

**Primer Día Europeo de Concienciación del Paro Cardíaco, mañana 16 de octubre, bajo el lema “Tus manos pueden salvar vidas, ¡Salvemos a más de 100.000 vidas!”**

Madrid, 15 de octubre, 2013.-En Europa se producen alrededor de 350.000 muertes súbitas al año fuera del hospital mientras en España la cifra oscila en torno a las 30.000, lo cual representa cerca de 1.000 paros cardíacos diarios. En el 80 % de los casos, estos eventos tienen lugar en el hogar de los pacientes.

La supervivencia al año de los pacientes que sufren un paro cardíaco, varía de unos países a otros, siendo la media de apenas el 10%. Actualmente, está demostrado que si se realizan una serie de acciones encadenadas, que pueden ser realizadas por la mayoría de las personas, denominadas *cadena de supervivencia*, por parte de testigos presenciales, se podría aumentar la supervivencia en 2-3 veces. Sin embargo, estas maniobras sólo se realizan en apenas 1 de cada 5 personas que sufren un Paro Cardíaco fuera del Hospital. De ahí la importancia de la educación a la población general.

Precisamente, éste es uno de los objetivos centrales de la celebración del **primer Día Europeo de Concienciación del Paro Cardíaco, mañana 16 de octubre. Bajo el lema “Tus manos pueden salvar vidas, ¡Salvemos a más de 100.000 vidas!”**, el Consejo Español de Resucitación Cardiopulmonar (CERCP) impulsa en nuestro país esta iniciativa, dirigida inicialmente a la población escolar “Niños salvando vidas, aprendiendo RCP en los colegios”, se ha extendido a la población general, y a la sanitaria en particular, para que tomen conciencia del gran problema de salud pública que supone el Paro Cardíaco y de la necesidad de tener los conocimientos suficientes para atender a una víctima que sufra Paro Cardíaco.

Otros de los objetivos marcados pasan por: sensibilizar a la sociedad en general, y a todos sus agentes en particular, sobre la relevancia y repercusiones de la muerte súbita cardíaca y estimular la educación sanitaria de la población en las técnicas de Resucitación Cardiopulmonar (RCP).

Asimismo, se intenta intervenir ante los organismos pertinentes responsables de la educación, planificación y gestión, con el fin de promover la lucha contra las muertes evitables, súbitas y accidentales.

Elaborar y difundir las recomendaciones para la práctica y la enseñanza de la RCP de acuerdo con las guías internacionales, e impulsar la investigación básica, clínica y epidemiológica en el área del Soporte Vital (SV) y la RCP, también se encuentran entre los fines de esta jornada.

Por otra parte, desde el CERCP se va a proponer al Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad:

-A corto plazo, incluir los conocimientos de Resucitación Cardiopulmonar en la formación básica de aquellos colectivos como policía, personal de transporte sanitario, bomberos y otros miembros que intervienen habitualmente en emergencias.

-A medio/largo plazo, la formación en Resucitación Cardiopulmonar debería comenzar en la escuela, donde además es aconsejable la formación de los profesores para que difundan el conocimiento a los escolares. Así como la prevención de las enfermedades cardiovasculares y de la muerte súbita en los colegios.

-La parada cardíaca es un problema de salud pública de primera magnitud que requiere la atención de las administraciones sanitarias. El Ministerio de Sanidad debería liderar mediante el Consejo Interterritorial una racionalización de las diferentes legislaciones autonómicas

### **Eslabones de la cadena de supervivencia**

La principal causa de Paro Cardíaco, generalmente de aparición repentina e inesperada en una persona que aparentemente se encuentra sana y en buen estado, es el infarto agudo de miocardio, que provoca una fibrilación ventricular (arritmia que ocasiona que el corazón pierda su capacidad de contraerse de forma organizada, por lo que deja de latir y de bombear sangre hacia todo el organismo). La persona que sufre un Paro Cardíaco y no es atendida rápidamente puede morir al cabo de unos minutos.

Según organismos internacionales para que la supervivencia por paro cardíaco aumente, alrededor del 20 % de la población debería estar formada en técnicas de Resucitación Cardiopulmonar, lo que en nuestro país equivale a formar a nueve millones de personas. En España, el pasado año, a través de los cursos impartidos por las diferentes Sociedades que forman parte del CERCP, se formaron en Resucitación Cardiopulmonar unas 70.000 personas.

Los eslabones de la cadena de supervivencia son alerta precoz a los servicios de urgencias, comienzo de las maniobras de Resucitación Cardiopulmonar básica precoz, seguido de desfibrilación precoz y terminando con el apoyo cardiovascular avanzado precoz, prestado por los servicios de urgencias y emergencias.

En España, los cuatro eslabones se han desarrollado de distinta forma desde el punto de vista temporal, cuantitativo y cualitativo y, paradójicamente, no se ha hecho de forma secuencial. En la década de los noventa del pasado siglo, con la implantación de los Servicios de Emergencias y los Centros Coordinadores de Emergencias se consiguió desarrollar de forma satisfactoria el primer y último eslabón. En los últimos años, con la aparición de los desfibriladores semiautomáticos, se está logrando mejorar el tercer eslabón. Sin embargo, el segundo eslabón, inicio de maniobras de RCP por los testigos, sigue siendo débil, solo uno de cada cinco pacientes reciben reanimación por los testigos. Intentar mejorar la respuesta ante esta situación, es uno de los objetivos del CERCP y la educación en esta materia a los ciudadanos es un punto clave para lograrlo.

