

## Proyecto “Con tus manos puedes salvar vidas”

**Raquel Palacio Villazón**

**Marta Nonide Robles**

**Felipe Carreño Morán**

**Laura López Roldan**

**Ana Cao Fernández**

*C.S. El Parque (Área V de Asturias)*

*Manuscrito recibido: 01-05-2015*

*Manuscrito aceptado: 05-05-2015*

### Cómo citar este documento

Cómo citar: Palacio Villazón R, Nonide Robles M, Carreño Morán F, López Roldan L, Cao Fernández A. Proyecto “con tus manos puedes salvar vidas”. RqR Enfermería Comunitaria (Revista de SEAPA). 2015 Mayo; 3(2): 35-43.

### Resumen

En España sólo el 12% de la población sabe técnicas de reanimación cardiopulmonar (RCP); se sabe que capacitando al 20 % salvaríamos 100.000 vidas anuales en Europa.

Dado que el conocimiento en técnicas básicas de primeros auxilios forma parte del currículo escolar de Educación Primaria (R.D. 126/2014 de 28/02/2014) y que dentro de las competencias de la enfermera familiar y comunitaria está la de “Planificar y desarrollar programas de educación para la salud en la comunidad”, creemos que el desarrollo de programas de Educación para la Salud en las escuelas, dirigidos por enfermería, y orientados a la enseñanza de estas técnicas, puede mejorar la consecución de objetivos en salud, además de servir para visibilizar a los profesionales de enfermería como agentes promotores de salud en la comunidad. El uso de las redes sociales, los medios de comunicación y la motivación de los profesionales, son una alianza clave para la sensibilización y para la consecución de dichos objetivos en salud.

### Palabras clave

*Resucitación Cardiopulmonar, Educación en salud, Enfermería de Atención Primaria, Educación Primaria y Secundaria.*

### Abstract

In Spain, only 12% of the population knows CPR techniques; It is known that training to 20% we would save 100,000 lives annually in Europe. Given that knowledge in basic first aid techniques is part of the curriculum of primary education (Royal Decree 126/2014 from 28/02/2014) and within the professional competence of the family and community nurse is to "Plan and develop health education programs in the community", we believe that the development of education programs for health in schools Nursing-led and oriented to the teaching of these techniques, can improve the achievement of health outcomes, as well as serving to make visible to nursing professionals as promoters of health in the community. The use of social networks, the media and the motivation of professionals, are a key partnership for awareness and for the achievement of these outcomes in health.

### Keywords

*Cardiopulmonary Resuscitation, health education, Nursing Primary Health, Schools, Education, Primary and Secondary.*

## Desarrollo

### 1. Una realidad preocupante, un problema evidente

La muerte súbita tiene una incidencia más elevada de lo que podría parecer. Las cifras impresionan. Hay más muertes por esta causa que fallecimientos en accidentes de tráfico. En España ocurre una parada cardíaca súbita cada 20 minutos. Si se suman los fallecimientos por atragantamiento o por parada respiratoria en personas inconscientes debida a la obstrucción de la vía aérea por la propia lengua del paciente, el resultado es, cuanto menos, impactante.

Todo el personal sanitario que trabaja en la urgencia extrahospitalaria (servicios de atención continuada y urgencias nocturnas en centros de salud, servicios de atención médica de urgencia –SAMU-, Centro Coordinador de Urgencias...) ha atendido emergencias con resultado de muerte o grave incapacidad porque los testigos que rodeaban al paciente no supieron actuar para ayudarle.

Día tras día estos trabajadores son testigos de la poca formación sanitaria, las dudas y los miedos de los ciudadanos en lo que a primeros auxilios y atención inicial a la emergencia se refiere. Personas con bajo nivel de conciencia a las que nadie ha sabido colocar en posición lateral de seguridad y fallecen tras pasar mucho tiempo boca arriba. Atragantamientos que se hubieran resuelto satisfactoriamente si alguien hubiera utilizado las maniobras de desobstrucción en los primeros minutos. Muertes súbitas presenciadas en las que nadie se ha atrevido a iniciar compresiones cardíacas, perdiendo en los primeros 5 minutos todas las posibilidades de supervivencia libre de secuelas antes de que llegue la ayuda sanitaria.

