

2022

IFRC Centro Mundial de Referencia en Primeros Auxilios

Todos merecen una
oportunidad



[DÍA MUNDIAL DE LA PARADA CARDÍACA 2022]

Aclaración – evento en colaboración con ILCOR

Contenido

Por qué un mundial de la parada cardíaca (DMPC)	2
Cuáles son los objetivos y prioridades del DMPC?	2
RCP todos merecen una oportunidad?	3
Qué materiales están disponibles para las SN?	4
Cómo prepararse para el DMPC	4
Qué coincide con los Consejos de Reanimación?	8
A quién puede contactar para mayor información?	8



Cruz Roja de China – filial de Hong Kong

¿Por qué un día mundial de la parada cardíaca (DMPC)?

La iniciativa europea de la reanimación se fundó en 2013 por el Consejo Europeo de Reanimación (CER) con el apoyo del Parlamento Europeo; Como una extensión de este exitoso emprendimiento, el Comité Internacional de Enlace en Reanimación (ILCOR) lanzó en 2018 la primera iniciativa mundial sobre paro cardíaco. Cada 16 de octubre y en torno a esta fecha, se celebra el evento anual del DMPC, para difundir que todos pueden aprender la reanimación cardiopulmonar (RCP).

Siete de cada diez paros cardíacos suceden en presencia de espectadores, sin embargo **menos del 20% de espectadores legos acaban administrando los primeros auxilios**.¹ Más aún, las tasas de reanimación por espectadores legos difieren significativamente a nivel mundial, en un rango del 5% al 80%. Si las estadísticas pudieran incrementarse en todos los países, cientos de miles de vidas podrían salvarse cada año tras paros cardíacos repentinos extrahospitalarios.²

La Federación Internacional de la Cruz Roja y la Media Luna Roja (IFRC) ha sido la mayor red de formadores y proveedores de primeros auxilios por más de 150 años. Juntas, las Sociedades nacionales de la Cruz Roja y la Media luna Roja (SN CRMLR) entrenan cada año más de 23 millones de personas en todo el mundo. La RCP es asumida por la gran mayoría de SN. La IFRC, a través del Centro Mundial de Referencia en Primeros Auxilios (CMRPA), desea promover la educación en primeros auxilios basada en la evidencia científica y la práctica. Debido a esto se da la unión con el ILCOR en tan gran evento. A la par con ILCOR, el DMPC cuenta con el apoyo del Consejo Europeo de Reanimación que tiene como objetivo preservar la vida humana haciendo que la reanimación de alta calidad esté disponible para todos los cursos, eventos, directrices y, en la coordinación de la Comunidad Europea.

Basados en el éxito de la celebración del Día Mundial de los Primeros Auxilios en muchos países y gracias a la efectiva colaboración entre ILCOR, el CMRPA apoya el Día mundial de la parada cardíaca a través de un paquete de herramientas compartido con las SN de la IFRC. Se recomienda a las SN permanecer en contacto con sus Consejos de Resucitación nacionales o regionales o cualquier otro socio en este evento.

Esta nota orientadora tiene el propósito de presentar el evento y la caja de herramientas del CMRPA realizada en colaboración con la Media Luna Saudí Autoridad al igual que compartir algunas sugerencias para la organización del DMPC basados en la experiencia del DMPA. A continuación, se presentan **las actividades en RCP**.

¿Cuáles son los objetivos y prioridades del DMPC ?

Cada minuto que pasa hasta la llegada de los servicios de emergencia, significa un 10% menos de probabilidad de sobrevivir, excepto si un espectador administra los primeros auxilios. Mediante el DMPC deseamos alcanzar los siguientes objetivos:

- ⇒ **Facilitar el aprendizaje de la RCP para un gran número de personas:**
 - Enseñar RCP, iniciando a muy temprana edad y continuando a lo largo de la vida.
 - Asegurar la educación continuada combinando:

¹ French Society of Cardiology (Fédération Française de Cardiologie) : https://www.ameli.fr/sites/default/files/Documents/5157/document/arret-cardiaque-bons-gestes_ffc.pdf

² ILCOR : https://www.ilcor.org/data/policiesandprocedures/WRAH_RESUS_201805.pdf

- La práctica de masaje cardiaco mediante pedagogía presencialmente usando maniquíes y desfibriladores externos automáticos (DEA) si están disponibles.
- Aprendizaje a distancia o en línea, mediante diferentes formatos (e-learning, videos).

La educación continuada aumenta la autoconfianza de los aprendices, lo que les permite actuar cuando se requiere, sin sentirse con dudas de hacer algo mal.

