

**2022-2023**

# Sudden Cardiac Arrest Fact Sheet

## ¿Qué es un paro cardíaco?

El paro cardíaco es la pérdida repentina de la función cardíaca que resulta en la pérdida de conciencia de un individuo. El paro cardíaco es una verdadera emergencia médica y debe tratarse de inmediato para aumentar la probabilidad de supervivencia. El paro cardíaco puede ocurrir a cualquier edad y puede aparecer repentinamente, o después de que un individuo experimenta señales de advertencia. No es lo mismo que un ataque al corazón. El paro cardíaco repentino es la causa número uno de muerte relacionada con el ejercicio en atletas jóvenes.

## ¿Quién está en riesgo de paro cardíaco repentino?

### Factores de riesgo

- Antecedentes familiares de enfermedad cardíaca, ataque o muerte cardíaca
- Afecciones cardíacas como presión arterial alta, diabetes, obesidad, tabaquismo o colesterol alto Afección cardíaca subyacente o desconocida

### Señales de advertencia que pueden conducir a un paro cardíaco

- Desmayo inexplicable o casi desmayo
- Dolor u opresión en el pecho
- Aceleración cardíaca (palpitaciones torácicas)
- Dificultad para respirar anormal
- Mareos

Asociación de Paro Cardíaco Repentino (s.f.). Hoja informativa: Paro cardíaco repentino [Hoja informativa]. Microsoft Word - Hoja informativa SCA 2011.doc (associationdatabase.com)

## ¿Qué debe hacer si cree que su hijo está en riesgo?

Si cree que su hijo puede tener factores de riesgo o ha mostrado signos de advertencia de paro cardíaco, debe:

- ✓ Retire a su hijo de la actividad física
- ✓ Programe una cita para ver a su médico de atención primaria o médico de familia
- ✓ No permita que su hijo participe en ningún esfuerzo físico hasta que un médico lo autorice.

## ¿Qué se hace en una emergencia de paro cardíaco repentino?

- ✓ Verifique la escena y obtenga una respuesta del paciente Llame al 911
- ✓ Pídale a alguien que obtenga un desfibrilador externo automático (DEA), si está disponible
- ✓ Comenzar la RCP (reanimación cardiopulmonar)

## ¿Cómo se prepara Norfolk Public Schools Athletics para una emergencia de paro cardíaco repentino?

Al igual que con todas las emergencias, Norfolk Public Schools Athletics trabaja para prepararse para un paro cardíaco repentino:

- ✓ Cada escuela secundaria y escuela intermedia tiene un Plan de Acción de Emergencia que es revisado anualmente por entrenadores, personal médico y personal.
- ✓ Cada entrenador y miembro del personal atlético debe tener una certificación de primeros auxilios, RCP y DEA de una organización reconocida a nivel nacional.
- ✓ Los desfibriladores externos automáticos están disponibles dentro de cada una de nuestras escuelas
- ✓ Políticas establecidas para fomentar la participación segura en diversos peligros ambientales
- ✓ Se requieren exámenes previos a la participación (exámenes físicos) anualmente para cada estudiante atleta antes de participar en la actividad.

Si bien estas estrategias de prevención están en su lugar para la seguridad de todos, las Escuelas Públicas de Norfolk no pueden garantizar que no ocurra una emergencia cardíaca. Además, participar en deportes podría aumentar el riesgo de su hijo.

Al firmar este documento, he recibido la información educativa anterior y he revisado los factores de riesgo y las señales de advertencia de un paro cardíaco.

\_\_\_\_\_  
**Nombre del padre/tutor**

\_\_\_\_\_  
**Firma del padre/tutor**

\_\_\_\_\_  
**Fecha**

\_\_\_\_\_  
**Nombre del atleta**

\_\_\_\_\_  
**Firma del atleta**

\_\_\_\_\_  
**Fecha**