

CÓMO ACTUAR SI PRESENCIAMOS UNA EMERGENCIA



INCONSCIENCIA

ATRAGANTAMIENTO



HEMORRAGIA

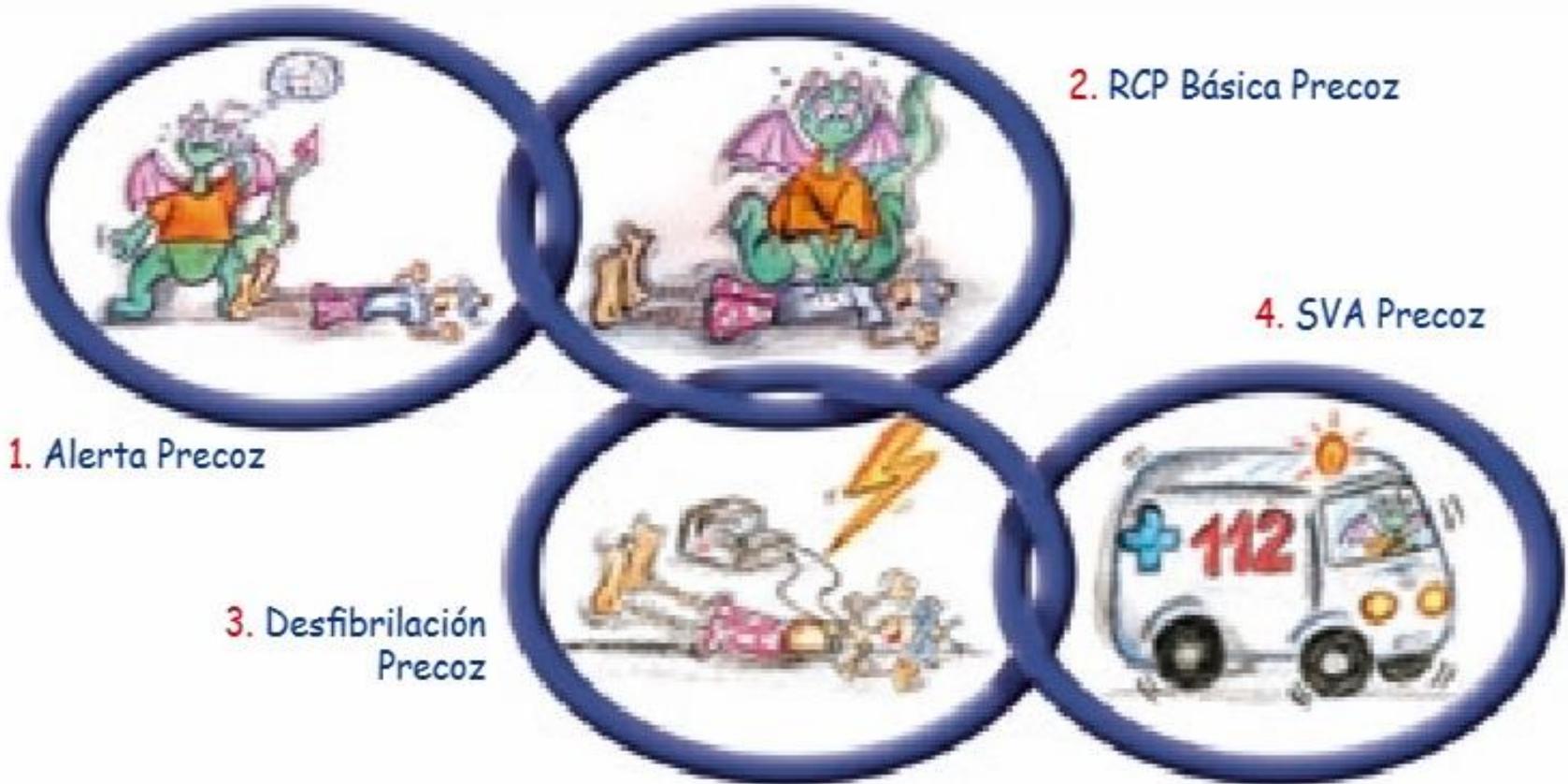


CONVULSIÓN

MUERTE SÚBITA



LA CADENA DE SUPERVIVENCIA



LA CONDUCTA PAS



1. Alerta Precoz

2. RCP Básica Precoz

PROTEGER – ALERTAR – SOCORRER



¿A QUÉ NÚMERO HAY QUE LLAMAR PARA PEDIR AYUDA?

