

# QUESTÕES DO CORAÇÃO



## PARADA CARDÍACA SÚBITA (PCS)

- A PCS é um estado patológico na qual o coração para de bater repentinamente, interrompendo o fluxo sanguíneo para o cérebro e os órgãos vitais.
- A PCS é geralmente causada por um distúrbio elétrico no coração que interrompe o bombeamento, diferentemente de um ataque cardíaco que é causado por um bloqueio no fluxo sanguíneo para o coração.
- A PCS causa a morte se não for tratada em minutos.
- Dois mil pacientes com menos de 25 anos morrem todos os anos de PCS nos EUA, segundo estimativa do Centro de Controle de Doenças (CDC).
- A causa da PCS em atletas é desconhecida; no entanto, atletas jovens com problemas cardíacos subjacentes correm maior risco durante exercícios vigorosos.

## CONCUSSÃO CARDÍACA

- A concussão cardíaca ou commotio cordis é causada por um golpe abrupto não penetrante no peito. Induz arritmia ventricular em um coração, fora isso, estruturalmente normal.
- A concussão cardíaca é responsável por cerca de 20% das mortes cardíacas súbitas em atletas jovens.

## PREPARAÇÃO PARA EMERGÊNCIAS CARDÍACAS

- Escolas, clubes e instalações esportivas devem ter planos de ação de emergência que incluam um plano de resposta para eventos de PCS.
- Todas as instalações onde se praticam esportes devem ter desfibriladores externos automáticos (DEA) com acesso de 1 a 3 minutos.
- Escolas, clubes e instalações esportivas devem ter alguém treinado em ressuscitação cardiopulmonar (RCP).
- Quando a RCP é realizada e um choque com DEA é administrado nos primeiros 3 a 5 minutos após o colapso, as taxas de sobrevivência relatadas por parada cardíaca chegam a 74%.

## EXAME CLÍNICO DE ATLETAS PARA PROBLEMAS CARDIOVASCULARES

- Os atletas devem ser submetidos a exames clínicos cardiovasculares antes da participação em atividades atléticas.
- Um padrão mínimo de exame cardiovascular deve incluir um histórico médico abrangente, histórico familiar e exame físico.
- Um eletrocardiograma (ECG) pode ajudar a identificar patologias cardíacas subjacentes que coloquem os atletas em maior risco. No entanto, isso não é um padrão universal no momento devido a custos, infraestrutura médica e considerações de sensibilidade e especificidade.

## SINAIS E SINTOMAS DE PARADA CARDÍACA EM ATLETAS

ATLETAS MASCULINOS	ATLETAS FEMININAS
Dor no peito, ouvido ou pescoço	Dor intermitente no meio do peito
Dor de cabeça intensa	Tontura
Falta de ar excessiva	Falta de ar com ou sem desconforto
Desconforto difuso	Pressão, opressão, sensação de empanturramento
Tonturas, palpitações	Náusea, vômito
Fadiga anormal	Suor frio
Indigestão, azia	Dor ou desconforto nos braços, costas, pescoço, mandíbula ou estômago

**OBSERVAÇÃO:** Muitas vítimas jovens de parada cardíaca podem não apresentar sintomas até que a parada cardíaca ocorra.

Fontes: NATA, Instituto Korey Stringer, American Heart Association  
Infográfico fornecido pela National Athletic Trainers' Association