

¿COM TRACTEN ELS METGES UNA MORT CARDÍACA SOBTADA?

24 octubre, 2023



La mort cardíaca sobtada en esportistes es produeix quan algun mor sobtadament per un problema cardíac mentre s'està fent exercici. Com aquest jove i veterà de la UE Figueres que veieu a la fotografia. Ells van tenir la sort de ser salvats

La mort cardíaca sobtada en esportistes és molt poc freqüent (1 de cada 200.000 esportistes)

- Pot passar en persones d'edat avançada amb cardiopaties diagnosticades.
- També en persones joves que semblen sanes, però pateixen un problema cardíac no diagnosticat.
- Abans de començar una nova rutina d'esports és bo parlar amb un metge i fer-se un reconeixement mèdic. En el cas de la Federació Catalana de Futbol és obligatori per obtenir una llicència activa de futbol.

Una persona també poden morir durant l'exercici a conseqüència d'afeccions com una crisi d'asma, un cop de calor o una lesió. Aquestes morts no solen considerar-se morts cardíacs sobtades perquè la causa principal no és un problema cardíac.

¿Causa de la mort sobtada cardíaca?

Les persones grans solen tenir una malaltia de l'artèria (arteriopatia) coronària. Les artèries que subministren oxigen al seu cor estan obstruïdes. Poden saber o no que pateixen un problema cardíac. Les persones més joves solen tenir problemes cardíacs congènits molt poc freqüents. Per regla general, no saben que tenen un problema cardíac.

El problema cardíac més freqüent en persones més joves és:

- Engrossiment del múscul cardíac.
- Afeccions cardíques que fan que el teu ritme cardíac sigui anormal quan practiques esport i sents estrès, com la síndrome del QT llarg.
- Una vàlvula cardíaca defectuosa (estenosi aòrtica).
- Una àrea vàlvula cardíaca defectuosa (estenosi aòrtica).
- Una àrea dèbil o una voluminosa en una part de la seva aorta (l'artèria principal que transporta la sang des del seu cor cap a la resta en el seu cos; l'àrea dèbil o voluminosa s'anomena aneurisma aòrtic).
- Defectes de naixement (congènits) en les seves artèries coronàries (els besaments sanguinis que transporten oxigen al seu cor).
- Una hipertròfia cardíaca (un cor de mida augmentat).

A qualsevol edat, és més probable que pateixis una mort cardíaca sobtada durant la pràctica de l'exercici si es consumeixen drogues il·legals que estimulin el cor. Aquestes drogues inclouen la cocaïna i les amfetamines.

¿Quins són els símptomes d'una mort cardíaca sobtada?

La majoria dels esportistes joves estan sans i no saben que tenen un problema cardíac. En molts casos hereditari, per això els pares són imprescindibles per recordar-se'n dels antecedents familiars. Alguns esportistes presenten signes d'alarma, com desmaigs o dificultat respiratòria (dispnea). És

possible que els esportistes no es donin compte de què aquests signes corresponen a símptomes d'un problema greu i que no ho diguin a ningú.

Però, el primer signe sol ser que la persona col·lapsa repetidament. El seu cor no bateja i no respira. La gent sol morir a menys que no rebi una reanimació cardiorespiratòria (RCP).

¿Pot saber un metge si tinc un risc de patir un infart de cor sobtat?

Ves al teu metge abans d'iniciar la pràctica d'algun esport o d'un programa d'exercicis. El teu metge et preguntarà sobre els teus antecedents mèdics i li practicarà un reconeixement físic per detectar problemes que podrien fer que l'exercici fos perillós per vostè.

Els esportistes amateurs han de sotmetre's a un reconeixement cada dos anys. Els adults haurien de sotmetre's a un d'aquests reconeixements cada 4 anys. Si els mèdics saben que vostè presenta certs problemes mèdics, generalment el reconeixerà amb major freqüència.

Els factors de risc sobre dels quals li preguntarà el mèdic:

- La presència de símptomes com dolor o malestar en el tòrax, taquicàrdia o ritme cardíac no uniforme, desmaïs o quasi desmaïs, fatiga i dificultat per respirar, sobretot quan es presenten aquests símptomes durant l'exercici intens.
- Tenir familiars que es van desmaiar o van morir mentre feien exercici, o que van morir de forma sobtada abans dels 50 anys.
- Consum de fàrmacs i substàncies

Depenent de la teua edat, els teus antecedents mèdics, els seus símptomes i l'esport concret que vostè practica, els metges poden indicar proves com:

- Electrocardiograma (ECG, una prova ràpida, indolora i inofensiva que mesura les corrents elèctrics del teu cor i les registra en una fulla de paper).
- Ecografia (una prova en la qual s'empren ones de so per generar una imatge del cor i del seu funcionament).
- Prova d'estrès (una prova que serveix per creure com funciona el seu cor quan bateig més ràpid, com succeeix quan

tu fas exercici).

En alguns països fora dels Estats Units, els metges recomanen que totes les persones se sotmetin a un electrocardiograma abans de començar un programa d'exercicis.

¿Com tracten els metges una mort sobtada cardíaca?

Una persona que deixa de respirar i col·lapsa necessita tractament immediat.

- Reanimació cardiopulmonar (RVP) (un mètode per salvar vides consistents en pressionar el tòrax i resultar la respiració).
- Ús d'un desfibril·lador extern (un dispositiu que administra una descàrrega elèctrica en el tòrax per tornar un bateig cardíac regular.

Si la persona viu, els metges tracten la patologia causant del problema. També poden administrar medicaments o col·locar un desfibril·lador cardioversor implantable. Un cardioversor-desfibril·lador implantable. Un cardioversor-desfibril·lador implantable és un dispositiu que els metges col·loquen en el cor per controlar el seu batut i reiniciar-lo si deixa de funcionar.

Desfibril·lador extern automàtic: posar en marxa el cor

Desfibril·lador extern automàtic (DEA) és un dispositiu que pot detectar i corregir una fibril·lació ventricular. La fibril·lació ventricular produeix aturada cardíaca.