⇒ **Incentivar a la gente a aprender RCP y técnicas básicas de salvamento:**

- Los cursos cortos en primeros auxilios básicos durante el DMPC pretenden motivar a la gente a tomar los cursos completos ofertados por las SN.

⇒ **Abogacía:**

- Para fomentar la educación continuada en RCP en los países y, especialmente para promoverla en las escuelas (por favor lea la iniciativa Los Niños Salvan Vidas)
- **Para crear conciencia sobre la prevención del paro cardiaco en el público general**
 - La IFRC es un socio clave para promover la prevención en paro cardiaco a nivel gubernamental y difundir mensajes a nivel mundial para que las personas estén mejor informadas en la materia y para actuar.

“Todos merecen la oportunidad - RCP”

Esta quinta edición del DMPC se enfoca en la inclusión. Todos merecen la oportunidad de ser resucitados. Esto tiene dos sentidos, incentivar a las personas a ayudar a otros y que usted como individuo también puede ser resucitado. El lema de este año se enfoca en mejorar la equidad en salud mediante la infraestructura, la comunidad en la que vivimos o las habilidades que los individuos poseen. Creemos que todos pueden aprender RCP. Deseamos un mundo con vidas más largas y saludables, sin discriminación de raza, etnia, género, religión, edad, etc. El DMPC se enfoca no solo en el socorrista sino también en los sobrevivientes y sus experiencias.

La pandemia de COVID-19 ha resaltado las disparidades y los problemas en salud. Por esta razón es que el CMRPA aconseja, respecto a la enseñanza de RCP:

- Si cada participante y formador están equipados con un maniquí de reanimación cardiopulmonar limpio y desinfectado, el aprendizaje se mantiene igual. Es decir se podrá practicar la respiración artificial. El formador se asegurará de que cada aprendiz use el maniquí que le fue asignado.
- Si un maniquí para entrenamiento en RCP está disponible y usa entre 2 o 3 aprendices, no es posible practicar la **ventilación artificial (boca -nariz)/ boca-boca**. El formador debe explicar la técnica, usar ayudas visuales (cartel, diapositiva o video) o posiblemente mostrar la técnica en su propio maniquí. Sólo se pueden realizar en el maniquí las compresiones torácicas y la desfibrilación. En todos los casos, el maniquí se debe limpiar entre cada uso.
- Se pueden presentar los dos procedimientos, el normal para cuando no hay epidemias y, con restricciones que se refiere al despeje de la vía aérea, verificando que la víctima respire y sin ventilación artificial durante un periodo epidémico. Respecto a la ventilación artificial

específicamente no se realiza, el formador recordará a sus estudiantes su importancia al margen de la situación de COVID-19 y con niños.

Puede adaptarlo dependiendo de la situación en su país y la tasa de vacunación. Para más detalles lea la guía sobre "[Reanudando el entrenamiento en primeros auxilios](#)" del CMRPA en 6 idiomas.

¿Qué materiales están disponibles para las SN?

⇒ **Un paquete de herramientas específica del CMRPA para el DMPC está disponible en nuestra plataforma.** El paquete de herramientas se enfoca en RCP. Las SN pueden usarlo para su propio evento público del DMPC.

- WRAH official Poster for 2022 (disponible en español)
- A customisable WRAH poster for women inclusion in CPR learning – in partnership with [Saudi Red Crescent Authority](#) (disponible en español)
- Video on how to practice CPR – in partnership with [Saudi Red Crescent Authority](#)
- Video on providing CPR after a drowning accident – in partnership with [ICRC](#) (disponible en español)
- Leaflet / booklet on first aid steps to follow when a person is unresponsive and not breathing (having a cardiac arrest or stroke) – in partnership with [Saudi Red Crescent Authority](#)
- Snapchat lens to practice CPR in Augmented Reality – in partnership with [Snapchat](#)
- WRAH Picture Frame (disponible en español)
- Está nota de orientación sobre el evento (disponible en español)

– Lema: "RCP - Todos merecen la oportunidad"

El ILCOR así como los Consejos de Resucitación nacional y regional también compartieron algunos materiales, disponibles [aquí](#) en inglés y algunos otros idiomas, ordenados por país.

⇒ **Cursos cortos en primeros auxilios básicos**

Los cursos cortos en primeros auxilios básicos son insignias perfectas para los eventos del DMPC. Invitamos y exortamos a los formadores en primeros auxilios a entrenar el mayor número posible de personas en espacios cortos de entrenamiento, usando varios métodos de enseñanza (práctica con maniqués, simulación, casos de estudio, juego de roles). Si es pertinente – dependiendo de las leyes locales y los materiales disponibles, también se puede incluir la instrucción en desfibrilación temprana.

