

PROGRAMA EDUCATIU
RCP en temps de COVID-19

Ensenya'ls una
altra assignatura
... de vital
importància



INTRODUCCIÓ

L'Organització Mundial de la Salut ha declarat que la COVID-19 és una pandèmia. La malaltia la causa el coronavirus 2 de la síndrome respiratòria aguda greu (SARS-CoV-2) i és altament contagiosa.

El principal mecanisme de transmissió de la malaltia del SARS-CoV-2 són les secrecions respiratòries, sigui directament del pacient o tocant superfícies contaminades. És possible, també, que el virus pugui contagiar-se a través de l'aire o propagar-se a través de l'aire en els espais tancats.

Davant d'aquesta situació actual, si ens trobem davant d'una aturada cardíaca, hem d'extremar les precaucions i la seguretat personal, ja que en fer la Reanimació Cardiopulmonar (RCP) es poden generar secrecions respiratòries (gotes o petites partícules suspeses a l'aire) que poden contagiar-nos. A més a més, els especialistes també alerten que minimitzar el risc d'infecció durant la formació en Reanimació Cardiopulmonar (RCP) és primordial.

En aquest sentit, el programa **Aprent Junts a Salvar Vides**, promogut per Fundació MAPFRE, el Consejo Español de Reanimación Cardiopulmonar (CERCP) i el Consejo General de la Educación Física y Deportiva (Consejo COLEF), proposa un model formatiu que facilita que els centres escolars el desenvolupin sense haver de comptar amb personal extern. Així mateix, hem preparat aquest document per proporcionar, al personal docent **uns quants consells per minimitzar els possibles riscos durant l'ensenyament de les tècniques d'RCP mentre duri la pandèmia de COVID-19**.

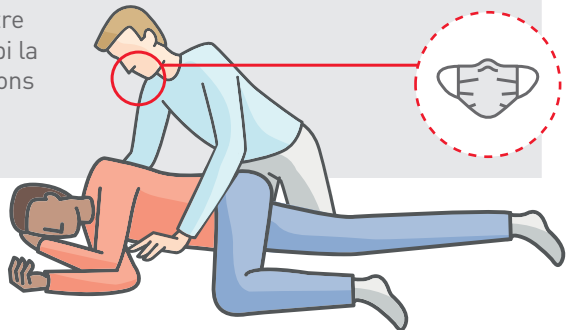
D'aquesta manera, facilitem, en primer lloc, les recomanacions perquè es pugui fer amb seguretat dins de l'aula la sessió pràctica del programa educatiu **Aprent Junts a Salvar Vides**. Incloem, també, el protocol que cal seguir en cas de trobar-nos davant d'una situació d'emergència sanitària en la qual resulti calgui fer les maniobres d'RCP durant el context de COVID-19, perquè així el nostre alumnat també sàpiga com actuar-hi.

Recomanacions per al desenvolupament de la sessió pràctica

UN PROJECTE PER A TU I EL TEU ALUMNAT AMB RECOMANACIONS PER DESENVOLUPAR LA PRÀCTICA DE LA MANERA MÉS SEGURA

El programa educatiu **Aprent Junts a Salvar Vides** que hem elaborat per a la formació en matèria d'RCP i l'actuació davant d'un ennuegament permet, als centres escolars, dur a terme la formació del seu alumnat sense haver de comptar amb personal extern.

Dins d'aquest projecte, s'inclou la realització de la **sessió "Practicar el que hem après"**, que consisteix en el fet que l'alumnat faci un exercici pràctic d'RCP a l'aula sobre un maniquí. Perquè aquesta sessió es pugui dur a terme amb seguretat, hem inclòs les recomanacions que els especialistes han proposat perquè l'espai del centre escolar en el qual es desenvolupi la pràctica compti amb les condicions adequades.



AQUESTES RECOMANACIONS SÓN LES SEGÜENTS:



Assegura't que les instal·lacions on es farà la sessió compten amb les condicions de seguretat i higiene necessàries per evitar la transmissió del virus.

