



Centro Mundial
de Referencia en
Primeros Auxilios

Nota conceptual

Día Mundial de la Reanimación Cardiopulmonar 2025

Alrededor del 16 de octubre

RCP – Dos manos pueden salvar una vida

#WorldRestartAHeart



Tabla de contenido

¿Por qué el Día Mundial de la Reanimación Cardiopulmonar?	1
¿Cuáles son los objetivos y las prioridades del Día Mundial de la Reanimación Cardiopulmonar?	2
RCP – ¿Dos manos pueden salvar una vida?	3
¿Qué soportes están disponibles para las SN?	5
Consejos y sugerencias de actividades:	6
¿Cómo prepararse para el Día Mundial de la Reanimación Cardiopulmonar?	9
¿Qué vínculos existen con los Consejos de Reanimación?	11



(Media Luna Roja de Qatar)



(Cruz Roja de Vietnam)



(Cruz Roja de Moldavia)



(Media Luna Roja de Turquía)

¿Por qué el Día Mundial de la Reanimación Cardiopulmonar?

La iniciativa del Día Europeo de la Reanimación fue lanzada en 2013 por el **Consejo Europeo de Resucitación (ERC)**, con el apoyo del Parlamento Europeo. En 2018, el **Comité de Enlace Internacional sobre Reanimación (ILCOR)** amplió esta iniciativa con la creación del **Día Mundial de la Reanimación (DMR)**, con el objetivo de sensibilizar al público sobre la importancia de aprender las maniobras de reanimación cardiopulmonar (RCP). Este evento se celebra cada año **alrededor del 16 de octubre** y tiene como objetivo demostrar que aprender RCP es accesible para todos y puede salvar vidas.

El paro cardíaco es un importante problema de salud pública mundial, representando **aproximadamente entre el 15 y el 20 % de las muertes a nivel internacional**. Cada año, más de 700 000 personas fallecen por un paro cardíaco en Europa y Estados Unidos, a pesar de la intervención de los servicios de emergencia¹. En más de la mitad de los casos, hay un testigo presente en el momento del colapso de la víctima. Esto significa que formar a los ciudadanos en reanimación cardiopulmonar es una estrategia crucial para duplicar, e incluso cuadruplicar, las tasas de supervivencia. Así, cada año, **es posible salvar hasta 200 000 vidas gracias a una RCP practicada inmediatamente por un testigo**².

Desde hace 163 años, la **Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja (FICR)** es la mayor red mundial de socorristas y formadores en primeros auxilios. Cada año, las **Sociedades Nacionales de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja (SN CR MLR)** forman a millones de personas en primeros auxilios en todo el mundo, siendo la RCP un elemento central de estas formaciones. La FICR, a través de su **Centro Mundial de Referencia en Primeros Auxilios (CMRPA)**, se compromete a promover formaciones de primeros auxilios de alta calidad, basadas en evidencia y prácticas científicas.

La colaboración con el ILCOR es, por tanto, esencial para el éxito de este evento de alcance mundial. Además del ILCOR, el Consejo Europeo de Resucitación apoya activamente el Día Mundial de la Reanimación Cardiopulmonar, trabajando para que las formaciones sean accesibles para todos, organizando eventos y difundiendo recomendaciones, a la vez que coordina la red europea.

Esta nota de orientación tiene como objetivo presentar el **Día Mundial de la Reanimación Cardiopulmonar 2025**, compartir las herramientas del **CMRPA** diseñadas para las SN CR MLR en colaboración con el ILCOR, y proporcionar consejos prácticos para la organización de esta jornada. También se invita a las Sociedades Nacionales a contactar a sus **Consejos de Reanimación nacionales o regionales** y a otros socios activos en el marco de este evento.

¹ ILCOR : https://www.ilcor.org/data/policiesandprocedures/WRAH_RESUS_201805.pdf

² ILCOR : <https://ilcor.org/wrah>

¿Cuáles son los objetivos y las prioridades del Día Mundial de la Reanimación Cardiopulmonar?

Es crucial recordar que **cada minuto que pasa** antes de la llegada de los servicios de emergencia reduce en un **10 %** las posibilidades de supervivencia de una víctima de paro cardíaco. Sin embargo, cuando un testigo aplica maniobras de primeros auxilios, estas posibilidades pueden mejorar considerablemente. Por lo tanto, el objetivo principal es aumentar significativamente la tasa de RCP practicada por no profesionales, que actualmente varía del 5 % al 80 % según el país. Si todos los países alcanzaran tasas más altas, se podrían salvar cientos de miles de vidas cada año.