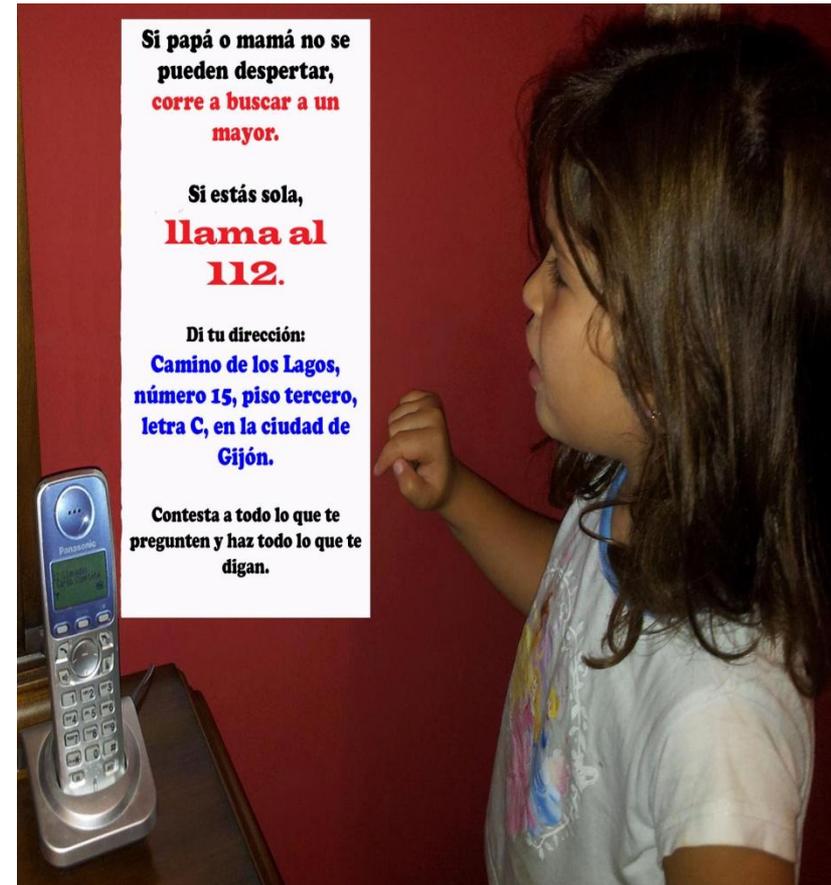
AL **112**



**Este número
sirve para
toda Europa**

CUANDO LLAMES AL 112 DEBES SABER:

- Lo más importante: **DAR BIEN LA DIRECCIÓN.**
- La primera persona que te contesta **NO es un médico.** Debes decir que hay una **EMERGENCIA SANITARIA**; te pasarán enseguida con los servicios sanitarios.
- Hablarás con varias personas, **DEBES CONTESTAR TODAS SUS PREGUNTAS.**
- Además de mandarte la ayuda al lugar, el médico puede ayudarte dándote **instrucciones por teléfono.**
- **NO CUELGUES HASTA QUE TE LO MANDEN.**



!!!! NO SE ESTÁ HABLANDO CON UN MÉDICO EN PRIMER LUGAR !!!!



IMAGEN REAL DEL CENTRO COORDINADOR DE URGENCIAS DE ASTURIAS

(el de tu comunidad puede funcionar de forma un poco diferente)

¿QUÉ VAMOS A APRENDER?

Técnicas de Soporte Vital Básico (SVB)

- Inconsciencia
- Parada Cardio-Respiratoria (PCR)
- Atragantamiento
- Convulsión
- Hemorragias

PERSONA INCONSCIENTE:

Se ha desmayado (ha perdido el conocimiento) y no responde, no se mueve, no se despierta, no nos obedece aunque la llamemos, gritemos, estimulemos, movamos.



¿Cómo sabemos si está inconsciente?

Acercándonos a ella

Llamándola con voz fuerte: “¿Qué te pasa? ¿Estás bien?”

Moviéndola con decisión (con cuidado de no hacer daño)



Proyecto “Tus manos pueden salvar”



RCP desde mi cole

Si no responde, está inconsciente



¡ES UNA EMERGENCIA!

¡Una persona que hace un momento estaba hablando, trabajando o haciendo deporte sin problemas, no pierde el conocimiento sin motivo!

HAY QUE PEDIR AYUDA A LA GENTE QUE ESTÁ ALREDEDOR.

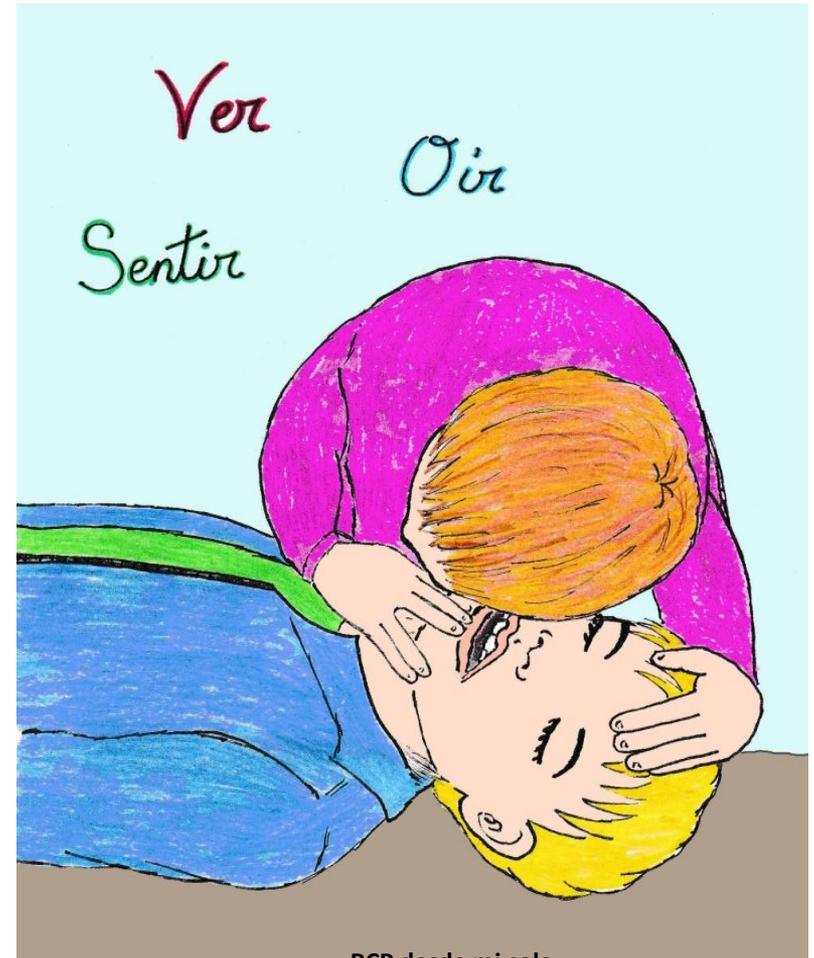
**Y si no recupera el conocimiento enseguida,
necesitará ayuda sanitaria:
HAY QUE LLAMAR AL 112.**



¡¡¡ ES FUNDAMENTAL SABER SI UNA PERSONA INCONSCIENTE ESTÁ RESPIRANDO O NO !!!