Es recomana que totes les persones **facin servir mascareta** durant l'activitat i es rentin amb freqüència les mans amb sabó o gel hidroalcohòlic.

Assegura't de tenir gel hidroalcohòlic suficient per a totes les persones que participin en la sessió.

Els maniquins han de netejar-se abans i després de cada sessió d'entrenament, amb un desinfectant adequat.

S'ha de fer que **el nombre d'alumnes** que treballen simultàniament amb un maniquí **sigui el més reduït possible**: no més de cinc per grup.

Mantingues **un espai de 2 m al voltant del maniquí** posant-hi cinta de color o senyals a terra.

En la sessió pràctica, només es faran les compressions toràciques. No s'han de fer les ventilacions boca a boca ni la tècnica d'obertura de la via aèria per fer el "mirar-escollar-sentir".

A més a més, s'hauran de tenir en compte les mesures establertes per les autoritats sanitàries i educatives competents.

Recomanacions per fer l'RCP amb seguretat en una víctima

PER PREVENIR EL RISC DE CONTREURE EL VIRUS DURANT LA REALITZACIÓ D'UNA MANIOBRA D'RCP, HEM DE RESPECTAR LES RECOMANACIONS

Si ens trobem davant d'una situació d'emergència sanitària en la qual sigui s'hagin de fer les maniobres d'RCP, hem d'extremar les precaucions i seguir les recomanacions específiques que ha establert el Consell Europeu de Ressuscitació per a persones sense formació mèdica, amb la finalitat de prevenir o minimitzar el risc de transferència del virus.

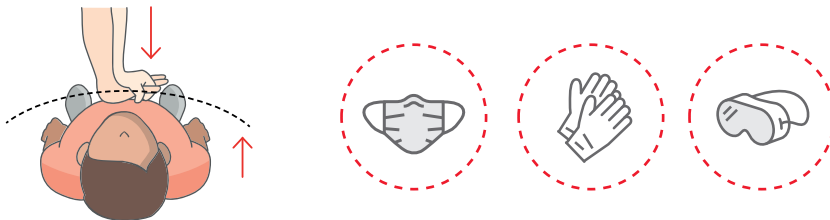
Aquestes recomanacions també les hem de transmetre a l'alumnat perquè sàpiga com procedir davant d'aquesta situació excepcional:

Reconegui l'aturada cardíaca buscant l'absència de signes de vida o l'absència de respiració normal. La resposta s'avalua sacsejant la persona i cridant-la, per veure si respon. Per minimitzar el risc de contagi, no obriu les vies respiratòries i no escolteu ni sentiu la respiració col·locant l'orella i la galta prop de la boca del pacient. Si el reanimador identifica que la víctima respira, col·loqueu-la en posició lateral de seguretat, si no respira comenceu amb l'RCP. Si teniu cap dubte sobre la confirmació d'una aturada cardíaca, comenceu les compressions toràciques fins que arribi l'ajuda sanitària.

AQUESTES RECOMANACIONS SÓN LES SEGÜENTS:

Si la persona no respon i detecta que no respira normalment, **truqueu immediatament al servei d'emergències sanitàries (112 o 061)**. Si se sospita de COVID-19, digueu-ho quan truqueu al telèfon d'emergències. Assegureu-vos que una ambulància ja sigui de camí.

Per als reanimadors sense formació sanitària, **es recomana fer l'RCP només amb compressions toràciques**, no cal fer ventilacions boca a boca. A més a més, abans de començar amb les compressions, cal col·locar una mascareta o un drap/tovallola sobre la boca i el nas de la víctima, i **el reanimador també s'ha de posar la mascareta**, per reduir el risc de propagació del virus a l'aire.



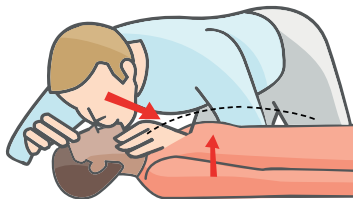
Toqueu només el que sigui essencial, recordant que totes les superfícies a dins i al voltant de la víctima poden estar contaminades amb el virus.