Frente a esta triste realidad, destacan las cifras de supervivencia a una muerte súbita o una situación de emergencia en los países nórdicos. Hasta el 70% de los pacientes que sufren una parada cardiorespiratoria (PCR) presenciada llegan al hospital con vida tras ser reanimados precozmente por los testigos. En España no superamos el 10% de paradas cardíacas extrahospitalarias recuperadas.

¿Qué dato marca la diferencia? ¿La calidad de la atención sanitaria prehospitalaria? ¿La dotación de ambulancias o de centros de salud? ¿La atención hospitalaria posterior?

No. La enseñanza de primeros auxilios y maniobras de atención a la emergencia en las edades tempranas de la vida. Aquellas en las que los conocimientos se aprenden y mecanizan sin miedos, dudas ni prejuicios. Enseñan a sus niños y jóvenes. Y los enseñan en los lugares por los que pasará más del 90% de la población en edad escolar: en los colegios e institutos.

España está llena de actividades e ideas para llevar estas enseñanzas a los más pequeños. Pero, al no ser hasta ahora materia obligatoria, siempre se ha hecho partiendo de iniciativas personales y casi siempre puntuales o limitadas en el tiempo. Padres y madres de escolares con conocimientos sanitarios que quieren formar a los compañeros de sus hijos. Enfermeros o médicos vocacionales que quieren implantar esta educación sanitaria en los colegios de sus áreas. Afortunados (y escasísimos) colegios que cuentan con la figura de la enfermera sanitaria. Profesores, directores y Asociación de Madres y Padres de Alumnos (AMPAS) que han contactado con instituciones o asociaciones capaces de dar formación a los niños.

El Real Decreto 126 del 28 de Febrero de 2014 obliga por fin a España a incluir la enseñanza de los primeros auxilios en el calendario escolar. Pero esto todavía no se ha traducido en hechos. Aún no se ha precisado quién ni cómo deberá encargarse de esta labor: personal sanitario o profesores previamente formados, con talleres presenciales o simplemente con material didáctico. Tampoco se ha establecido la edad de los escolares; pero todo parece indicar que se comenzará con los alumnos la Educación Secundaria Obligatoria (ESO). Los más pequeños no la recibirán.

Pero son precisamente los niños más pequeños los más indicados para comenzar a recibir educación sanitaria. Los niños de Primaria, todavía sin miedos ni condicionamientos heredados. Y los niños de Infantil, que carecen de recursos para actuar o pedir ayuda en el caso de que el adulto que está a su cuidado sufra una situación de emergencia.

## 2. Surge la idea, la iniciativa se pone en marcha

Con esta realidad en su día a día y estos datos en su cabeza, Raquel Palacio Villazón, enfermera de Atención Continuada del Área V de Asturias, y Felipe Carreño Morán, enfermero del SAMU, deciden, como tantos otros profesionales, llevar esta formación al colegio de sus hijos. Plantean un taller de una hora de duración: lo suficiente para explicar la atención inicial a las tres situaciones de emergencia vital (inconsciencia, parada cardíaca y obstrucción de la vía aérea) y lo justo para evitar el aburrimiento de los niños; facilitando, además, la adecuación de la actividad a los horarios de un centro educativo.

Lo preparan utilizando videos y presentaciones prestados de Internet. Durante la primera parte del taller, deportistas famosos animarán a los niños a actuar frente a una emergencia. Bailes y canciones les mostrarán de manera atractiva y sencilla cómo hacerlo. Y los enfermeros harán una exposición teórica con diapositivas de apoyo y una simulación, para clarificar los conceptos. En la segunda parte, los niños practicarán las maniobras aprendidas entre ellos, con los profesores y con maniqués de simulación. Finalmente una encuesta valorará el interés de la actividad y el grado de satisfacción de los alumnos.

En Noviembre de 2013, a lo largo de dos mañanas y ayudados por otra enfermera, Anaí, imparten el taller a los niños de 3º, 4º, 5º y 6º de primaria del colegio Antonio Machado de Gijón. Su intención es atraer la atención de chavales y profesores y lograr repetir anualmente la actividad, extendiéndola a los más pequeños. Para ello Raquel ha escrito un cuento, "Marcela la enfermera visita la escuela", en el que la enfermera Marcela, en forma de rima, explica a los niños de entre 3 y 7 años las técnicas de primeros auxilios y les introduce en el mundo de la emergencia, la llamada al 112 y las maniobras salvadoras. De momento las ilustraciones son tomadas de Internet; pero todo se andará.