Acercando nuestra cara a la suya, en 10 segundos debemos:

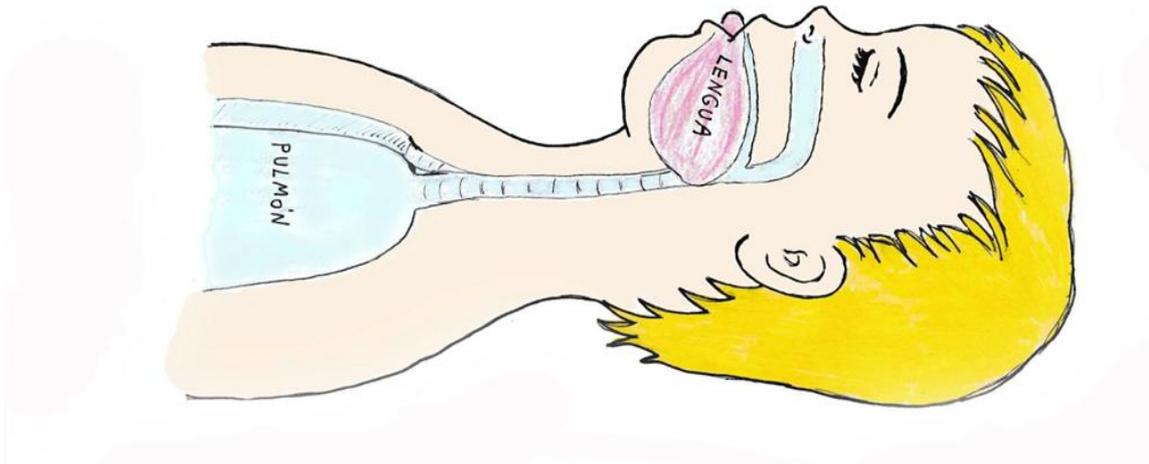
- VER:** si su pecho o su barriga se mueven.
- OÍR:** si hace ruido al respirar.
- SENTIR:** si sale aire caliente de su nariz o boca.



Pero hay un problema: LA LENGUA

LA LENGUA de una persona que está inconsciente boca arriba CAE HACIA ATRÁS, y puede tapar la vía aérea IMPIDIENDO QUE LA PERSONA RESPIRE.

Podríamos pensar que no está respirando, cuando en realidad sí respiraría si su lengua le dejase.



Para saber con seguridad si una persona inconsciente está respirando, primero debemos mover su lengua y despejar su vía aérea.

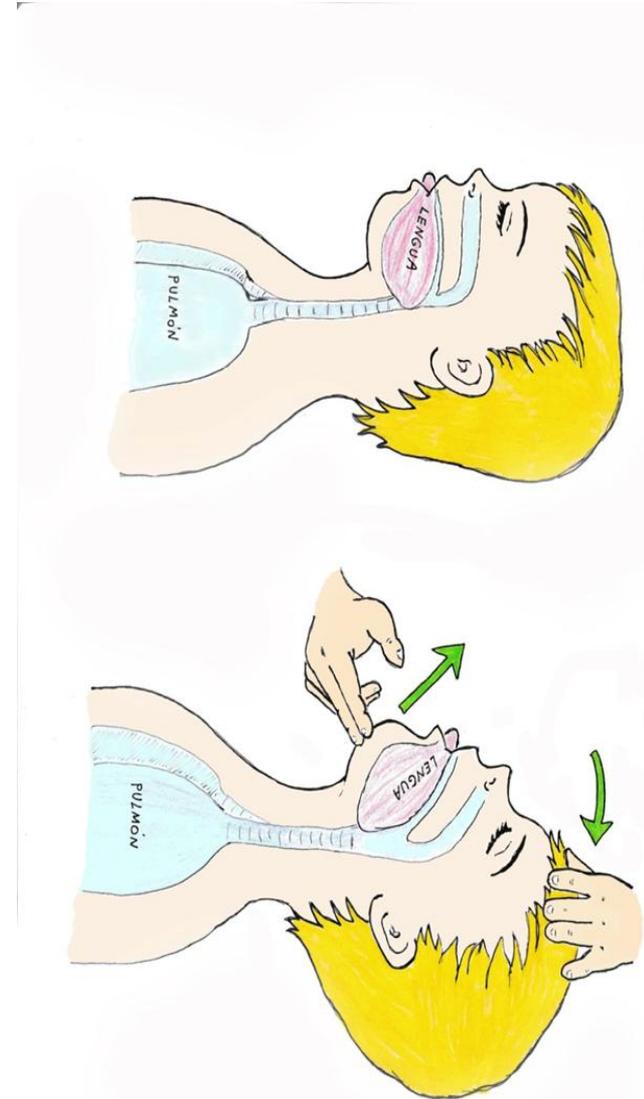
MANIOBRA FRENTE - MENTÓN

Recoloca la lengua y abre la vía aérea.

¡NO HACER EN ACCIDENTES O TRAUMATISMOS!

- Una mano en la frente
- La otra en el mentón (en la parte dura)
- Extender cabeza hacia atrás y abrir la boca

Y ahora sí acercamos nuestra cara a la suya, y durante 10 segundos buscamos signos de respiración (**VER, OÍR, SENTIR**)



A- PERSONA INCONSCIENTE QUE **SÍ** RESPIRA

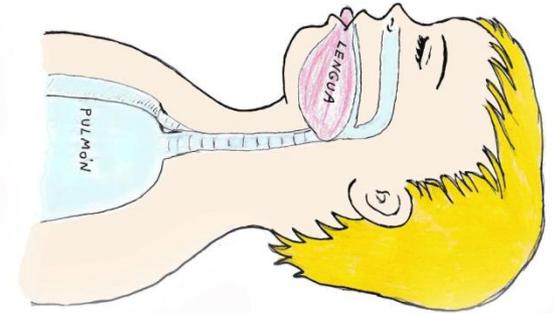


- **VER:** se mueve el pecho
- **OÍR:** hace ruido con la nariz o la boca
- **SENTIR:** me echa aire en la cara

