

Paro Cardíaco Súbito Hoja Informativa para Atletas Estudiantiles y Padres/Guardianes

¿Qué es Paro Cardíaco Súbito?

Paro Cardíaco Súbito es el inicio repentino de un ritmo cardíaco anormal y letal, causando que el corazón deje de latir adecuadamente. Cuando esto pasa, sangre deja de correr al cerebro y a otros órganos vitales, y, si es dejado sin tratar, puede resultar en muerte rápidamente.

¿Qué tan común es Paro Cardíaco Súbito?

Mientras SCA (Sudden Cardiac Arrest por sus siglas en inglés) en atletas estudiantiles es raro, es la principal causa médica de muerte en atletas jóvenes. Se estima que la posibilidad de que SCA ocurra a cualquier estudiante atleta individual es aproximadamente uno de cada 80,000 a 100,000 por año.

¿Que causa Paro Cardíaco Súbito en atletas estudiantiles?

SCA es causado por varias condiciones estructurales y eléctricas del corazón. Estas condiciones predisponen a un individuo a tener un ritmo cardíaco anormal. SCA es más probable durante ejercicio o actividad física, colocando a atletas estudiantiles con condiciones cardíacas no diagnosticadas en mayor peligro. Algunas de estas condiciones están abajo en una lista.

- **Condiciones hereditarias presentes al nacer del músculo cardíaco** (pasado de familia): Miocardiopatía hipertrófica (HCM), miocardiopatía arritmogénica del ventrículo derecho y Síndrome de Marfan
- **Condiciones hereditarias presentes al nacer del sistema eléctrico:** Síndrome de QT largo (LQTS), Taquicardia ventricular catecolaminérgica polimórfica y Síndrome de Brugada (BrS)
- **Condiciones no hereditarias** (no se transmitió de familia, pero aun presente al nacer): Anomalías de la arteria coronaria, Anomalías de la válvula aórtica, miocardiopatía no compactada, y Síndrome de Wolff-Parkinson-White (ocurre cuando hay fibra conductora adicional en el sistema eléctrico del corazón)
- **Condiciones no presentes al nacer pero adquiridas posteriormente en la vida:** Conmoción cardíaca (se produce a partir de un golpe directo al pecho), Miocarditis (infección o inflamación del corazón), y uso de drogas recreacional/rendimiento.
- **Idiopática:** A veces la causa subyacente de Paro Cardíaco Súbito no se conoce, aun después de la autopsia.

¿Cuáles son las señales de advertencia de que puede ocurrir Paro Cardíaco Súbito?

- **Desmayo o ataques** - especialmente durante o inmediatamente después de ejercicio
- **Dolor o malestar en el pecho** - especialmente con el ejercicio
- **Falta de Respiración excesiva** – con ejercicio
- **Aceleración del corazón o latidos cardíacos irregulares** - sin razón aparente
- **Mareos o aturdimiento** - especialmente con ejercicio
- **Fatiga Inusual o Debilidad** - con ejercicio
- **Desmayo** - de emoción emocional, angustia emocional, o por ser sorprendido
- **Antecedentes familiares de Paro Cardíaco Súbito antes de la edad de 50**

Mientras que una condición cardíaca puede no tener señales de advertencia, en más de un tercer de muertes cardíacas repentinas, había señales de advertencia que no fueron reportados a un adulto o tomado en serio. Si cualquier de los síntomas de arriba están presente, una evaluación cardíaca por un proveedor de cuidados medica tal como un doctor, un asistente de doctor o enfermero profesional avanzado es recomendado. Si el proveedor de salud medica tiene preocupaciones, una referencia a un cardiólogo pediátrico es recomendada.

¿Cuáles son los riesgos de practicar o jugar después de sentir señales de advertencia de SCA?

Ignorar estas señales y continuar jugando puede ser catastrófico y puede resultar en Paro Cardíaco Súbito. Tomar estos síntomas de advertencia en serio y buscar atención médica adecuada rápidamente puede prevenir graves y posiblemente fatales consecuencias.

¿Cuándo se requiere que un atleta estudiantil sea retirado del juego?

Cualquier estudiante que sufre un colapso o se desmaye mientras participa en una actividad atlética es requerido por la ley ser retirado por el entrenador de la participación en ese momento.

¿Qué se requiere para que un atleta estudiantil vuelva a jugar?

