

El CrossFit Thalassa de Denia instala un desfibrilador para cardioproteger a sus clientes

[Multimedia](#)

Por este centro pasan cada día una media de cien personas y con la instalación del desfibrilador se quiere ofrecer un valor añadido a su propuesta de salud, protegiendo y ofreciendo seguridad en las clases y entrenamientos a sus clientes y a la población en general en caso de emergencia cardiaca

El CrossFit Thalassa de Denia ha instalado un desfibrilador DESA de Almas Industries B+Safe para cardioproteger a sus clientes. Por este centro pasan cada día una media de cien personas y con la instalación del desfibrilador se quiere ofrecer un valor añadido a su propuesta de salud, protegiendo y ofreciendo seguridad en las clases y entrenamientos.

CrossFit Thalassa ofrece un entrenamiento basado en la programación de CrossFit, una preparación física general basada en realizar movimientos funcionales muy variados y realizados con alta intensidad. Una metodología de entrenamiento que mezcla la fuerza y actividades aeróbicos y anaeróbicas, donde hay mantener cierto feedback de las constantes del atleta, así como la percepción del esfuerzo, para medir la intensidad.

Además de la instalación del equipo, Almas Industries B+Safe ha formado a los dos entrenadores en su utilización y en técnicas de RCP. *“Para nosotros – comenta Fran Martínez Campillo, gerente del centro- es un orgullo poder contar en nuestras instalaciones con el equipo DESA, que nos permite velar por la salud de las personas con una visión mucho más amplia, incluso con posibilidad de que la población de Denia cuente con nuestro centro como referencia para cualquier emergencia”.*

Según Fran Martinez Campillo, *“cada vez, la sociedad entiende que el cuidado de la salud y el bienestar son sinónimos de un envejecimiento óptimo y es consciente de que debemos cuidar el funcionamiento del cuerpo no sólo a nivel rendimiento, si no a nivel protección”.*

En el CrossFit Thalassa los atletas se preocupan por la higiene postural, por su rendimiento y por el control de su frecuencia cardíaca para poder mejorar su estado físico sin sir riesgos, logrando una mayor consciencia corporal. *“Los centros deportivos -añade el gerente- deberíamos de ser los estandartes de la salud, promover el ejercicio físico a diario y proteger la salud de las personas”.*

Espacios cardioprotectados conectados

La cardioprotección es una tendencia emergente orientada a la protección del corazón en caso de episodios cardíacos. El gran número de muertes por paro cardíaco en la población ha animado a gobiernos, empresas, entidades y asociaciones a concienciar a la población y tomar medidas que permitan revertir la situación gracias a la creación de zonas o espacios cardioprotectados.

Estas zonas cuentan con, al menos, un desfibrilador, con mantenimiento garantizado y con personas adecuadamente formadas para poder garantizar una rápida actuación en caso de paro cardíaco repentino (para conseguir que vuelva a latir el corazón de la persona afectada), hasta la llegada de los servicios médicos de emergencia.

Para que las posibilidades de supervivencia ante un paro cardíaco repentino sean óptimas, se debe realizar de forma inmediata una resucitación cardiopulmonar (RCP) que permita mantener el flujo necesario de sangre oxigenada al cerebro hasta que se restablezca el ritmo cardíaco normal mediante la descarga eléctrica suministrada por un desfibrilador. El tiempo máximo para aplicar la desfibrilación a una persona que ha sufrido un paro cardíaco repentino es de un máximo de 5 minutos.

Hay identificados cuatro pasos críticos para tratar el paro cardíaco repentino, denominados

Cadena de Supervivencia:

1. Reconocimiento y llamada al servicio de emergencia.
2. Una rápida resucitación cardiopulmonar (RCP).
3. Desfibrilación temprana.
4. SVB y cuidados post-resucitación

Proyecto+Vida

Proyecto de RSC de B+SAFE creado para fomentar el cuidado del corazón y una cardioprotección eficaz, así como enfocar la tecnología al servicio de la seguridad y la prevención en las organizaciones.

Las acciones: sensibilización sobre la cardioprotección, fomento de hábitos de vida saludables, formación de conocimientos básicos en RCP/SVB, cardioprotección de eventos, donación de desfibriladores, donación de sistemas de seguridad para prevención, organización de eventos y talleres.