SÍ RESPIRA

Si la dejamos boca arriba, hay 2 problemas:

- su lengua cae hacia atrás
- puede vomitar



Para evitarlo:

POSICIÓN LATERAL DE SEGURIDAD



Vigilar en esta postura hasta que:

- Se recupere del todo
- Llegue la ayuda
- Deje de respirar

POSICIÓN LATERAL DE SEGURIDAD y / o RECUPERACIÓN (PLS)



1º) Brazo que tenemos a nuestro lado: arriba y doblado (como un policía)



2º) Brazo alejado: por encima de su pecho



3º) Pierna alejada: doblar bien su rodilla

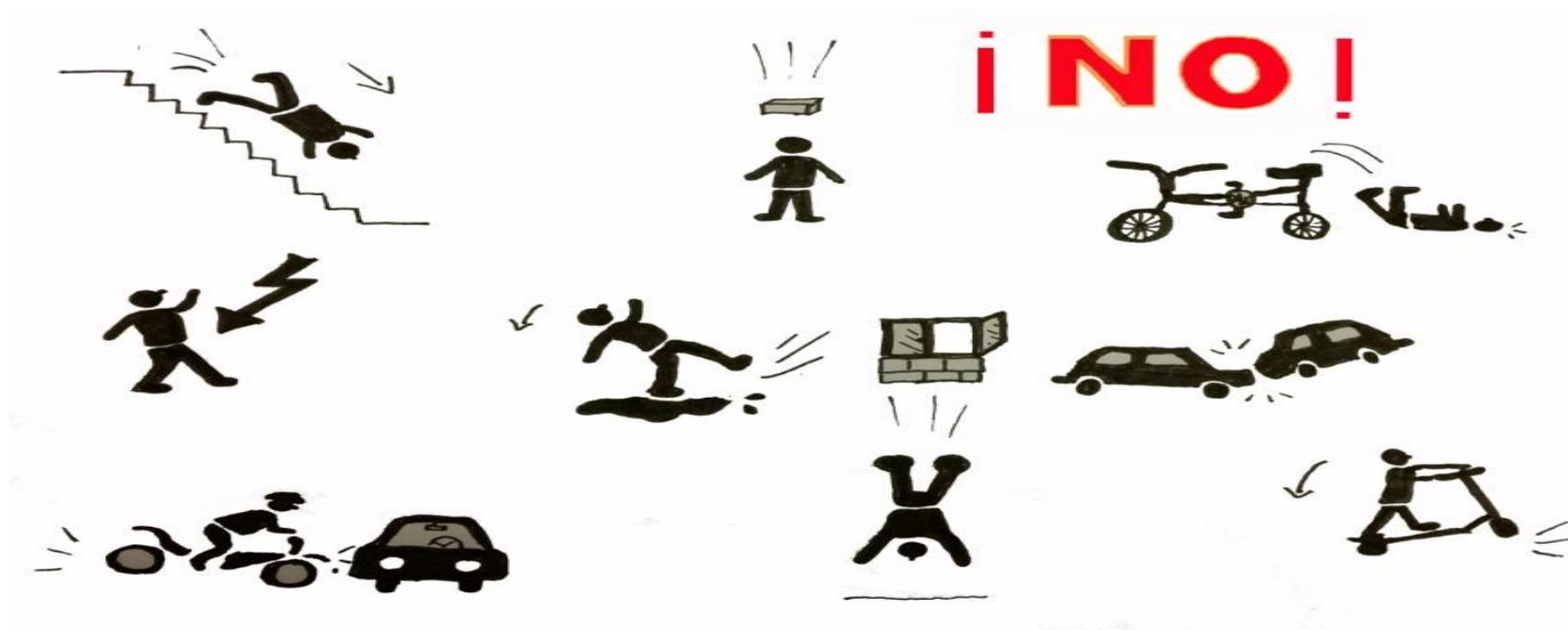


4º) Le cogemos por hombro y rodilla



5º) Le giramos hacia nosotros

¡¡CUIDADO EN ACCIDENTES O GOLPES FUERTES!!



HABLAMOS DE...

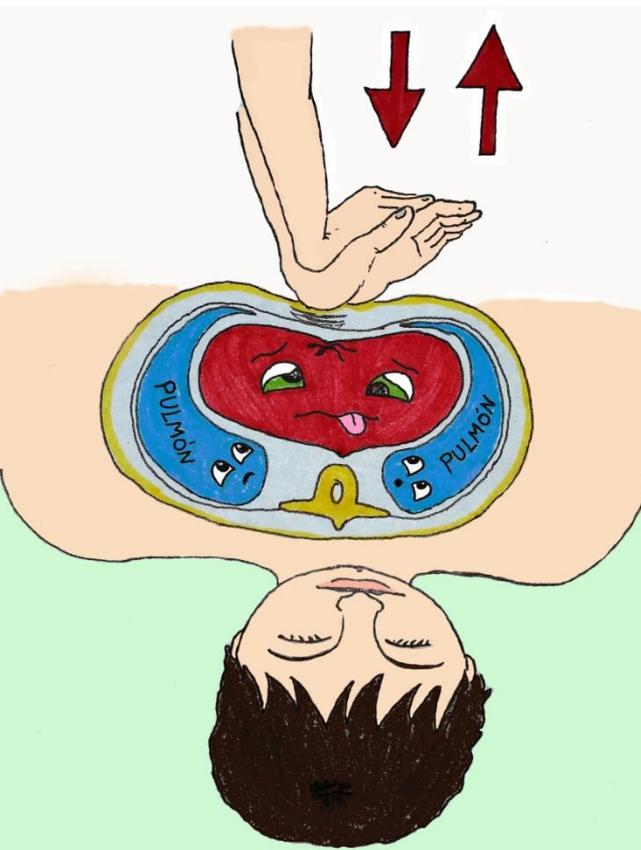
- Accidentes de patines, monopatín, patinete, bici, moto, coche...
- Caídas de mucha altura
- Golpe fuerte con un objeto

¡NO TOCAR NI MOVER AL HERIDO hasta que lleguen los expertos!