⇒ Para más detalles, por favor consulte a [las directrices](#) del CMRPA IFRC

¿Cómo prepararse para el DMPC?

⇒ Su equipo

- Identifique un coordinador local a cargo de la coordinación y seguimiento de todo el evento.
- Involucre a un equipo de voluntarios y empleados que considere listos para liderar e impartir cursos básicos de Primeros Auxilios Básicos antes de la planeación y preparación del evento, al igual que durante el DMPC.
- Designe personas como puntos focales a todos los niveles (comunicación, selección de voluntarios y seguimiento, entrenamientos, diseño de herramientas, logística)
- Anticipe unas semanas antes del DMPC: ¿qué actividades organizará? ¿Dónde? ¿Cómo? ¿cuáles herramientas usar? ¿Las actividades, locaciones y herramientas son accesibles para todos? Si no, ¿cómo las puede adaptar?
- Promueva nuevas ideas y perspectivas! Consulte e involucre a diversas poblaciones e incorpore sus ideas en sus herramientas de comunicación y actividades. Incluya las diferentes perspectivas y perspectivas culturales para que este a la vanguardia y así, promover el cambio en maneras arraigadas de proporcionar los primeros auxilios que pueden dejar a algunas personas excluidas. Esto también, puede promover a la reflexión de cómo ha venido haciendo las cosas.
- Asegúrese de que la localización y espacios para sus actividades sea de fácil acceso para todos.
- Favorezca las actividades entre pares : permitirán que las personas interactúen y aprendan de otros.

En este sentido, un máximo número de voluntarios y una buena coordinación asegurarán el éxito de su evento del DMPC

⇒ Fecha del DMPC

- Aunque el 16 de octubre es el verdadero DMPC, algunos eligen organizarlo en otra fecha cercana durante el fin de semana. También se recomienda escoger la locación para el evento considerando espacios locales – por ejemplo en un colegio durante una jornada extraescolar, en un centro comercial en los fines de semana, durante una celebración local si es pertinente, etc.
- Asegúrese de que le entiendan: evite tecnicismos, acrónimos, abreviaciones y use un lenguaje lo más sencillo como sea posible.
- Si es necesario y posible, adapte ligeramente sus actividades a las necesidades de cada población, de manera que todos puedan participar.
- Anime a todos a hacerse voluntarios de su Sociedad nacional.

⇒ Cobertura por medios de comunicación

Su evento debe darse a conocer (medios, redes sociales...) con el fin de incrementar el número de personas sensibilizadas o entrenadas en RCP. Respecto a las redes sociales, se recomienda usar el **#worldrestartaheart** como referencia. **Es importante que los organizadores y formadores recolecten datos sobre el número de personas alcanzado, ya sean participantes presenciales o a través de redes sociales.** Esto puede ayudar a justificar futuras campañas de sensibilización y además el reporte del evento. Asegúrese de que su comunicación post-evento sea accesible a todos y no dude en enviar fotos a la gente.

Las SN están invitadas a contactar a los medios nacionales y locales (prensa, TV, internet, radio) y a mencionar la colaboración que existe entre una sociedad de investigación científica (ILCOR) y la mayor organización humanitaria del mundo (IFRC).

La campaña de comunicación global está gestionada principalmente por ILCOR y retransmitida activamente en Europa por el Consejo Europeo de Resucitación (CER). La IFRC y las Sociedades nacionales se mencionan como socios del evento en sus páginas.

⇒ Juegos

Plan sugerido para RCP: a continuación, encontrará un ejemplo sugerido de organización de eventos para el DMPC que incluye diferentes puestos, que pueden ayudarlo a organizar sus eventos. Las Sociedades nacionales son libres de elegir y adaptar estas sugerencias, o agregar otras adicionales.

Un ejemplo de actividad

Duración: individual o parejas: 55 minutos, grupo de más de 4 personas: 1h30

Ubicación: Espacio público, el sitio elegido debe cumplir con algunos criterios:

- **Agua y electricidad** cerca con acceso WIFI / Conexión a Internet si es posible
- **Visibilidad:** un espacio de fácil acceso (incluso para personas con movilidad reducida) con una probable concurrencia importante (plazas de mercado, calles peatonales o comerciales, sitios turísticos...)
- **Clima:** en caso de un evento al aire libre, planifique un espacio cubierto en caso de lluvia o calor extremo
- **Estacionamiento:** proporcione un lugar para estacionar, si es posible
- **Seguridad:** póngase en contacto con el ayuntamiento o las autoridades locales para respetar las normas de seguridad y obtener las autorizaciones necesarias.