Aquí están los principales objetivos del **Día Mundial de la Reanimación Cardiopulmonar**:

→ **Facilitar el aprendizaje de la RCP para un público amplio**

- ◆ **Introducir la RCP desde una edad temprana** y mantenerla a lo largo de la vida. Este enfoque continuo permite que cada persona adquiera un dominio progresivo y se sienta preparada para intervenir, sea cual sea la situación.
- ◆ **Combinar las formaciones prácticas y digitales:**
 - **Práctica presencial:** Masajes cardíacos y uso de desfibriladores externos automáticos (DEA), con maniqués si están disponibles.
 - **Aprendizaje en línea:** Módulos interactivos, videos didácticos y otros recursos digitales accesibles para fomentar el autoaprendizaje a distancia.

Este aprendizaje continuo no solo refuerza la confianza de las personas, sino que también les permite actuar con serenidad, sin temor a cometer errores.

→ **Fomentar la adquisición de competencias en RCP y primeros auxilios**

- ◆ **Las formaciones cortas propuestas** durante el Día Mundial de la Reanimación Cardiopulmonar tienen como objetivo animar a los participantes a continuar su aprendizaje a través de formaciones completas ofrecidas por las **Sociedades Nacionales**. Este primer contacto con las maniobras de auxilio los incita a profundizar sus conocimientos, e incluso a convertirse a su vez en formadores.

→ **Abogar por el aprendizaje de la RCP a lo largo de la vida**

- ◆ **Dirigirse a las comunidades, especialmente a las escuelas:** Un componente clave del Día Mundial de la Reanimación Cardiopulmonar es el programa "[KIDS SAVE LIVES](#)", que promueve la enseñanza de la RCP desde una edad temprana. Recomendado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) desde 2015, este programa es particularmente eficaz: los niños formados pueden luego transmitir estas habilidades a su entorno, lo cual es crucial ya que más del **60 % de los paros cardíacos ocurren en el hogar**.

- ◆ **Sensibilizar al público en general sobre la prevención del paro cardíaco:** Informar, sensibilizar y educar mejor sobre las maniobras que salvan vidas es fundamental para crear un impacto global.

RCP – ¿Dos manos pueden salvar una vida?

El **Día Mundial de la Reanimación Cardiopulmonar** ha experimentado un crecimiento impresionante desde su creación. Lo que originalmente era una jornada simbólica, celebrada puntualmente en algunos países, se ha convertido hoy en una **iniciativa mundial continua**, impulsada a lo largo del año por millones de personas en todos los continentes.

→ Un mensaje simple y universal

Dos años después de su lanzamiento, el lema **«Dos manos pueden salvar una vida»** sigue siendo el corazón de nuestra campaña. Encarna la idea de que todos podemos, con maniobras simples y accesibles, convertirnos en un eslabón esencial de la cadena de supervivencia.

→ Campañas locales que reflejan la diversidad del mundo

Para reforzar el impacto del Día Mundial de la Reanimación Cardiopulmonar 2025, se invita a las Sociedades Nacionales de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja a adaptar este mensaje mundial a su propia realidad:

- ◆ Desarrollando un **lema local** que sea más cercano a su cultura y su idioma;
- ◆ Teniendo en cuenta las necesidades específicas y los desafíos propios de cada comunidad.

Este enfoque permite que cada región se apropie plenamente de la campaña, participando al mismo tiempo en un esfuerzo global para mejorar las tasas de supervivencia en caso de paro cardíaco extrahospitalario.

Formar a los ciudadanos para que intervengan ante un paro cardíaco es darles **el poder de actuar, sin miedo y con confianza**. Este año, una vez más, invitamos a los formadores, voluntarios, instituciones y socios a movilizarse para hacer del Día Mundial de la Reanimación Cardiopulmonar 2025 **un momento de compromiso colectivo y de transmisión de conocimientos vitales**.

Porque dos manos pueden salvar una vida, únete al movimiento del Día Mundial de la Reanimación Cardiopulmonar (WHA) 2025. Aprende, actúa, comparte.

¿Qué soportes están disponibles para las SN?

El CMRPA ha creado un kit de herramientas específico para el Día Mundial de la Reanimación Cardiopulmonar 2025. Este kit de herramientas está disponible en nuestra plataforma y se centra en la RCP. Las SN pueden utilizarlo para organizar su evento público durante el Día Mundial o durante su campaña en línea.