B- PERSONA INCONSCIENTE QUE **NO** RESPIRA

-Si no respira nada

- o “respira” de forma ineficaz (hace ruidos con la garganta o mueve la boca como un pez fuera del agua, pero el pecho no se mueve),



su corazón está parado
o se va a parar rápidamente:
PARADA CARDIO-RESPIRATORIA

¡Tenemos que ser su corazón
hasta que llegue la ayuda!

**¡Tenemos que dar
masaje cardíaco!**

NO RESPIRA



**PRESIONO CON MIS MANOS
EN EL CENTRO DEL PECHO
FUERTE Y RÁPIDO
(al menos 100 veces
por minuto)**

**HASTA QUE LLEGUE LA AYUDA
O SE RECUPERE**

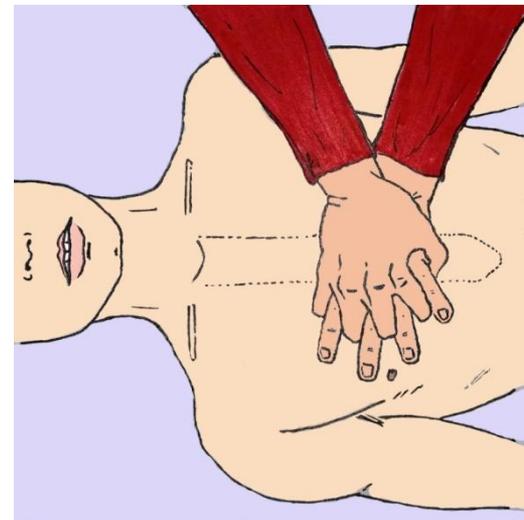
TÉCNICA DE COMPRESIONES TORÁCICAS



- Arrodillados muy cerca de él
- Levantados de los talones
- Manos entrelazadas
- Brazos completamente extendidos
- Talón de nuestra mano entre los 2 pezones, sobre el esternón



- Dejamos caer todo nuestro peso una y otra vez
(100 veces por minuto)



TÉCNICA DE COMPRESIONES TORÁCICAS



**-Continuar sin parar
hasta que llegue la ayuda
(o la persona se mueva)**

**-Cuando nos cansamos
pedimos cambio**

**NO DAR VENTILACIONES;
SOLO COMPRESIONES**

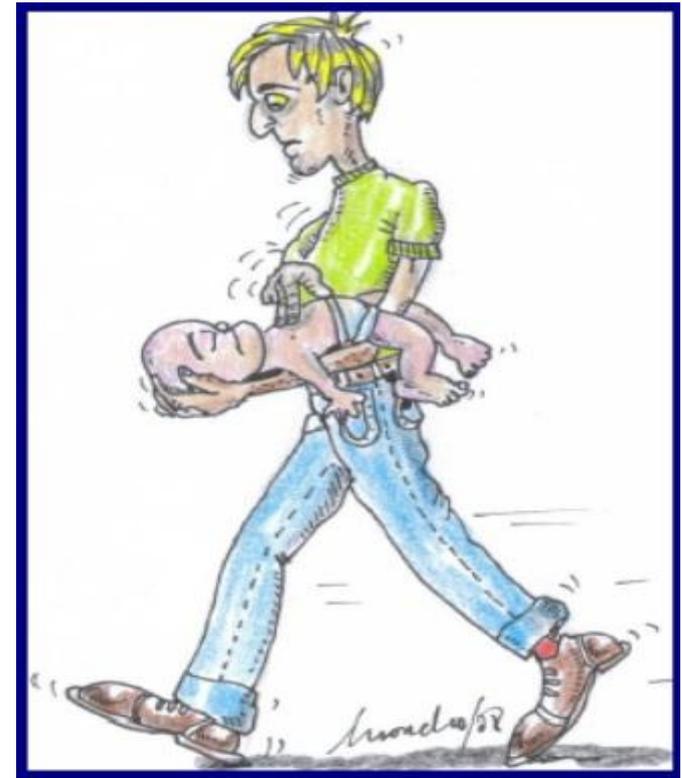
(Ventilar es difícil y quita tiempo de compresiones.
Solo ventilan los que tienen experiencia)



SI LA VÍCTIMA ES UN NIÑO O UN BEBÉ



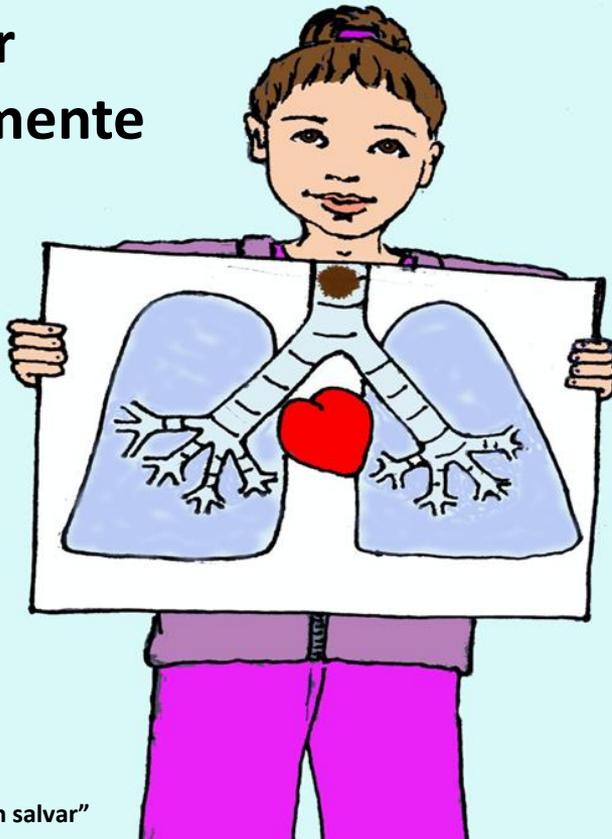
Realizar las compresiones
con **UNA SOLA MANO**



