

Sudden Cardiac Arrest

Symptoms and Warning Signs

What is Sudden Cardiac Arrest (SCA)?

SCA is a life-threatening emergency that occurs when the heart suddenly and unexpectedly stops beating. This causes blood and oxygen to stop flowing to the rest of the body. The individual will not have a pulse. It can happen without warning and can lead to death within minutes if the person does not receive immediate help. Only **1 in 10** survives SCA. If Cardiopulmonary Resuscitation (CPR) is given and an Automatic External Defibrillator (AED) is administered early, **5 in 10** could survive.



SCA is NOT a heart attack, which is caused by reduced or blocked blood flow to the heart. However, a heart attack can increase the risk for SCA.

Watch for Warning Signs

SCA usually happens without warning. SCA can happen in young people who don't know they have a heart problem, and it may be the first sign of a heart problem. When there are warning signs, the person may experience:



If any of these warning signs are present, it's important to talk with a health care provider. There are risks associated with continuing to practice or play after experiencing these symptoms. When the heart stops due to SCA, blood stops flowing to the brain and other body organs. Death or permanent brain damage can occur in minutes.

Electrocardiogram (EKG) Testing

EKG is a noninvasive, quick, and painless test that looks at the heart's electrical activity. Small electrodes attached to the skin of the arms, legs, and chest capture the heartbeat as it moves through the heart. An EKG can detect some heart problems that may lead to an increased risk of SCA. Routine EKG testing is not currently recommended by national medical organizations, such as the American Academy of Pediatrics and the American College of Cardiology, unless the pre-participation physical exam reveals an indication for this test. The student or parent may request, from the student's health care provider, an EKG be administered in addition to the student's pre-participation physical exam, at a cost to be incurred by the student or the student's parent.



Limitations of EKG Testing

- An EKG may be expensive and cannot detect all conditions that predispose an individual to SCA.

- False positives (abnormalities identified during EKG testing that turn out to have no medical significance) may lead to unnecessary stress, additional testing, and unnecessary restriction from athletic participation.
- Accurate EKG interpretation requires adequate training.

I have reviewed and understand the symptoms and warning signs of SCA.

Signature of Student-Athlete

Print Student-Athlete's Name

Date

Signature of Parent/Guardian

Print Parent/Guardian's Name

Date

Paro cardíaco súbito

Síntomas y signos de alerta

¿Qué es un paro cardíaco súbito (PCS)?

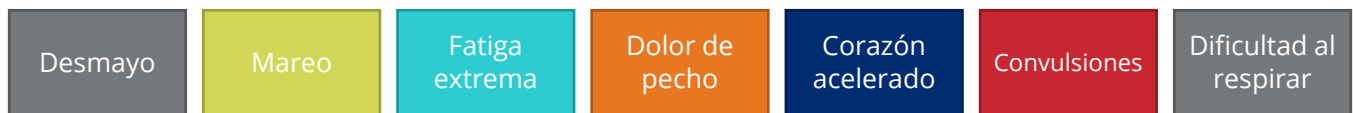
Un paro cardíaco súbito es una situación potencialmente mortal que se produce cuando el corazón deja de latir repentina e inesperadamente. Esto hace que la sangre y el oxígeno dejen de fluir al resto del cuerpo. El individuo no tendrá pulso. Puede ocurrir sin previo aviso y puede provocar la muerte en cuestión de minutos si la persona no recibe ayuda inmediata. Sólo **1 de cada 10 personas** sobrevive un PCS. Si se practica la reanimación cardiopulmonar (RCP) y se usa a tiempo un desfibrilador externo automático (DEA), **5 de cada 10** podrían sobrevivir.



Un paro cardíaco súbito NO es lo mismo que un ataque al corazón, que es causado por la reducción o el bloqueo del flujo sanguíneo al corazón. Sin embargo, un ataque al corazón puede aumentar el riesgo de sufrir un PCS.

Esté atento a los signos de alerta

Un paro cardíaco súbito suele ocurrir sin previo aviso. El PCS puede ocurrir en personas jóvenes que no saben que tienen un problema cardíaco, y puede ser el primer signo de dicho problema. Cuando hay signos de alerta, la persona puede sentir:

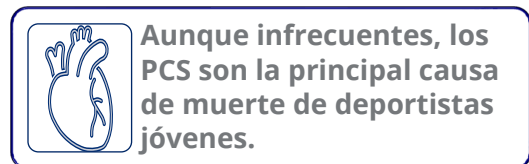


Si se presenta alguno de estos signos de advertencia, es importante hablar con un proveedor de atención médica. Existen riesgos asociados a seguir practicando o jugando deportes después de experimentar estos síntomas. Cuando el corazón se detiene debido a un PCS, la sangre deja de fluir al cerebro y a otros órganos del cuerpo. La muerte o el daño cerebral permanente pueden ocurrir en pocos minutos.

Pruebas de electrocardiograma (ECG)

Un electrocardiograma es una prueba no invasiva, rápida e indolora que examina la actividad eléctrica del corazón.

Unos pequeños electrodos adheridos a la piel de los brazos, las piernas y el pecho captan los latidos del corazón. Un electrocardiograma puede detectar algunos problemas cardíacos que pueden provocar un mayor riesgo de paro cardíaco súbito. Las organizaciones médicas nacionales, como la Academia Estadounidense de Pediatría y el Colegio Estadounidense de Cardiología, no recomiendan actualmente la realización de ECG rutinarios, a menos que el examen físico previo a la participación en actividades deportivas revele una razón para hacer esta prueba. El estudiante o sus padres pueden solicitar al proveedor de atención médica del estudiante que se realice un electrocardiograma además del examen físico previo a la participación del estudiante, cuyo costo correrá a cargo del estudiante o de sus padres.



Limitaciones de las pruebas de electrocardiograma

- Un electrocardiograma puede ser caro y no puede detectar todas las condiciones que predisponen a un individuo a sufrir un paro cardíaco súbito.
- Los falsos positivos (anormalidades identificadas durante las pruebas de electrocardiograma que resultan no tener importancia médica) pueden conducir a un estrés innecesario, a pruebas adicionales y a una restricción innecesaria de la participación deportiva.
- La interpretación precisa del electrocardiograma requiere una formación adecuada.

He revisado y entiendo los síntomas y signos de alerta de un paro cardíaco súbito.

_____ Firma del estudiante-deportista	_____ Nombre del estudiante-deportista en letra de imprenta	_____ Fecha
_____ Firma del padre/tutor	_____ Nombre del padre/tutor en letra de imprenta	_____ Fecha