Cualquier estudiante que es retirado o prevenido de participar en actividad atlética no es permitido volver a participar hasta que sea evaluado y absuelto para regresar por un proveedor de salud medica cualificado tal como un doctor, un asistente de doctor o una enfermera practicante avanzada. Si el proveedor de salud medica tiene preocupaciones, se recomienda una referencia a un cardiólogo pediátrico.

¿Cuáles son las recomendaciones actuales para la detección de atletas estudiantiles?

Una examinación anual completa de pre-participación basada en las recomendaciones de la Asociación American del Corazón (AHA por sus siglas en inglés), Academia de Pediatras Americana (AAP por sus siglas en inglés), y el Colegio de Cardiología Americana (ACC por sus siglas en inglés) es la piedra angular de detección de causas prevenibles de Paro Cardíaco Súbito. Cada año los atletas estudiantiles en Oklahoma están obligados a tener un examen físico de pre-participación deportiva basado en estas recomendaciones completado por un proveedor de atención médica, como un médico, asistente del médico, o enfermera avanzada practicante y archivar con la escuela del atleta estudiantil antes de comenzar la práctica. El Examen de Pre-participación deportiva incluye un historial de salud personal y familiar para detectar los factores de riesgo o signos de Advertencia de Paro Cardíaco Súbito y la medición de la presión arterial y cuidadosamente escuchar el corazón, especialmente para los murmullos y las anomalías rítmicas.

El médico puede utilizar pruebas no invasivas, como un electrocardiograma (ECG) o un ecocardiograma (ECO), si el examen de pre-participación deportiva revela una indicación para estas pruebas. Detección usando un ECG y/o y ECO está disponible para los atletas estudiantiles como una opción de su proveedor de atención médica personal, pero no es obligatorio, y generalmente no es recomendado rutinariamente por el AHA, AAP o ACC.

¿Cuál es el tratamiento para la Paro Cardíaco Súbito?

➤ **RECONOCER Paro Cardíaco Súbito**

- Colapsado y no responde
- Respiración anormal
- Actividad como ataques

➤ **LLAME AL 9-1-1**

- Llame por ayuda y por un desfibrilador externo automático

➤ **Reanimación Cardiopulmonar**

- Comience compresiones en el pecho
- Presione duro/Rápido (100/min)

➤ **Desfibrilador Externo Automático**

- Use un desfibrilador externo automático lo más pronto posible

➤ **Cuidado Continúo**

- Continuo reanimación cardiopulmonar y desfibrilador externo automático hasta que servicio médico de emergencia llegue

Todas las escuelas y equipos deben estar preparados para responder a una emergencia cardiaca. Atletas jóvenes que sufren de Paro Cardíaco Súbito han colapsado y no responden y puede aparecer que tiene actividad como un ataque breve o respiración anormal (respirar con dificultad). Tiempo es crítico y una respuesta inmediata es vital. Un desfibrilador externo automático debe ser puesto en una ubicación que es fácilmente accesible. Desfibrilador externo automáticos son dispositivos portátil y seguros que leen y analizan el ritmo cardiaco y proveen una descarga eléctrica (si es necesario) para reiniciar un ritmo cardiaco normal.

¡Recuerde, para salvar una vida: Reconozca Paro Cardíaco Súbito, llame al 9-1-1, comience Reanimación Cardiopulmonar, y use un Desfibrilador Externo Automático lo más pronto posible!



Oklahoma State Department of Health
Creating a State of Health



OKLAHOMA STATE DEPARTMENT OF
EDUCATION
— CHAMPION EXCELLENCE —

Paro Cardíaco Súbito Declaración de Reconocimiento

(NOMBRE DE ESCUELA)

Recibí y firme la Forma Informativa de Paro Cardíaco Súbito para Atletas Estudiantiles y padres/tutores. Entiendo los síntomas de advertencia y la seriedad de Paro Cardíaco Súbito relacionada a la participación en programas atletas y la necesidad de una evaluación inmediata para cualquier condición sospechosa.

Firma de Estudiante/Atleta

Imprima Nombre de Atleta Estudiantil Fecha

Firma de Padre/Tutor

Imprima el Nombre de Padre/Tutor Fecha

Este formulario se requiere que se complete anualmente antes de la primera práctica y/o competencia del atleta estudiantil y se mantenga archivado por un año después de la fecha de firma en la oficina del director o en la oficina designada por el director.

*OK State Department of Health and OK State Department of Education: Sudden Cardiac Arrest Information Sheet and Acknowledgement Statement
Revised 7/20/2017*