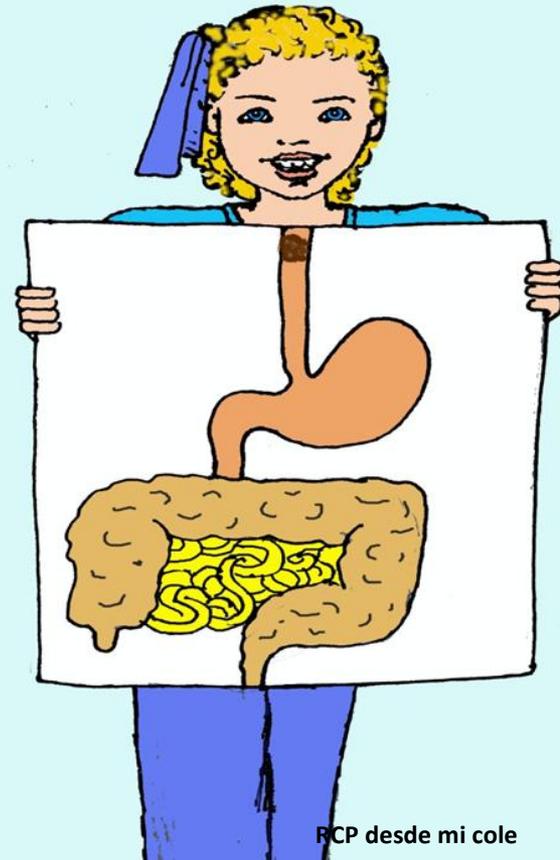
Realizar las compresiones
con **DOS DEDOS**

2. ATRAGANTAMIENTO (OBSTRUCCIÓN DE LA VÍA AÉREA)

Si el objeto está
en la vía aérea,
empezaremos
a toser
inmediatamente



Si podemos hablar sin toser y decir
que “tenemos algo atascado”,
el objeto está en el esófago



a) OBSTRUCCIÓN INCOMPLETA: TOS CONTINUA Y EFECTIVA



SI LA PERSONA
PUEDE TOSER,
ES QUE RESPIRA



-**NO** darle palmadas en la espalda
(podemos incrustar el objeto)

-Animarle a toser

-No dejarle nunca solo



b) OBSTRUCCIÓN COMPLETA: NO PUEDE TOSER, ¡NO RESPIRA!



SEÑAL UNIVERSAL DE
ATRAGANTAMIENTO

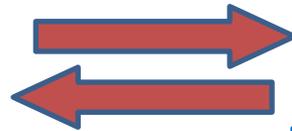
5 GOLPES



5 COMPRESIONES



**5 GOLPES
INTERESCAPULARES
ENTRE
LOS 2 OMOPLATOS**
(fuertes, “arrastrando”
con talón de la mano)



**5 COMPRESIONES
ABDOMINALES
BAJO EL ESTERNÓN:
MANIOBRA DE HEIMLICH**
(presionamos adentro
y hacia arriba)

Alternar estas
maniobras
hasta que:

-salga el
objeto

-la persona
se desmaye

MANIOBRA HEIMLICH A PERSONA QUE NO ABARCAMOS

Apoyamos a la persona en una pared, columna, árbol...

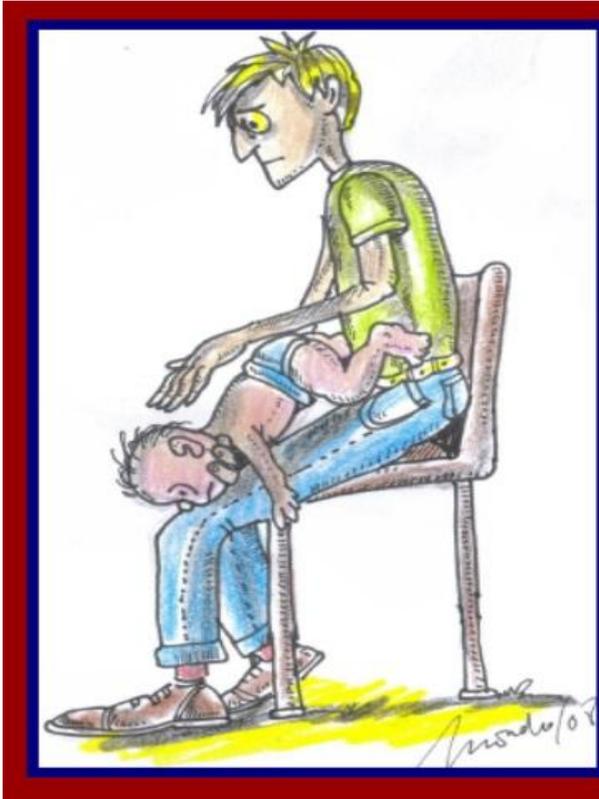
Colocamos nuestras manos entrelazadas (postura de RCP) por encima de su ombligo, bajo el esternón

**PRESIONAMOS
CON FUERZA
HACIA ADENTRO Y
HACIA ARRIBA**

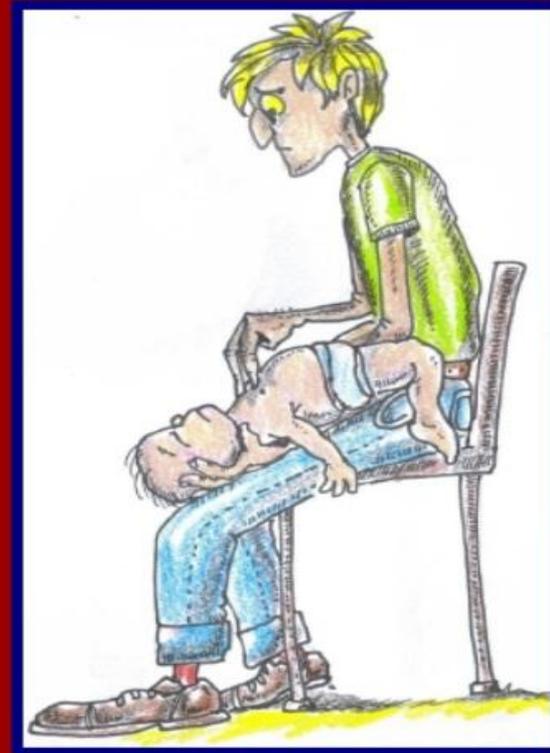
Continuamos hasta que:
-salga el objeto
-la persona se desmaye