La dinámica convence. Los profesores (a los que se busca formar conjuntamente con sus pequeños alumnos) piden un taller para adultos. Los padres del AMPA hacen lo propio. Todos salen contentos con la experiencia.

Varios de ellos proponen estos talleres en los colegios de los hijos de amigos y familiares. Se unen más profesionales: enfermeros del Servicio de Atención Continuada (SAC) y del Servicio de Urgencias de Atención Primaria (SUAP) como Laura, Lorena y Marta; residentes de enfermería familiar y comunitaria, como Luis y Silvia..., lo que permite extender los talleres a otros centros.

Cuesta convencer a los directores de los centros. Hay que implicar a todo el colegio, cuadrar calendarios, hablar con profesores, coordinar asignaturas, hacer coincidir grupos, disponer de una gran sala con proyector. Al principio han de ser los padres y los propios enfermeros los que insisten en la importancia de esta actividad y presionan para llevarla a cabo en los centros.

Marta Nonide Robles, médico del SAMU y compañera de Felipe, había hecho pequeños talleres para los niños de Infantil del colegio de sus hijos. Se suma al proyecto y se compromete a ilustrar el cuento de Marcela. Acompaña a los enfermeros y EIRES colaborando en los talleres por los cada vez más numerosos colegios. Ya hay suficientes voluntarios para extender la práctica a los más pequeños. Marcela la enfermera se presenta en las aulas de Infantil en forma de dibujos que se pegan sobre cartones, y en el primer ciclo de Primaria a través de diapositivas llenas de color. Los peluches sustituyen a los muñecos de entrenamiento, y la guitarra y las canciones a la complicada teoría.

A los niños se les pide que enseñen lo que han aprendido al menos a dos personas de su entorno. Y poco a poco, a través de los pequeños, cada vez más personas van conociendo los talleres y poniéndose en contacto con los promotores para proponerlos en los colegios de sus hijos.

Cada vez son más los residentes que piden permiso a sus tutores para colaborar en los talleres. Se hacen presentaciones y dibujos propios. Aparecen nuevas ideas. ¿Cómo reaccionarían los chavales si los deportistas asturianos, sus ídolos, les hablaran directamente a ellos? Móvil en mano se buscan colaboraciones. Los futbolistas del Sporting y del Oviedo, David Villa, Samuel Sánchez, Rosa Fernández, los campeones de trial, son algunos de los que se animan sin dudarlos. Bomberos, rescatadores de montaña, médicos deportivos, cardiólogos, se suman a la campaña de concienciación "Tus manos pueden salvar vidas".

Un grupo de rock navarro, Cero a la Izquierda, pone música y letra al mensaje principal que se lanza a los chicos. "Llama al 112, tú puedes ayudar, tus manos pueden salvar". Su canción acompaña los videos que muestran las sencillas maniobras que pueden salvar una vida.

*"Cuesta convencer a los directores de los centros. Hay que implicar a todo el colegio, cuadrar calendarios, hablar con profesores, coordinar asignaturas, hacer coincidir grupos, disponer de una gran sala con proyector"*

Muchos profesores muestran su preocupación de no verse capacitados, por más formación previa que reciban, de transmitir estos conocimientos y técnicas a sus alumnos en el caso de que la responsabilidad de la enseñanza obligatoria de esta materia recaiga sobre ellos. No se ven capaces de contestar preguntas que se salgan de la teoría concreta. Junto con los niños disfrutan de los talleres, aprenden, preguntan. El personal sanitario sí es capaz de resolver dudas en el momento y contar anécdotas clarificadoras. Una de las grandes ventajas de este sistema de formación.

Y aparece la primera enfermera de Atención Primaria, Begoña, que quiere sumarse a la experiencia y que, con su decisión, da el espaldarazo definitivo al proyecto.

### 3. “Un proyecto que engancha e ilusiona”.

El proyecto “Con tus manos puedes salvar vidas” alcanza a enfermería de Atención Primaria.

