



# Ficha del paciente\*: Parada cardiaca

## ¿QUÉ ES LA PARADA CARDIACA?

La parada cardiaca súbita o muerte súbita cardiaca es una pérdida brusca del pulso y el conocimiento causada por un fallo inesperado de la capacidad del corazón para bombear eficazmente sangre al cerebro y a todo el organismo. Suele estar causada por arritmias potencialmente mortales y anomalías en el sistema eléctrico del corazón.



## CONSECUENCIAS DEL PARO CARDIACO

El corazón bombea sangre a todos los órganos del cuerpo. Si el corazón deja de funcionar (paro cardiaco), el flujo sanguíneo se detiene, los órganos empiezan a fallar y en cuestión de minutos la persona muere. Si el paro cardiaco puede detectarse y tratarse de inmediato, pueden evitarse daños serios a los órganos, daño cerebral o incluso la muerte. Puede ocurrirle a cualquier persona, adulto, niño, incluso a una persona que parecía gozar de buena salud.

## CAUSAS DEL PARO CARDIACO

1. Infarto de miocardio.
2. Enfermedades de las válvulas cardiacas o del músculo cardiaco.
3. Arritmias.
4. Pérdida importante de sangre debido a un traumatismo o a sangrado interno.
5. Descargas eléctricas.
6. Falta de suministro de oxígeno en situaciones tales como ataques severos de asma, ahogamientos o atragantamientos.
7. Shock cardiogénico.
8. Accidentes cerebrovasculares.
9. Ciertos trastornos genéticos que afectan al corazón.

## DIAGNÓSTICO

La víctima de la parada cardiaca súbita pierde en primer lugar el pulso, luego el conocimiento y, finalmente, la capacidad de respirar. Todo ello ocurre rápidamente, en unos segundos. Si se realiza un electrocardiograma, no se detecta actividad eléctrica proveniente del corazón o se detecta una arritmia (como fibrilación ventricular) que no produce una contracción eficaz del corazón.

## TRATAMIENTO

LO MAS IMPORTANTE: PEDIR AYUDA Y LLAMAR AL 112.

- Desfibrilación rápida utilizando un desfibrilador externo automatizado si está disponible (en muchos lugares públicos y en aviones comerciales).
- Iniciar maniobras de reanimación cardiopulmonar y traslado rápido al centro médico correspondiente.
- Tratamiento por parte de equipos médicos especializados de problemas específicos (traumatismos, infarto de miocardio...).

## PREVENCIÓN

1. Visita a tu médico de forma periódica y sigue sus indicaciones en cuanto al tratamiento de la diabetes, presión arterial.
2. Lleva una dieta equilibrada baja en grasas saturadas y alta en frutas y verduras (al menos 5 piezas diarias).
3. Abandona el hábito tabáquico.
4. Mantén un peso saludable.
5. Haz ejercicio físico de forma regular.

## PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- Aprende a salvar una vida:

<http://www.fundaciondelcorazon.com/corazon-facil/recursos-didacticos/salvar-una-vida.html>

- ¿Cómo funciona el corazón?:

<http://www.fundaciondelcorazon.com/informacion-para-pacientes/como-funciona-el-corazon.html>

La Sociedad Española de Cardiología y la Fundación Española del Corazón constituyen una organización cuyo impulso vital es velar por la salud cardiovascular de la población a través de la excelencia clínica e investigadora, así como educativa y divulgativa.