SI QUIEN SE ATRAGANTA ES UN BEBÉ



5 GOLPES INTERESCAPULARES



5 COMPRESIONES TORÁCICAS
(NO HEIMLICH)

c) NO CONSIGUE EXPULSAR EL OBJETO Y QUEDA INCONSCIENTE:

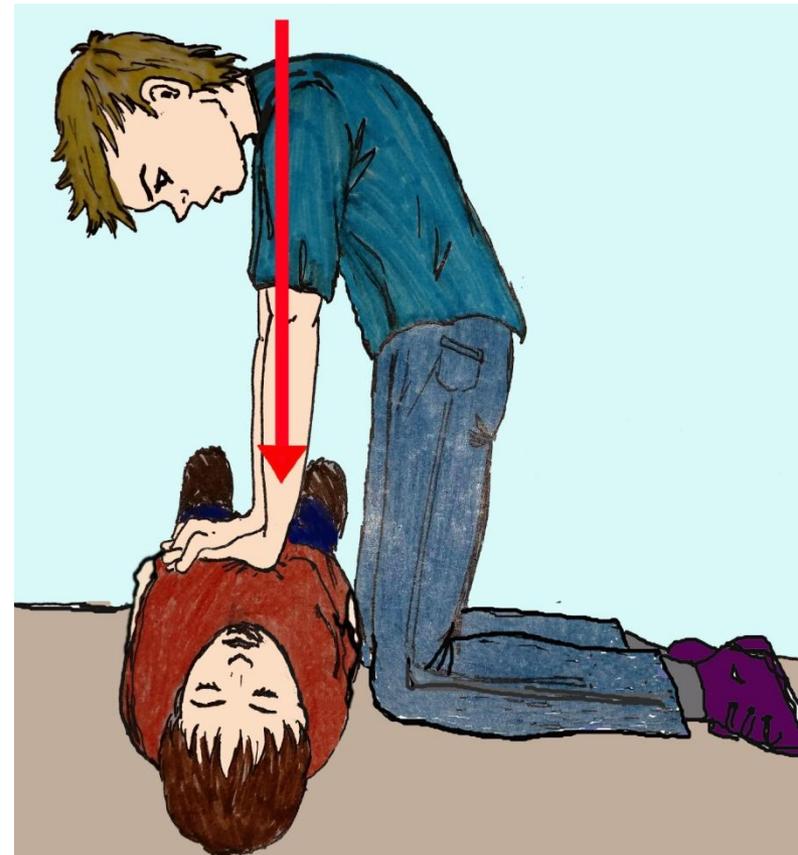
SU CORAZÓN SE TERMINARÁ PARANDO,
y no sabemos cuándo.

**-LLAMAR AL 112
SI NO SE HIZO ANTES**

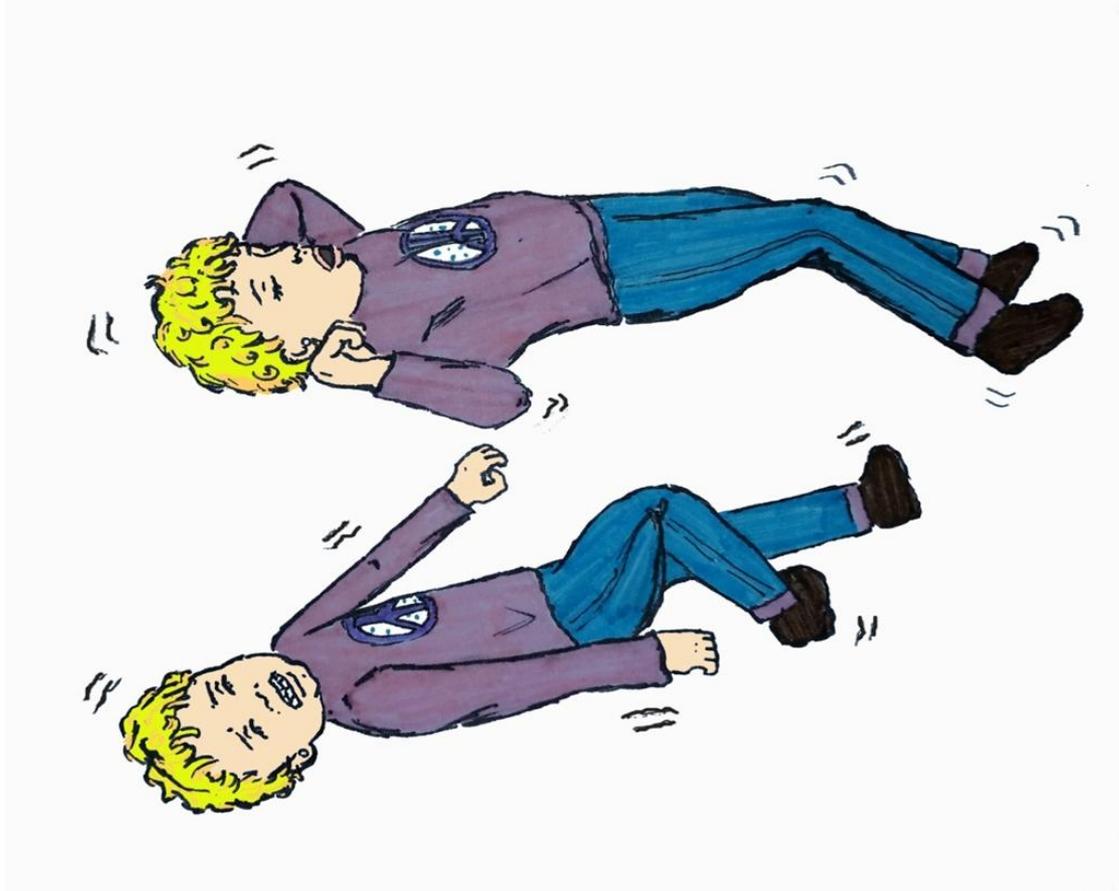
**-COMENZAR INMEDIATAMENTE
MASAJE CARDÍACO:**