Los residentes, enfermeros vitales para la puesta en marcha de la iniciativa, no podrán continuarla al terminar su formación y marchar. Pero si fuera posible implicar a enfermería de Atención Primaria, se podría conseguir un gran avance: la repetición de los talleres año tras año. Ya no se trataría de otra iniciativa puntual, sino que podría perseguirse un sueño: la continuidad del proyecto. Si cada centro de salud pudiese asumir los colegios e institutos de su cupo, si los enfermeros de cada centro pudieran disponer de tiempo para realizar esta actividad dentro de sus competencias de atención a la comunidad, tal vez se pudiera conseguir.

A principios de 2014 se habla con la subdirectora de Enfermería del área V, Ana Cao Fernández. Se le expone el proyecto con pósters, presentaciones, encuestas, certificados, estadísticas. Y la subdirectora, persona clave para lograr el objetivo, se entusiasma con la idea.

Habla con las coordinadoras de los centros de salud. Se hacen varias sesiones para presentar el proyecto a todos los enfermeros de Primaria del área V. Los que quieren participar pueden cerrar sus agendas u organizarse de diferentes formas. Cada vez más y más enfermeros se suman al programa piloto. Dicen que “es un proyecto que engancha e ilusiona”, mejora el trabajo en equipo y la comunicación entre profesionales.



#### 4. El proyecto "Con tus manos puedes salvar vidas" cobra impulso. La idea se extiende fuera de Asturias

Los niños responden. Impresiona ver cómo absorben los conceptos, cómo memorizan las canciones, cómo ejecutan las maniobras.

En Septiembre de 2014, se abre la página de Facebook "RCP desde mi cole", con la intención de concienciar a padres y profesores de la importancia de instaurar la educación sanitaria para la atención a la emergencia desde la más temprana edad. El blog "Cuentos para aprender a salvar vidas" contribuye enseñando y animando a actuar a los más pequeños mediante cuentos e historias adaptados a las diferentes edades.

Se cuelgan vídeos y fotos que muestran a los niños, desde los 3 años de Infantil hasta los 15 años de la ESO, aprendiendo y practicando. Padres y profesores comparten. Las imágenes se extienden por toda Asturias, por gran parte de España, por Latinoamérica. Mucha gente se asombra al ver a niños de Infantil citando el número de emergencias 112, poniendo a un adulto en posición lateral de seguridad, practicando RCP y maniobras de desobstrucción de la vía aérea con sus peluches, haciendo la maniobra de Heimlich contra la pared a sus profesores. Profesionales que realizan talleres a niños mayores y adultos se impresionan al comprobar que sí es útil comenzar con la enseñanza de los niños de 3 a 5 años. Más y más personas se interesan por el método que permite enseñar técnicas de atención a la emergencia a niños tan pequeños.



Las visitas y reproducciones de algunos videos se disparan. Se contestan más de 500 mensajes llegados de toda España y de varios países de América Latina detallando el método que se sigue en los talleres. Se comparten los vídeos y presentaciones con enfermeros de diferentes perfiles, médicos de familia, pediatras y otros especialistas, miembros de Protección Civil, bomberos, socorristas, técnicos de ambulancias; cientos de personas deseosas de llevar a cabo iniciativas parecidas en los colegios de sus hijos. Muchos enfermeros escriben orgullosos de pertenecer a este colectivo y deseosos de hablar con sus supervisores para animarles a comenzar este proyecto en sus comunidades.

Entrevistas en programas de radio y televisión de Asturias ayudan a difundir el proyecto. El 16 de Octubre, día europeo del paro cardíaco, las camisetas naranjas con el logo "tus manos pueden salvar", "con la RCP en colegios e institutos", aparecen por primera vez en televisión, en la RTPA. El evento TEDx Gijón 2014 brinda al equipo la gran oportunidad de participar con una charla y un taller. A partir de aquí la difusión del proyecto es exponencial.



## 5. La ilusión se hace realidad

En Diciembre de 2014 la ilusión se hace realidad. Enfermería de Atención Primaria del área V se compromete a realizar los talleres de enseñanza de las maniobras de atención a la emergencia en los colegios e institutos de los cupos de sus centros de salud. Y en Enero de 2015 toma el relevo y se hace cargo oficialmente del proyecto.