Así pues, considerando que la supervivencia de muchas víctimas, que gozan aparentemente de buena salud, depende de la Reanimación Cardiopulmonar y de la desfibrilación precoz, y considerando que la intervención dentro de los 3-4 primeros minutos puede aumentar las posibilidades de supervivencia a más del 50 %; sí se aumentara el porcentaje de personas que aprenden e inician las medidas de RCP se podrían salvar 100.000 vidas en Europa cada año.

### **Principales actos organizados**

El acto central del Día Europeo de Concienciación del Paro Cardíaco se celebrará, mañana, miércoles, en Córdoba en el salón de actos del Rectorado de la Universidad de Córdoba, antiguo edificio de veterinaria.

Al acto, que comenzará a las 10:00, tiene prevista su presencia la ministra de Sanidad, Ana Mato. Por parte de la Organización Médica Colegial asistirá el secretario general, el Doctor Serafín Romero. A continuación, una serie de expertos abordarán diversos aspectos: el Dr.

Ramón Brugada hablará de la epidemiología de la muerte súbita y una experiencia que han comenzado en Girona. Seguidamente, el Dr. Julián Villacastín tratará aspectos relativos al registro de muerte súbita, el Dr. Fernando Rosell expondrá el proyecto OHSCAR, dirigido al registro y estudio de la Parada Cardíaca Extrahospitalaria en España, y el Dr. Carlos Urkia (presidente del Consejo Español de RCP) informará sobre las recomendaciones del Consejo para disminuir esta epidemia.

En este acto se contará con testimonio de personas que han sufrido un paro cardíaco, y gracias a la actuación de personas del entorno que comenzaron las maniobras de RCP, se encuentran entre nosotros.

Para finalizar el Dr. Carlos Matabuena abordará la iniciativa de Educación Cívica y Emergencias para instaurar los cursos de RCP y de primeros auxilios en general en los currículum de los centros escolares.

Previo a este acto, hoy 15 de octubre, está prevista también en Córdoba, la primera Gymkhana de la RCP, en la que participaran escolares cordobeses.

### **Recomendaciones del CERCP**

En España la formación en prevención del paro cardíaco y la enseñanza de las maniobras de Resucitación Cardiopulmonar a la población general todavía está muy poco desarrollada.

Existen algunas experiencias concretas, pero poco coordinadas, por lo que se impone la existencia de un plan general de formación que planifique y coordine todos los esfuerzos formativos.

Las técnicas de RCP que recomienda el CERCP son:

- Sí te encuentras a alguien tendido en el suelo, o inmóvil en otra situación
- pregúntale ¿qué te pasa?, si no te contesta ...
- grita pidiendo ayuda
- arrodíllate junto a él
- pon una mano en su frente y otra en el mentón, échale la cabeza hacia atrás y comprueba si respira (se eleva su pecho, sientes su respiración en tu mejilla o la escuchas), si no respira
- llama rápido al teléfono de emergencias 112, diles que necesitas ayuda, indícales dónde te encuentras, y no cuelgues, deja el móvil con el altavoz activado, te van a ayudar
- después junta tus manos, colócalas en mitad de su pecho, estira tus brazos y comprime fuerte y rápido 30 veces de esta forma (hacer el gesto), y repite las compresiones de nuevo hasta que llegue la ambulancia.

El **Consejo Español de Resucitación Cardiopulmonar (CERCP)** es una asociación científico-sanitaria, sin ánimo de lucro, creada en el año 1999, integrada por diferentes sociedades científicas, servicios de emergencias y otras organizaciones con una actividad acreditada en el ámbito del Soporte Vital y de la RCP, en aras de luchar frente al paro cardiaco.

Son miembros del CERCP las siguientes entidades y organizaciones en la actualidad:

- Sociedad Española de Medicina Intensiva, Crítica y Unidades Coronarias (SEMICYUC).
- Cruz Roja Española.
- Asociación Grupo Español de RCP Pediátrica y Neonatal.
- Fundación Progreso y Salud de Andalucía. IAVANTE.
- Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (semFYC).
- Sociedad Española de Anestesiología, Reanimación y Terapéutica del Dolor (SEDAR).
- Sociedad Española de Medicina de Urgencias y Emergencias (SEMES).
- Consell Català de Ressuscitació (CCR).
- Sociedad Española de Cardiología (SEC).
- Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN).
- Empresa Pública de Emergencias Sanitarias de Andalucía (EPES-061).
- Fundación Instituto de Ciencias de la Salud de Castilla y León (IESCYL).
- Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia (SEMG).
- Fundación Pública Urgencias Sanitarias. 061 Galicia.
- SAMUR. Madrid.
- Escuela de Ciencias de la Salud y de la Atención Social de Extremadura.
- Servicio de Emergencias Sanitarias de Castilla La Mancha (SESCAM)