La Muerte Súbita

La Muerte Súbita

Con frecuencia escuchamos a un amigo, un familiar o un compañero de trabajo que conoce la noticia, alguien falleció de repente, un niño en el colegio, en la universidad, en un club, en el gimnasio, en la calle o simplemente amaneció muerto.

El ejemplo mas claro se nos presentó estos ultimos días en la Liga Española de Fútbol: Antonio Puerta, de 22 años, caia desvanecido sin razón alguna en el campo de juego.

Pudo incorporarse, y es mas, salió de la cancha por sus propios medios. Pero en el vestuario sufrió un paro cardíaco, fue trasladado a un nosocomio y murió este lunes luego de dos días de agonía. En el día de ayer nos enteramos de otro deceso: el futbolista de Zambia, Chaswe Nsofwa, caia fulminado promediando un entrenamiento del equipo en el militaba, el Hapoel Beersheba de Israel.

Otro caso representativo fue el de Marc Vivien Foe, futbolista de Camerún, quien falleció mientras disputaba la Copa de las Confederaciones con su selección en el año 2003. En Brasil, también lloraron la muerte de Serginho, del Sao Caetano, quien sufrió una fibrilación en pleno partido poco tiempo después de lo ocurrido con Foe. El común denominador: desvanecimiento repentino y la posterior muerte.

Estos hechos se acompañan de comentarios como: “Que raro, si estaba bien”, “Era un deportista”, “Solo había tenido un infarto hace años”, “Se veía tan sano”. Por desgracia, cualquiera puede sufrir una muerte súbita. Es imprevisible y puede sucederle a cualquiera, en cualquier momento y lugar, incluso a los adolescentes. Aunque una enfermedad cardíaca previa es una causa frecuente, muchas víctimas nunca han tenido un problema de esas características.

¿Que tienen en común estas historias?, su causa.

La muerte súbita 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. Puede ser originado por causa natural, es decir, sin que participen mecanismos violentos (homicidio, suicidio, intoxicación, trauma), y del cual solo podría recuperarse si se efectúan maniobras medicas adecuadas. Casi todos desconocemos que la muerte súbita es la primera causa de fallecimientos en todo el mundo, en Estados Unidos se dan alrededor de 500.000 casos al año, es decir, un caso por minuto. La causa más importante para generar muerte súbita son las enfermedades cardiovasculares.

• Miocardiopatía hipertrófica obstructiva: Primera causa de muerte súbita. Se encuentra hipertrofiado el ventrículo izquierdo, que impulsa la sangre en cada sístole (contracción del corazón). Se produce una arritmia importante, que toma el control del corazón sobrepasando el ritmo normal, causando una fibrilación ventricular que lleva al paro cardíaco.

• Displasia arritmogénica del ventrículo derecho: El problema también es un fenómeno eléctrico de arritmia.

• Anomalía congénita de las arterias coronarias: La arteria izquierda rodea el corazón y queda atrapada por la aorta. Un gran esfuerzo puede producir una compresión sobre esta arteria y provocar un infarto agudo de miocardio.

• Síndrome de Marfán: Síndrome que incluye una severa anomalía en la aorta y arterias periféricas. Señales de alarma: problemas visuales, ya que se acompaña de anomalías del cristalino, atletas muy altos y jóvenes, con extremidades y dedos muy largos.

• Aneurisma cerebral: Por lo general no se lo detecta en los controles rutinarios, ya que no se somete a la gran mayoría a resonancias magnéticas u otros tests adecuados. Cefaleas pertinaces pueden dar la alarma, pero el clínico debe poder encaminar el diagnóstico en su entrevista.

En los primeros casos, es decir cuando el corazón esta grueso (Hipertrófico) o dilatado, aumentando el tamaño, se pueden

ver estos daños en exámenes de imágenes diagnosticadas como el Ecocardiograma, que permite al cardiólogo observar si las cavidades cardíacas tienen anormalidades que predisponen a muerte súbita.

En este grupo, en especial de jóvenes o adultos jóvenes aun niños, puede la estructura del corazón ser completamente normal entre comillas, pero tener anormalidades a nivel casi molecular de la conformación de este órgano que no se pueden ver, y que pueden ocasionar la muerte súbita.

Los comentarios de los allegados son “¿Pero por qué?, si todo estaba bien”. Es en estos casos donde la evaluación a fondo de la historia familiar de hermanos, tíos, primos, padres que fallecieron de manera repentina inesperada y natural, información obtenida en el interrogatorio por parte del medico que debe complementarse con evaluaciones clínicas a fondo.