tenemos que “ser su corazón”
desde antes de que llegue a pararse

-No meter el dedo a ciegas en la boca
Sólo sacar el objeto si lo vemos asomar



3. CONVULSIÓN



29

Desobstrucción vía aérea niño



Un grupo de neuronas se activan de repente todas a la vez, y provocan movimientos musculares descontrolados

¿Causa? Algunas neuronas “demasiado sensibles” desde la infancia o como consecuencia de un accidente o enfermedad. La fiebre puede causar convulsión en niños pequeños.

30

Según qué neuronas se activen y en qué grado, las convulsiones serán diferentes:

- Persona consciente o inconsciente
- Sólo rigidez
- Movimientos de una parte del cuerpo
- Movimientos de todo el cuerpo
- A veces se hacen pis
- A veces se muerden la lengua



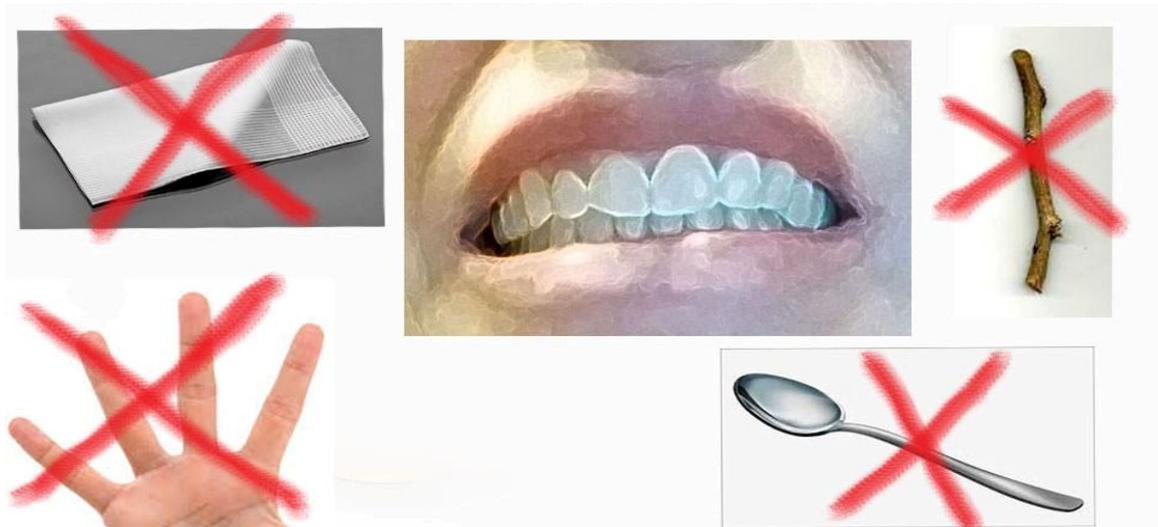
¿QUÉ NO SE DEBE HACER?

-**NO** meterle nada en la boca:

-Podemos romper dientes o lesionar boca

-Le dificultamos respiración

31



-**NO** tratar de inmovilizarle:

-No evitaremos la convulsión

-Podemos causar lesiones



¿QUÉ SE DEBE HACER?

-Evitar la caída

-Sujetar su cabeza suavemente para que no golpee contra el suelo

-Retirar los objetos contra los que pueda golpearse

32

(la convulsión suele durar pocos segundos o minutos)



-Cuando ceda la convulsión, poner en **POSICIÓN LATERAL DE SEGURIDAD** hasta que se despierte, siempre comprobando que respira

(la post-crisis puede durar varios minutos)

Llamar al 112 si:

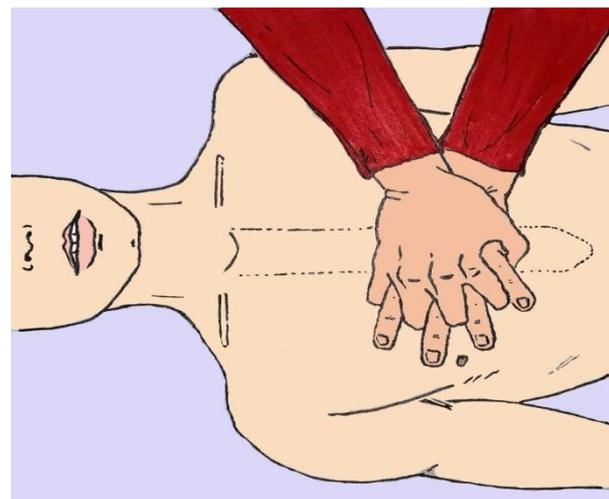
- es su primera convulsión
- no sabemos que sea epiléptico
- no se recupera por completo



33

Comprobar continuamente que sigue respirando

Si no respira, comenzar RCP



RCP desde mi cole

HEMORRAGIAS



- **PRESIONAR** SOBRE LA HERIDA CON UN TRAPO LIMPIO
- SI EL TRAPO SE EMPAPA DE SANGRE PONER OTRO ENCIMA - **NUNCA RETIRAR**
- **AVISAR AL 112** SI LA HEMORRAGIA NO CESA!!!

RESUMIENDO

SECUENCIA
DE
ACTUACIÓN
ANTE UNA
EMERGENCIA

