



## Paro Cardíaco Repentino (SCA) Información para padres y estudiantes atletas

**Definición:** El Paro Cardíaco Repentino (SCA, por su nombre en inglés) es una condición potencialmente fatal en la cual el corazón para de latir de manera repentina e inesperadamente. Cuando esto sucede, la sangre para de fluir al cerebro y a otros órganos vitales.

El SCA en estudiantes atletas es raro; la probabilidad de que le ocurra un SCA a cualquier estudiante atleta es de aproximadamente uno en 100.000. Sin embargo, el riesgo de SCA en estudiantes atletas es casi cuatro veces mayor que el de los no atletas debido a las mayores demandas del corazón durante el ejercicio.

**Causas:** El SCA está causado por varias enfermedades estructurales y eléctricas del corazón. Estas condiciones predisponen a una persona a tener un ritmo anormal que puede ser fatal si no se trata en unos pocos minutos. La mayoría de las condiciones responsables del SCA en niños se heredan, lo cual significa que la tendencia a tener estas condiciones se transmite de padres a niños a través de los genes. Otras causas posibles de SCA son un golpe repentino y contundente no penetrante en el pecho y el uso de drogas recreativas o para mejorar el rendimiento y/o bebidas energéticas.

Señales de advertencia de SCA	Respuestas de emergencia al SCA
<ul style="list-style-type: none"> <li>• El SCA ataca inmediatamente.</li> <li>• Se debe sospechar de SCA en cualquier atleta que haya colapsado y no responda.               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ No hay respuesta a golpecitos en los hombros</li> <li>○ No hace nada cuando se le pregunta si está bien</li> </ul> </li> <li>• Sin pulso</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actuar de inmediato; el tiempo es lo más crítico para aumentar las tasas de supervivencia.</li> <li>• Reconocer un SCA.</li> <li>• Llamar al 911 inmediatamente y activar los Servicios de Emergencia Médica (EMS, por su nombre en inglés).</li> <li>• Administrar la Reanimación Cardiopulmonar (CPR, por su nombre en inglés).</li> <li>• Usar un Desfibrilador Externo Automático (AED, por su nombre en inglés).</li> </ul>

**Señales de advertencia de problemas cardíacos posibles:** Los siguientes necesitan ser evaluados más a fondo por su prestador de atención primaria.

- Historia familiar de enfermedad cardíaca/paro cardíaco
- Desmayos o convulsiones durante la actividad física
- Desmayos o una convulsión debido a una excitación emocional, angustia emocional o por un sobresalto
- Mareos o sensación de aturdimiento, especialmente durante el esfuerzo
- Dolor torácico inducido por el ejercicio
- Palpitaciones: conciencia de los latidos del corazón, especialmente si se asocia con otro síntoma como mareos
- Cansancio extremo o dificultad para respirar asociado/a al ejercicio
- Historia de alta presión arterial

**Riesgo de inacción:** Ignorar dichos síntomas y continuar jugando podría ser catastrófico y resultar en un paro cardíaco repentino y muerte. Tomar en serio estos síntomas de advertencia y buscar atención médica adecuada a tiempo puede prevenir consecuencias graves y posiblemente fatales.

La información utilizada en este documento se obtuvo de la Asociación Americana del Corazón ([www.heart.org](http://www.heart.org)), *Parent Heart Watch* ([www.parentheartwatch.org](http://www.parentheartwatch.org)), y *Sudden Cardiac Arrest Foundation* ([www.sca-aware.org](http://www.sca-aware.org)). Visite estos sitios web para obtener más información.

## Preguntas frecuentes sobre el Paro Cardíaco Repentino (SCA)

### ¿Cuáles son las causas más comunes del Paro Cardíaco Repentino (SCA) en un estudiante atleta?

El SCA es causado por varias enfermedades **estructurales** y **eléctricas** del corazón. Estas condiciones predisponen a una persona a tener un ritmo anormal que puede ser fatal si no se trata en unos pocos minutos. La mayoría de las condiciones responsables de un SCA en niños son **heredadas**, lo cual significa que la tendencia a tener estas condiciones se pasa de padres a niños a través de los genes. Algunas de estas condiciones se incluyen a continuación.

