

Valladolid se suma al Día Mundial de la Parada Cardíaca con talleres para aprender a salvar vidas



La Plaza Zorrilla acogerá el 16 de octubre demostraciones en vivo de reanimación cardiopulmonar (RCP) organizadas por el Hospital Río Hortega y la SCLMICYUC

Rebeca Pasalodos Pérez

Miércoles 15 octubre 2025

Cada año, miles de personas **fallecen de forma súbita a causa de una parada cardíaca**, una emergencia en la que cada segundo cuenta. Sin embargo, muchas de esas vidas podrían salvarse si los testigos supieran cómo actuar en los primeros minutos. Con ese objetivo, este **16 de octubre se celebra el Día Mundial de la Parada Cardíaca**, una jornada de sensibilización que busca enseñar a la población a reaccionar con rapidez y eficacia ante una situación que puede ocurrir en cualquier momento y lugar.

El **Día Mundial de la Parada Cardíaca** fue instaurado por el Parlamento Europeo en 2012 y se celebra en los cinco continentes desde 2018. Miles de profesionales

sanitarios salen ese día a las calles para enseñar a la población cómo salvar una vida.

En **Valladolid**, la **Plaza Zorrilla** se convertirá en el epicentro de las actividades, con talleres y demostraciones en vivo sobre **reanimación cardiopulmonar (RCP)** impartidos por profesionales del **Servicio de Medicina Intensiva del Hospital Río Hortega** y la **Sociedad Castellano-Leonesa de Medicina Intensiva y Unidades Coronarias (SCLMICYUC)**. La actividad, bajo el lema 'La UCI salva tu corazón', tendrá lugar de 10:30 a 13:30 horas, y está abierta a toda la ciudadanía.

Aprender a actuar

Durante la jornada, los especialistas enseñarán a reconocer una parada cardíaca - comprobar si la persona está consciente y respira-, a **avisar al 112** y a **comenzar las compresiones torácicas**.

La iniciativa se enmarca dentro del **Congreso Regional de Medicina Intensiva de Castilla y León**, que se celebra esos mismos días en la capital. Aprovechando la cita, los intensivistas salen de las salas de formación para compartir su conocimiento con la sociedad.

Además de fomentar la formación en RCP, la jornada también busca **concienciar sobre la importancia de disponer de desfibriladores (DEA)** en espacios públicos y de contar con personas capacitadas para utilizarlos.

A lo largo de la jornada participarán también **asociaciones de jubilados, deportistas y la Policía Nacional**, con el objetivo de llegar a públicos de todas las edades.

Antes, durante el miércoles **15 de octubre**, los intensivistas visitarán el **Colegio García Quintana** para impartir una charla a escolares sobre cómo actuar ante una emergencia cardíaca.

Paradas cardíacas: una realidad más frecuente de lo que parece

Aunque suelen asociarse al infarto agudo de miocardio, las paradas cardíacas pueden deberse también a **trombos, embolismos pulmonares o problemas respiratorios graves**. Los datos son elocuentes: el **57% de las paradas extrahospitalarias** ocurren en el domicilio y, en el **74% de los casos**, hay alguien presente que podría actuar. Se estima que un 20% de las personas que fallecen podrían haberse salvado si se hubieran iniciado maniobras de reanimación de inmediato.