Para el día mundial de la reanimación 2025, el kit de herramientas incluye:

- Nota de orientación sobre el Día Mundial de la Reanimación 2025
- El cartel oficial 2025
- Video: «Reanimación cardiopulmonar: Rompamos los mitos, salvemos vidas»
- Juego de la oca: «La carrera de las maniobras correctas»
- Juego «La Rueda de la RCP»
- Hoja de actividades para los más jóvenes: «Héroes en acción: rodea el material necesario para una reanimación exitosa»
- Infografía: «Entender la RCP a través de las cifras»
- La aplicación Universal de Primeros Auxilios

LEMA: «Dos manos pueden salvar una vida»

Además, el CMRPA les invita a encontrar todas las herramientas desarrolladas en ediciones anteriores en nuestro [sitio web](#). Estos recursos ya están disponibles en francés, inglés, árabe y español, no duden en echarles un vistazo y utilizarlos.

Coordinada por el ILCOR, la iniciativa WRAH está abierta a todos los Consejos Nacionales de Reanimación, quienes pueden adaptar su enfoque a nivel local. El ILCOR proporciona apoyo a través de **kits de medios, documentos modelo para las escuelas**, y ejemplos de buenas prácticas, [disponibles aquí](#).

Consejos y sugerencias de actividades:

→ Juego de roles sobre la RCP y la alerta

Les proponemos organizar una actividad de juego de roles sobre las maniobras que salvan vidas, y en particular sobre la reanimación cardiopulmonar. El objetivo es crear un momento de intercambio lúdico y pedagógico, reforzando al mismo tiempo los conocimientos de los participantes sobre los reflejos correctos a adoptar en caso de una emergencia cardíaca.

Esta actividad se basa en dos cómics (historietas) producidos por el CMRPA:

- [uno sobre la RCP](#)
- [el otro sobre cómo dar la alerta](#)

El principio es simple: cada participante elige un personaje de uno de los dos cómics e interpreta su papel, adaptando los diálogos y las situaciones si es necesario. Esto permite que todos se pongan en la piel de un salvador o una salvadora y comprendan mejor la importancia de las maniobras de RCP.

Ambos cómics están disponibles en francés, inglés, español y árabe.

No duden en imprimir varios ejemplares para que los participantes puedan llevárselos a casa, releerlos y seguir aprendiendo las maniobras que salvan vidas incluso después de la actividad.

Para animar esta actividad, solo necesitarán:

- *Varios ejemplares impresos de los cómics*
- *Un espacio donde los participantes puedan moverse e interactuar*
- *Un animador para guiar el juego y fomentar la participación*

Esta actividad es ideal para pequeños y grandes, y no requiere ningún conocimiento previo en primeros auxilios.

→ Concurso de dibujos “Dibújame un héroe”

Les proponemos organizar un concurso de dibujo para niños sobre el tema de la reanimación cardiopulmonar. El objetivo es sensibilizar a los más jóvenes sobre las maniobras que salvan vidas, dándoles al mismo tiempo un espacio para desarrollar su creatividad. Invítelos a representar a un héroe o una heroína salvando una vida (puede ser una persona real como un padre, un compañero, un socorrista, o un personaje sacado directamente de su imaginación).

Para realizar esta actividad, simplemente necesitarán poner a disposición de los niños:

- *Lápices de colores y/o marcadores*
- *Hojas de papel*

El concurso de dibujo también puede adaptarse como una actividad para colorear, lúdica y educativa, sobre el tema de la RCP. Al colorear, asimilan los pasos sucesivos de la RCP. Este enfoque interactivo no solo permite transmitir conocimientos esenciales, sino que también les da un sentimiento de confianza, preparándolos para hacer frente a situaciones de emergencia. Para ello, les proponemos una actividad para colorear [disponible aquí](#).

¡No duden en enviarnos fotos de los dibujos y las láminas coloreadas por los niños! Una selección de estas obras se compartirá en nuestros canales de comunicación para valorar su participación.