¿Se puede prevenir la muerte súbita?

La respuesta es si, pero un (SI) donde las acciones sean integrales.

Tomar la prevención como un estilo de vida, cambiar hábitos nocivos por saludables, entendiendo que para que exista calidad de vida lo primero que debe tenerse es la vida misma, dejar de fumar, controlar el peso, hacer ejercicio, la dieta es fundamental el consumo de pescado 2 o 3 veces a la semana

En los últimos tiempos se aconseja la práctica de actividades físicas como una manera de prevenir enfermedades de diverso tipo, entre las que se destacan las cardiovasculares, la obesidad, la diabetes, la depresión, etc. Pero esta práctica debe ser realizada con prevención, incluyendo un examen médico completo para conocer el estado de salud de cada persona. Muchos se lanzan hacia los inmensos beneficios del deporte sin esta precaución, desconociendo la existencia de alguna enfermedad que puede causarles la muerte.

Por ello, la muerte súbita es más frecuente en personas que practican deportes en forma recreativa, sobre todo entre los 25 y 50 años, edad en que se sitúan una serie de patologías de orden cardiovascular, causantes principales de esta muerte.

Los atletas controlados, que llevan en general varios años de entrenamiento y competencia, tienen menor riesgo, ya que normalmente pasan por numerosos exámenes médicos. Los aislados casos de muerte súbita entre deportistas profesionales causan sin embargo una gran conmoción, ya que son conocidos, publicitados, y reciben la atención de los medios masivos de comunicación. Entre ellos, los más proclives a una muerte súbita suelen ser los ciclistas, los futbolistas y los basquetbolistas.

Que puede ocurrir si fracasan las medidas preventivas, y se produce el infarto o daño cardiovascular. Si se presenta un paro cardiaco súbito (que representa el 80% de los casos) son los familiares, amigos, o compañeros de trabajo quienes efectuaran la reanimación.

Entonces es de preguntarse que tan preparados están ellos para atender una emergencia de este tipo.

La víctima de la parada cardíaca súbita pierde en primer lugar el pulso, luego el conocimiento y, finalmente, la capacidad de respirar. Todo ello ocurre rápidamente, en unos segundos. Las víctimas sin tratamiento inmediato, fallecen en el 90%-95% de las ocasiones.

Por eso se recomienda hacer algún curso no médico para aprender a efectuar las maniobras útiles para salvar una vida que mañana, puede ser la tuya, esto incluye un desfribrilador automático, cuando sucede un paro cardiaco, en mas del 90% de las veces, este obedece a un ritmo anormal llamado fibrilación ventriculares, produce que el corazón no se contraiga.Por cada minuto que pasa en fibrilación, se calcula que se pierde en un 10% la posibilidad de sobrevivir al paro.Por lo tanto la medida salvadora ya reconocida por la comunidad científica es el uso de la desfibrilación en una ventana de tiempo muy corta.

Esta desfibrilación en general era proporcionada al paciente víctima del paro en los servicios de emergencia por personal entrenado.Hoy en día la tecnología ha diseñado un equipo capaz de detectar si el paciente que esta inconsciente no respira, no tiene pulso ni movimientos espontáneos, es decir tiene una muerte súbita y es candidato a requerir desfibrilación, y el mismo sistema le ofrece el tratamiento para restaurar el ritmo de vida que permite al corazón bombear la sangre.

Este equipo ha sido usado con éxito en EEUU y Europa en aviones, aeropuertos, casinos, gimnasios, centros comerciales y hoteles. Constituye hoy en día una recomendación disponer de ellos en sitios donde hay público para ser utilizados en caso de una muerte súbita y poder salvar una vida.

La muerte súbita constituye un problema de salud pública, que afecta incluso a deportistas, por lo tanto el tomar conciencia de prevención integral que incluya modificar hábitos de vida saludable, un chequeo previo a la practica del deporte y entrenamiento de la comunidad en general en técnicas de preanimación constituyen las medidas recomendadas para salvar vidas. Asi como contamos con un extinguidor para potenciales incendios en la casa,la oficina o el auto, así debería existir dispositivos de reanimación en lugares donde muy pronto podría ocurrir un paro cardiaco y sobrevenir para todos una “Muerte Natural”.

Fuente: Médico Cardiólogo Dr. Kaiser