolor de cabeza y náuseas con la altura.
- Caídas con: Contusiones, heridas o/y fracturas (estos enfermos suelen tener osteoporosis). Es frecuente que sufran mareos al bajarse rápido de la cama o que “vean estrellitas”.

- Incapacidad de estar de pie sin moverse, o en una cola o en una reunión social, ya que aparece sensación de fatiga y tendencia al síncope.
- Estas personas son muy friolentas y se les hinchan las manos y de los pies, por mala circulación.
- Confusión diagnóstica con: Fatiga Crónica, Fibromialgia, Depresión, Hipotiroidismo, Crisis de hipoglicemia y Falta de interés.