



*Lo invitamos a participar para obtener orientación, incluso si usted o su ser querido está todavía hospitalizado.*

Los grupos de apoyo han demostrado ser de ayuda a los pacientes que han sufrido paro cardíaco y los familiares de ellos para sobrellevar esos momentos difíciles, especialmente durante la primera etapa después del evento.

El hecho de saber que usted no está solo y conocer a otros pacientes que han pasado lo mismo da mucha esperanza y causa motivación. Nuevos retos aparecerán. El tener a otros en frente para conversar acerca de su experiencia ayuda a superar esas heridas e inspira.

---

Usted **no** está solo.  
Hay una **esperanza**.  
¡Usted **sobrevivió**, y  
ahora lo **superará!**

---

## Contáctenos

*Puede contactarnos para recibir más información acerca de los programas disponibles y grupos de apoyo más cercanos a usted.*

Coordinador del Programa de Apoyo al Sobreviviente de Paro Cardíaco del Condado de Ventura

Servicios de Medicina de Emergencia del Condado de Ventura



(805) 981-5301



[venturasurvivor@ventura.org](mailto:venturasurvivor@ventura.org)



2220 East Gonzales Road  
Suite 200  
Oxnard, CA 93036



[www.venturasurvivor.org](http://www.venturasurvivor.org)



Programa de Apoyo  
al Sobreviviente  
de Paro Cardíaco  
del Condado de  
Ventura



## El paro cardíaco puede ocurrir sin aviso...

El paro cardíaco puede ser aterrador y desorientador, pero hay muchos recursos disponibles para el sobreviviente de paro cardíaco, su familia y amigos.

Conmoción, cólera, negación y tristeza son reacciones comunes frente a esta grave condición médica. Nosotros estamos para ayudarlo, ¡ahora mismo!

La familia y amigos que fueron testigos o acudieron a asistirlo, a menudo experimentan trauma mental y síntomas de estrés y pueden requerir ayuda.

*Nosotros estamos aquí para ayudar a usted y sus familiares superar este evento traumático que cambió vuestras vidas.*

## El paro cardíaco ocurre a cualquier edad...

*"Nunca escuché acerca del paro cardíaco hasta que me ocurrió a mí! Reunirme y hablar con otros que pasaron por lo mismo es inspirador. Ha ayudado a mí y a mi familia para seguir adelante y animarnos a creer que sí podemos hacerlo."*

—R.L., edad 46

*"He aprendido cómo otros sobrevivientes de paro cardíaco y sus familias han luchado frente a similares experiencias. Ser partícipe de este grupo de apoyo ha sido un oasis de sanación para mi esposa y yo."*

—D.M., edad 52

*"Cada mes espero con ansias mi reunión con el Grupo de Apoyo de Sobrevivientes de Paro Cardíaco. Aprendo más de qué me ocurrió y cómo cuidarme yo mismo, y además salgo de paseo con las personas que realmente comprenden lo que hemos pasado."*

—C.W., edad 12

*"Estoy muy agradecido de poder estar más tiempo con mi familia y disfrutar de la vida. Tengo una segunda oportunidad."*

—F.G., edad 75



La sobrevivida al paro cardíaco es un proceso...

*Los retos que usted podría tener en frente pueden superarse con la ayuda de nuevos programas.*



La ansiedad puede ser combatida desde diferentes ángulos, incluyendo un grupo de soporte.



Olvidos o pérdida de memoria reciente ocurren a menudo después de un paro cardíaco, y pueden durar desde unos días hasta semanas. Cada sobreviviente es diferente.



Escuchar a otros sobrevivientes y compartir con ellos y sus familiares experiencias, fortalezas y esperanzas ayudan a sanar...¡Y es gratis!



Desde electrofisiólogos hasta instructores de meditación, conferencistas invitados comparten sus experiencias para ayudarlo a superar las dificultades surgidas después del paro cardíaco.