

PARO CARDIACO REPENTINO (SCA)

Una Hoja Informativa Para Los Padres

REALIDAD:

El Paro Cardíaco repentino (SCA) es un evento raro pero trágico que cobra la vida de aproximadamente 7,000 niños cada año en los Estados Unidos, según la Asociación Americana del Corazón. SCA no es un ataque al corazón. Es una anomalía en el sistema eléctrico del corazón que detiene abruptamente sus latidos. El Paro cardíaco repentino afecta a todos los estudiantes, en todos los deportes y de cualquier edad. Puede que incluso ocurra en atletas que están en plena forma. La mayoría de los paros cardíacos relacionados con la actividad se deben a defectos cardíacos congénitos (hereditarios). Sin embargo, SCA también puede ocurrir después de que una persona experimenta una enfermedad que ha causado una inflamación en el corazón o después de un golpe directo en el pecho.

SEÑALES DE ADVERTENCIA:

Las posibles señales de advertencia de un SCA incluyen:

- Desmayo
- Dificultad para respirar
- Molestias o dolor de pecho
- Mareos
- Frecuencia cardíaca acelerada anormal

EVALUACION DEL RIESGO:

Los proveedores de atención médica pueden usar varias pruebas para ayudar a detectar los factores de riesgo. Una de esas pruebas es el electrocardiograma (ECG). Un ECG es una prueba simple sin dolor que detecta y registra la actividad eléctrica del corazón. Se utiliza para detectar problemas cardíacos y monitorear la salud del corazón de una persona. No existen riesgos graves para una persona que tiene un electrocardiograma ECG. Los ECG pueden detectar la mayoría de las enfermedades del corazón con más eficacia que un examen físico y un historial de salud solos.

¿Cuáles son los riesgos de practicar o jugar después de experimentar síntomas de advertencia?

Hay riesgos asociados con continuar en la práctica o el juego después de experimentar síntomas de advertencia de un paro cardíaco repentino. Cuando el corazón se detiene, también lo hace el flujo sanguíneo al cerebro y a otros órganos vitales. La muerte o el daño cerebral permanente puede ocurrir en solo unos minutos después del SCA. La mayoría de las personas que experimentan un SCA mueren a causa de ella. Sin embargo, cuando se observa un paro cardíaco repentino y se usa un Desfibrilador Externo Automático (AED) en el lugar de

forma oportuna, las posibilidades de supervivencia son de aproximadamente 50%.

¿Cómo puedo ayudar a evitar que mi hijo experimente un SCA?

La actividad física diaria, la nutrición y el sueño adecuados son aspectos importantes de la salud de por vida. Además, los padres pueden ayudar a los estudiantes a prevenir la muerte por SCA al:

- Asegurarse de que su hijo sepa sobre cualquier antecedente familiar de SCA (inicio de enfermedad cardíaca de un familiar antes de los 50 años o una muerte repentina e inexplicable a una edad temprana).
- Asegurarse de que su hijo tenga un examen de detección completo de pretemporada antes de participar en una actividad atlética organizada.
- Pregunte si su escuela y el sitio de competencia tienen Desfibriladores Externos Automáticos (AED) cerca y con el mantenimiento adecuado.
- Preguntar si el entrenador de su hijo tiene certificación de CPR/AED.
- Obtener la certificación de CPR/AED usted mismo.
- Asegurarse de que su hijo no esté usando estimulantes no recetados o medicamentos para mejorar el rendimiento.
- Siendo Consciente de que el uso inapropiado de medicamentos recetados, bebidas energéticas o vapeo aumentan el riesgo.
- Alentar a su hijo a ser honesto e informar síntomas de malestar en el pecho, dificultad para respirar inusual, latidos cardíacos acelerados o irregulares, o sensación de desmayo.

¿Qué debo hacer si creo que mi hijo tiene señales de advertencia que pueden conducir a un SCA?

1. Informe al entrenador o al líder de la banda de su hijo sobre cualquier evento anterior o antecedentes familiares.
2. Mantenga a su hijo fuera del juego o de la banda.
3. Busque atención médica de inmediato.

¿Cuáles son los pasos de supervivencia en caso de un paro cardíaco repentino?

- Activación inmediata de EMS
- CPR con énfasis en las compresiones torácicas.
- Uso inmediato de AED en el lugar.
- Cuidado integral Post-Paro Cardíaco.