En lo que va de año se están repitiendo los talleres en los colegios ya formados y no dejan de añadirse nuevos centros. Más de 12.000 chavales han realizado los talleres. Y las encuestas de satisfacción siguen avalando la iniciativa.

Estos talleres no son ni sustituyen a los cursos oficiales de formación en RCP. Sólo tratan de acercar a niños y jóvenes, posibles testigos y primer eslabón de la cadena de supervivencia, al mundo del reconocimiento y la atención inicial de la emergencia; de proporcionarles conocimientos básicos y de enseñarles técnicas sencillas para que el día de mañana, aprendidas e interiorizadas, puedan usarlas con seguridad y sin miedo en el segundo eslabón de dicha cadena y, con sus manos, puedan salvar vidas.

El proyecto está respaldado por la Gerencia y Dirección del Área V y su servicio de Cardiología. Ha sido propuesto como práctica de excelencia por el Instituto Asturiano Adolfo Posada (IAAP) y recientemente ha sido galardonado con el segundo premio a la mejor comunicación oral en el IX congreso nacional de la Federación de Asociaciones de Enfermería en Atención Primaria (FAECAP).

Los conocimientos y habilidades han de refrescarse con frecuencia para no olvidarlos nunca. Luchemos por la calidad de la enseñanza sanitaria y por su continuidad a lo largo de las etapas escolares. No permitamos que todo este fantástico proyecto quede solo en un sueño.



## Bibliografía

1. Bravo Arteaga A. Escuchando a los niños y niñas ¿están preparados para afrontar situaciones de emergencia? En: IX Jornadas ABA. Educar para las emergencias y seguridad en el ámbito socioeducativo. Gijón: Asociación de Bomberos de Asturias, 2013.
2. Edcivemerg.com [página web]. Los niños de hoy pueden salvar una vida mañana. [acceso el 4 de mayo de 2015]. Disponible en: <http://edcivemerg.com/>.
3. Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de Educación Primaria. (Boletín Oficial del Estado núm. 52, de 1 de marzo de 2014).
4. Lozano Lázaro D, Rivera Sanz F, Rodríguez Alonso M, Rodríguez Herce C, Palacios Marín G. Primeros auxilios, una experiencia de Educación Sanitaria. Ciber Revista. Sociedad Española de Enfermería de Urgencias y Emergencias 2003 [acceso el 3 de mayo de 2015]; 18. Disponible en: [http://enfermeriadeurgencias.com/ciber/PRIMERA\\_EPOCA/2003/diciembre/primeros.htm](http://enfermeriadeurgencias.com/ciber/PRIMERA_EPOCA/2003/diciembre/primeros.htm)
5. Piqué Prado W, Valdivielso Fernández de Valderrama B. Taller de prevención de accidentes y primeros auxilios. Una experiencia grupal con adolescentes. Metas Enferm 2002; 5(8): 10-12.
6. OMS. Manual sobre educación sanitaria en atención primaria de salud. Ginebra: OMS, 1989.
7. Committee on Pediatric Emergency Medicine. Role of pediatricians in advocating life support training courses for parents and the public. Pediatrics 2004; 114 (6): 761-765.
8. Sherif C, Erdös J, Sohm M, Schönbauer R, Rabitsch W, Schuster E et al. Effectiveness of mouth-to-mouth resuscitation performed by young adolescents on a mannequin. Am J Emerg Med, 2005; 23(1): 51-54.
9. Moya M. Guías de actuación en urgencias. Madrid: McGraw-Hill; 1998.
10. Serradell A, Cateura P. Enfermería en urgencias. Tomo I. Barcelona: Monsa, 2002
11. Guía de emergencias sanitarias en centros educativos Consejería de Educación, Cultura y Deportes del Gobierno de Canarias. 2006.

## Páginas web de interés:

- Asociación de enfermería de Educación y salud (ADEES) [www.educacionparalasalud.com](http://www.educacionparalasalud.com)
- Sociedad española de medicina de urgencias y emergencias. <http://www.semes.org>
- Enfermería de urgencias. <http://www.enfermeria.deurgencias.com> CIBER-REVISTA.