1. *Cardiomiopatía Hipertrófica (HCM, por su nombre en inglés)*: La HCM implica un engrosamiento anormal del músculo cardíaco y es la causa más común de SCA en un atleta
2. Anomalías de arterias coronarias: La segunda causa más común son las anomalías congénitas (presentes al nacer) de arterias coronarias, los vasos sanguíneos que suministran sangre al corazón.
3. Otras causas posibles de SCA son:
  - a. *Miocarditis*: una inflamación aguda del músculo cardíaco (usualmente debido a un virus).
  - b. Trastornos de la actividad eléctrica del corazón como:
    - i. *Síndrome de QT largo*.
    - ii. *Síndrome de Wolff-Parkinson-White (WPW)*.
    - iii. *Taquicardia Ventricular Polimórfica Catecolaminérgica (CPVT, por su nombre en inglés)*.
  - c. *Síndrome de Marfan*: una condición que afecta las válvulas del corazón, las paredes de las arterias principales, ojos y el esqueleto.
  - d. Anomalías congénitas de la válvula aórtica.
4. *Comotio Cordis*: conmoción cardíaca causada por un **impacto no penetrante súbito en el pecho**.
5. El uso de drogas recreativas, para **mejorar el rendimiento** y **bebidas energizantes** también pueden provocar un SCA.

### ¿Cómo podemos minimizar el riesgo de un SCA y mejorar los resultados?

El riesgo de un SCA en estudiantes atletas puede minimizarse al proporcionar prevención, reconocimiento y estrategias de tratamiento apropiados. Una estrategia importante es el requisito de una evaluación de detección previa a la participación anual, a menudo llamada examen físico deportivo, realizada por el prestador médico del atleta.

1. Es muy importante que usted **complete la sección de historia personal e historia familiar** del “Formulario de evaluación física previa a la participación” disponible en <http://www.mpssaa.org/HealthandSafety/Forms.asp> **de manera precisa y cuidadosamente**.
2. Debido a que la mayoría de estas condiciones son hereditarias, **conozca su historia familiar**, especialmente si cualquier miembro cercano de la familia:
  - a. Tuvo una muerte súbita, sin explicación e inesperada antes de los 50 años.
  - b. Fue diagnosticado con cualquiera de las condiciones cardíacas mencionadas anteriormente.
  - c. Murió de manera súbita/inesperada durante la actividad física, durante una convulsión, debido al Síndrome de Muerte Infantil Súbita (SIDS, por su nombre en inglés) o por ahogamiento.
3. **Tomen las señales de advertencia y síntomas del SCA seriamente**. Los atletas deben notificar a sus padres, entrenadores o enfermeras escolares si experimentan cualquiera de estas señales de advertencia o síntomas.
4. Las escuelas en Maryland cuentan con normas de Desfibrilador Externo Automático (AED) y planes de preparación ante emergencias para abordar SCA y otras emergencias en las escuelas. Conozca las diversas medidas preventivas de su escuela.
5. Si se sospecha de o diagnostica un trastorno cardiovascular en base a la evaluación de detección integral previa a la participación, resulta crucial una derivación a un especialista de corazón para niños o cardiólogo pediátrico. Dichos atletas serán excluidos de los deportes a la espera de ser más evaluados y de una autorización de sus prestadores médicos.



<b>For official use only:</b> Name of Athlete _____ Sport/season _____ Date Received _____
---



## Declaración de reconocimiento del padre y estudiante atleta

### Padre o tutor

Reconozco haber leído y que entiendo lo siguiente:

- Hoja de información sobre Paro Cardíaco Repentino (SCA)
- Hoja de información sobre conciencia sobre conmociones cerebrales

\_\_\_\_\_ **Fecha** \_\_\_\_\_  
NOMBRE IMPRESO FIRMA DEL PADRE O TUTOR

### Estudiante atleta

Reconozco haber leído y que entiendo lo siguiente:

- Hoja de información sobre Paro Cardíaco Repentino (SCA)
- Hoja de información sobre conciencia sobre conmociones cerebrales

\_\_\_\_\_ **Fecha** \_\_\_\_\_  
NOMBRE IMPRESO FIRMA DEL ESTUDIANTE ATLETA