→ Formaciones cortas en primeros auxilios

La formación corta en primeros auxilios es una actividad emblemática ideal para los eventos del Día Mundial de la Reanimación Cardiopulmonar. Animamos a los formadores de primeros auxilios a capacitar al mayor número posible de personas, por turnos, mediante formaciones cortas y utilizando diferentes métodos de enseñanza (práctica con maniquí, simulaciones, estudios de caso, juegos de roles, [filtro de Snapchat de RCP](#)). Si procede —en función de las leyes locales y del material disponible— también se puede incluir la enseñanza de la desfibrilación temprana. Además, les invitamos a distribuir folletos sobre las técnicas de RCP a los participantes al final de las formaciones de primeros auxilios. La distribución de estos folletos permite animar a los participantes a actualizar sus conocimientos en una lógica de formación continua e invitarles a seguir una formación más larga y completa en primeros auxilios. Pueden encontrar los folletos que hemos desarrollado en años anteriores directamente en la [pestaña de recursos de nuestro sitio web](#). Para más detalles sobre la organización de las formaciones cortas, consulten las [Directrices FICR CMRPA](#).

→ Aquí algunos consejos para organizar cada una de estas actividades:

Lugar / Espacio público: El sitio elegido debe cumplir los siguientes criterios:

- ◆ Servicios: Acceso a agua y electricidad en las proximidades, con conexión WIFI/Internet si es posible.
- ◆ Visibilidad: Espacio de fácil acceso (incluso para personas con movilidad reducida) y susceptible de atraer una gran afluencia de público (plazas de mercado, calles peatonales o comerciales, lugares turísticos, etc.).
- ◆ Clima: Si el evento se realiza al aire libre, prevea un espacio cubierto en caso de lluvia o calor intenso.
- ◆ Estacionamiento: Prevea un espacio para estacionar, si es posible.
- ◆ Seguridad: Póngase en contacto con el ayuntamiento o las autoridades locales para cumplir con las normas de seguridad y obtener los permisos necesarios.

El CMRPA queda a su disposición si desean consejos adicionales o si desean compartir sus propias herramientas para el Día Mundial de la Reanimación Cardiopulmonar. Todos sus comentarios, sugerencias o reacciones que ayuden a mejorar la práctica son siempre bienvenidos.

¿Cómo prepararse para el Día Mundial de la Reanimación Cardiopulmonar?

→ Movilizar a su equipo

- ◆ Designar un coordinador local, encargado de la coordinación general del evento y de su seguimiento.
- ◆ Involucrar a un equipo de voluntarios y empleados, desde la fase de planificación y preparación, y durante el evento, en particular a aquellos que estén dispuestos a impartir formaciones cortas de primeros auxilios.
- ◆ Nombrar puntos focales por área: comunicación, selección y supervisión de voluntarios, formación, diseño de herramientas pedagógicas, logística, etc.

→ Anticipar la organización

Comiencen la preparación con varias semanas de antelación haciéndose las preguntas adecuadas:

- ◆ *¿Qué actividades desean organizar?*
- ◆ *¿Dónde se llevarán a cabo?*
- ◆ *¿Con qué herramientas o soportes?*
- ◆ *¿Son sus actividades, lugares y herramientas accesibles para todos? Si no es así, ¿cómo pueden adaptarlos?*

→ Fomentar la diversidad y la inclusión

- ◆ Fomenten las nuevas ideas: soliciten sugerencias a personas con perfiles variados e intégrenlas en su comunicación o en el diseño de sus herramientas.
- ◆ Estén atentos a las diferencias culturales y sociales: Algunas personas pueden sentirse incómodas o encontrar obstáculos al realizar las maniobras de primeros auxilios debido a diferencias culturales. Esta puede ser una oportunidad para adaptar las prácticas y hacerlas más inclusivas y accesibles, enriqueciendo al mismo tiempo la experiencia de cada uno.
- ◆ Elijan lugares de fácil acceso para todo tipo de público.
- ◆ Propongan actividades en parejas, que favorezcan el aprendizaje mutuo y refuercen la participación.

Una amplia movilización de voluntarios y una coordinación eficaz son las claves del éxito de su evento para el Día Mundial de la Reanimación Cardiopulmonar.

→ ¿Cuándo organizar su evento?

- ◆ Aunque la **fecha oficial es el 16 de octubre**, pueden organizar su evento en una fecha cercana, antes o después, especialmente durante el fin de semana o en un momento más favorable para su público objetivo.
- ◆ Elijan un lugar en función de las costumbres locales:
 - en una escuela, durante una jornada extraescolar
 - en un centro comercial durante el fin de semana,
 - o durante una fiesta local si es pertinente.

