

# **Fresnedilla**

## **Municipio Cardioprotegido**



Fresnedilla ha desarrollado un completo plan de cardioprotección con la finalidad de, aún más si cabe, velar por la salud de su ciudadanía.

**Su privilegiada ubicación, entre la Sierra de Gredos y Sierra de San Vicente lo convierte en un lugar perfecto para disfrutar de la naturaleza, su gastronomía y sus tradiciones.**

Este enclave tan peculiar, también tiene sus inconvenientes, sobre todo cuando hablamos de salud y cardioprotección.

## **Fresnedilla y la cardioprotección**

Fresnedilla no supera los 75/100 habitantes en invierno. La evolución demográfica de la localidad muestra un aumento progresivo de la proporción de personas mayores de 60 años. Este hecho es totalmente clave dentro de la cardioprotección. Las posibilidades de sufrir una parada cardíaca aumentan con la edad.

Desde el punto de vista de recursos sanitarios, Fresnedilla cuenta con una situación muy especial:

- El consultorio local del municipio pasa consulta martes y jueves : 13:00 horas (previa cita).
- La distancia al centro de salud más cercano de Sotillo de la Adrada a 9,5 km (11 minutos).



- El municipio, cuenta con servicio de ambulancia de proximidad, pero no siempre está disponible dado que puede estar ocupada.
- El hospital de referencia se encuentra a 75 km, en Ávila capital.

Fresnedilla y su comarca son lugares de alto interés turístico, recibiendo miles de visitantes, sobre todo en épocas estivales.

Con esta combinación de circunstancias hacía más que necesaria la instalación de un punto de rescate cardíaco o desfibrilador. Principalmente, porque en el caso de que un habitante de Fresnedilla sufriera una parada cardíaca, los tiempos de atención y respuesta serían muy largos.

## **El tiempo: factor clave en la atención de una parada cardíaca**

Cuando se produce una parada cardíaca, el tratamiento ha de ser inmediato. Éste debe incluir:

- Reanimación cardiopulmonar (RCP), que implica compresiones torácicas. Este es un paso importante para que la terapia de desfibrilación externa sea eficaz.
- Desfibrilación externa: envía un fuerte choque eléctrico (descarga) al corazón para detener la arritmia y restablecer el latido cardíaco normal.

El Consejo Europeo de Resucitación insiste en que con una buena RCP y el uso del desfibrilador por parte de los testigos, puede hacer llegar hasta el 50% de supervivencia sin secuelas.

Es muy importante actuar con rapidez, cada minuto que la víctima está en parada cardíaca sin recibir maniobras de RCP disminuye alrededor de un 10% la probabilidad de sobrevivir sin secuelas.



# Cómo está cardioprotegido Fresnedilla

Lo que aplicamos en Fresnedilla fue un conjunto de herramientas: formación e instalación del desfibrilador, que garantizase que la localidad y sus habitantes puedan responder con éxito ante una parada cardíaca.

Con conexión directa durante las 24 horas / 365 al año al número de emergencias 112. Este elemento es de vital importancia para la localidad ya que, en caso de parada cardíaca, contar con conexión directa a los servicios de emergencias 112 es más que imprescindible.



El proceso de cardioprotección de Fresnedilla fue muy sencillo.

Estos fueron los pasos:

## 1. Análisis del entorno

Tras el análisis de los diferentes factores, se estableció la ubicación del punto de rescate cardíaco (desfibrilador), que necesitaba la localidad.

## 2. Instalación de los espacios cardioprotegidos.

El equipo se instaló con todo el material necesario, de acuerdo con la normativa de Castilla y León. El dispositivo está protegido por una vitrina que garantiza su seguridad. Además, cuentan con señalética de emergencia.

## 3. Plan de mantenimiento integral

Fresnedilla cuenta con un plan de mantenimiento integral en el que, tras la visita anual por parte del personal especializado de nuestro



proveedor, se verificará que toda la instalación esté como el primer día.

Se verificarán:

- Estado y sustitución de baterías y electrodos por caducidad o por cualquier necesidad.
- Supervisión del buen estado general de toda la equipación, desfibrilador y elementos anejos.
- Servicio técnico personalizado 24 horas / 365 días al año.

#### **4. Plan de formación continua**

En cardioprotección no sólo hay que tener en cuenta los dispositivos, puesto que la formación cuenta con un papel más que esencial.

En Fresnedilla se impartió y se impartirá formación homologada y presencial dirigida a todas aquellas personas que, voluntariamente, tras la instalación del desfibrilador necesitaban saber y conocer cómo proceder en caso de parada cardíaca.

Uno de los elementos que más nos comentaron tras la jornada formativa es lo didáctica y amena que es la formación. De hecho, nuestros alumnos de Fresnedilla aprendieron y disfrutaron a la par.

#### **5. Certificación y plan de divulgación**

El proceso ha sido íntegramente comunicado y certificado según la normativa de la Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León, mediante su sede electrónica.

En Fresnedilla abogamos por la promoción de la cardioprotección con un único objetivo: ayudar a salvar vidas.



## Fresnedilla, municipio cardioprotegido

La cardioprotección no depende del tamaño del municipio, sino de la voluntad de sus habitantes de contar con áreas seguras y eficientes ante una parada cardíaca.

Todo el equipo de la corporación municipal de Fresnedilla estamos más que orgullosos de los voluntarios y el personal municipal que han hecho realidad este pequeño gran proyecto.

¡Enhorabuena por vuestro compromiso por la cardioprotección!