Materiales (por cuantificar):

- Paquete de herramientas impreso
- Altavoz
- Micrófonos
- Computador y pantalla para proyectar video.
- Teléfono móvil para Snapchat lens
- Cámara
- Mantas para colocar maniqués y desfibriladores en el suelo
- Desinfectante para el material utilizado
- Gel hidroalcohólico
- Maniqués/ Desfibriladores
- Mini-diploma con lista de stands
- Lista de puestos/estaciones a visitar
- Mini corazones de papel para cortar
- Folletos del evento
- Bolígrafos

- Otros como golosinas

Al llegar, cada visitante como participante recorrera todos los puestos relacionados con la RCP, propuestos por la Cruz Roja y la Media Luna Roja, cada uno de los puestos estará atendido - dirigido por uno o dos voluntarios o empleados. El participante ganará mini corazones de papel (puntos de puntuación) previamente cortados, los cuales, serán regalados en función de su éxito al visitar cada puesto y recibe un mini diploma al final del curso. El objetivo es divertirse con la idea es crear conciencia.

Paso 1: Bienvenida (5 minutos)

- ⇒ Dar la lista de los puestos a recorrer y completar para ganar los regalos y el mini-diploma
- ⇒ Registrar el nombres y apellidos de los participantes
- ⇒ Presentar rápidamente la actividad.

Paso 2: Puestos (75 minutos)

- Puesto 1: Visualización de un vídeo sobre resucitación cardiopulmonar (RCP) y desfibrilador externo automático (DEA), con referencia al folleto (5 minutos) – *ganancia*: 2 mini corazones de papel
- Puesto 2: Curso corto de RCP dirigido por un formador, con maniqués y uso de DEA (30 minutos) – *ganancia*: 4 mini corazones de papel
- Puesto 3: Práctica de RCP en la música: ¡juntos podemos competir para ver quién aguanta más! (5 minutos) – *ganancia*: 1 mini corazón de papel
- Puesto 4: Haga que los participantes practiquen el uso de la Realidad Aumentada con Snapchat DMPC Lens (de 5 a 15 minutos) – *ganancia*: 2 mini corazones de papel
- Puesto 5: foto de RCP con un marco de imagen dedicado: Sonríe brillantemente para compartir este recuerdo en las redes sociales (5 minutos) – *ganancia*: 1 mini corazón de papel

Paso 3: Verificación/obsequios e información sobre actividades de la Cruz Roja/Media Luna Roja (10 minutos)

- ⇒ Un facilitador verifica la cantidad de talleres completados por cada participante y cuenta sus mini corazones de papel para obtener su puntaje (consejo: guarde los mini corazones de papel para reutilizarlos)
- ⇒ El facilitador emite el certificado y entrega los obsequios
- ⇒ El facilitador sugiere a los participantes que soliciten una capacitación o que se conviertan en voluntarios, proporcionando un folleto o la dirección del sitio web de la Sociedad Nacional.

Según la participación y la cantidad de grupos en el lugar, los facilitadores deben ser flexibles y saber cómo manejar una multitud. Por eso, se recomienda tener una persona "satelite/ supervisora" en el lugar para evaluar las necesidades de cada grupo, especialmente para eventos en lugares públicos. El evento se puede organizar tanto en un lugar cerrado como un colegio, una residencia de ancianos, un centro social, etc.

¿Qué contactar con los consejos de reanimación?

En la página de ILCOR puede encontrar una lista de Consejos de Reanimación regionales (1 en cada continente). Se invita a las Sociedades nacionales a ponerse en contacto con estas entidades o su Consejo Nacional de Reanimación para organizar actividades en común y tener un mayor impacto. Los Consejos

de Reanimación también pueden conectarse con miembros CRMLR nacionales o locales para incluirlos en su evento. Si un país no tiene un Consejo de Reanimación, la Sociedad Nacional de la Cruz Roja o de la Media Luna Roja aún puede organizar el evento y promover el tema.

CMRPA recopila datos sobre el DMPC a través de un cuestionario similar al informe DMPA enviado a las Sociedades Nacionales.

El CMRPA permanece a su disposición si necesita algún consejo adicional o si desea compartir sus propias herramientas del día DMPC. Todos los comentarios, sugerencias o comentarios destinados a mejorar la práctica son siempre muy apreciados.

Global First Aid Reference Centre

International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies

French Red Cross

21 rue de la Vanne | 92120 | Montrouge | France

Tel. +33 (0)1 44 43 14 46 | Email first.aid@ifrc.org



<http://www.globalfirstaidcentre.org>