→ Garantizar la claridad y accesibilidad de su comunicación

- ◆ Utilicen un lenguaje simple y comprensible para todos. Eviten la jerga, los acrónimos y las formulaciones demasiado técnicas o coloquiales.
- ◆ Si es posible, adapten las actividades a las necesidades de los participantes para que cada uno pueda participar activamente.
- ◆ Aprovechen el evento para invitar a los participantes a comprometerse como voluntarios en su Sociedad Nacional.

→ Cobertura mediática

El éxito de la jornada depende del número de personas formadas en RCP —como mínimo en la técnica de compresiones torácicas— y de la magnitud de la cobertura mediática, especialmente a través de las redes sociales. Estos indicadores permitirán evaluar el impacto global e identificar las buenas prácticas para reproducir y adaptar en futuras ediciones.

Por lo tanto, es esencial que su evento sea ampliamente conocido (medios de comunicación, redes sociales, etc.) para aumentar el número de personas sensibilizadas y formadas en RCP. Para las redes sociales, se recomienda utilizar el hashtag **#WorldRestartAHeart** como referencia.

Es fundamental que los formadores y los responsables de la formación recopilen datos precisos sobre el impacto del evento, especialmente el número de personas sensibilizadas, ya sean participantes directos o aquellos alcanzados a través de las redes sociales. También se recomienda registrar el número de voluntarios movilizados para la organización, así como indicar qué herramientas del CMRPA se utilizaron el día del evento, especificando cuáles. **Esta información será muy valiosa para completar el formulario de evaluación que el CMRPA les enviará después del Día Mundial de la Reanimación Cardiopulmonar. Responder a este formulario es esencial** para que podamos redactar un informe sobre el alcance mundial de este evento y para destacar las buenas prácticas y las experiencias de las Sociedades Nacionales de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja.

Asegúrense de que la comunicación posterior al evento sea accesible para todos y no duden en enviar fotos a los participantes.

Se anima a las Sociedades Nacionales (SN) a **ponerse en contacto con los medios de comunicación nacionales y locales** (prensa, televisión, web, radio) para dar a conocer el evento y destacar la colaboración entre la comunidad de investigación científica (en colaboración con el ILCOR) y la mayor organización humanitaria del mundo, la Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja (FICR).

Las campañas de comunicación mundiales son gestionadas principalmente por el ILCOR y difundidas activamente en Europa por el Consejo Europeo de Resucitación (ERC). La FICR y las SN son mencionadas como socios del evento en las páginas dedicadas.

¿Qué vínculos existen con los Consejos de Reanimación?

En el sitio web del [ILCOR](http://www.ilcor.org), encontrarán una lista de los Consejos de Reanimación regionales. Se recomienda a las Sociedades Nacionales (SN) que se pongan en contacto con estas entidades o con su Consejo Nacional de Reanimación para organizar actividades conjuntas y amplificar el impacto de sus acciones. Los Consejos de Reanimación también pueden contactar a los miembros nacionales o locales de la Cruz Roja o de la Media Luna Roja (CRMLR) para incluirlos en sus eventos. En los países que no cuentan con un Consejo de Reanimación, la Cruz Roja o la Media Luna Roja nacional puede igualmente organizar el evento y promover el tema.



Pueden encontrar las redes sociales de World Restart A Heart del ILCOR en:

- Instagram: @worldrestartaheart
- Facebook: World Restart a Heart
- Twitter: @World_RAH
- LinkedIn: World Restart a Heart

Como recordatorio, el CMRPA recopila datos sobre el Día Mundial de la Reanimación mediante un cuestionario similar al informe del Día Mundial de los Primeros Auxilios enviado a las SN.

El CMRPA queda a su disposición si necesitan consejos adicionales o si desean compartir sus propias herramientas para el Día Mundial de la Reanimación Cardiopulmonar. Todos los comentarios, sugerencias o experiencias que busquen mejorar la práctica son siempre muy apreciados.

Si tienen preguntas o comentarios, no duden en contactarnos en la siguiente dirección:
first.aid@ifrc.org

**Centro Mundial de Referencia en Primeros
Auxilios**

Federación Internacional de Sociedades de la
Cruz Roja y de la Media Luna Roja Cruz Roja
Francesa

21 rue de la Vanne | 92120 |
Montrouge | France Tél. +33 (0)1
44 43 14 46 | Email
first.aid@ifrc.org



<http://www.globalfirstaidcentre.org>