El fet de fer servir un desfibril·lador com més aviat millor augmenta significativament les possibilitats de supervivència de la persona i, no obstant això, no augmenta el risc d'infecció, per la qual cosa si n'hi ha un de disponible, heu de fer servir el Desfibril·lador Automàtic (DEA) o Semiautomàtic (DESA) i seguir les indicacions que aquest us proporcioni.

Si el reanimador té accés a un equip de protecció individual (EPI) (per exemple, mascareta FFP2 o FFP3, guants d'un sol ús, protecció per als ulls), l'ha de fer servir.

Després de fer l'RCP, **tots els reanimadors s'han de rentar bé les mans amb aigua i sabó o higienitzar-les** amb gel hidroalcohòlic.

També s'han de rentar bé la roba tan aviat com sigui possible. Igualment, s'han de posar en contacte amb les autoritats sanitàries locals per sol·licitar informació sobre la vigilància després d'haver estat en contacte amb una persona amb sospita o confirmació de COVID-19.



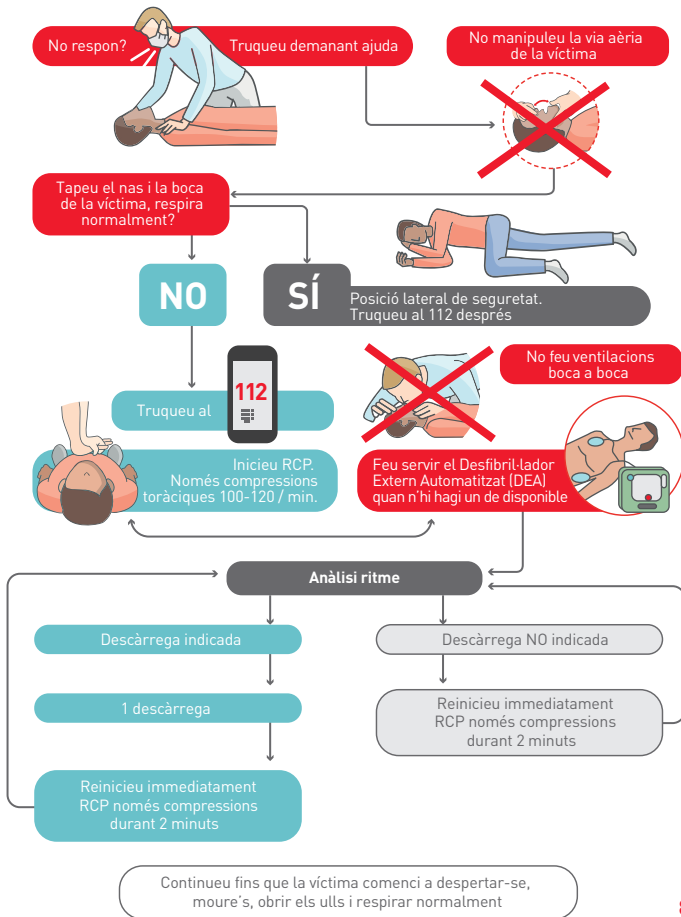
Consells pediàtrics

En el cas que ens trobem davant d'una emergència sanitària en un menor, si el rescatador es troba capacitat i ho vol, es poden fer respiracions de rescat, a més de les compressions en el pit.

Això és així perquè, malgrat que **les respiracions boca a boca augmenten el risc de transmissió del virus, aquest risc és menor que no atendre l'infant davant d'una aturada cardíaca**, atès que en aquests casos la ventilació durant l'RCP bàsica és encara més important que en l'adult.

Aquest exemple amb recomanacions d'actuació es pot fer servir com a cartells informatius.

Algorisme SVD+DEA adaptat a situació COVID-19



Fundación **MAPFRE**



G CONSELLERIA
O SALUT I CONSUM
I SAMU061
B



Amb la col·laboració de:



CONSEJO COLEF
CONSEJO GENERAL
DE LA EDUCACIÓN FÍSICA
Y DEPORTIVA

Segueix-nos a:



www.fundacionmapfre.org