

# ACTIVIDAD 1

## ¿Qué sabemos sobre la parada cardiorrespiratoria?

### SITUACIÓN 1

#### Persona inconsciente (no respira) por accidente en el patio del colegio

##### Introducción a la temática

¿Sabías que las paradas cardiorrespiratorias son una de las principales causas de mortalidad en Europa? Solamente en España se producen unas 30.000 muertes al año.

A pesar de ello, solo 4 de cada 10 españoles se sienten capacitado para actuar ante una parada cardiorrespiratoria. Proporcionar ayuda de manera correcta y oportuna en estos casos aumenta la probabilidad de supervivencia de la víctima en un 70%, por ello es fundamental saber cómo actuar.

Sin embargo, ¿tú crees que sabrías cómo actuar frente a una situación crítica en la que una persona haya dejado de respirar?

A continuación, te presentaremos una situación en la que quizás te hayas encontrado alguna vez. Recuerda que el objetivo final es auxiliar a la víctima, y para ello habrá que seguir estos **pasos**:



##### 1º PASO

Forma un grupo con 4 o 5 compañeros y compañeras.



##### 2º PASO

Lee detenidamente el escenario de emergencia.



##### 3º PASO

Comparte si alguien ha presenciado alguna vez una situación similar. ¿Qué ocurrió?



##### 4º PASO

Responde las preguntas planteadas de manera detallada.

##### ESCENARIO 1

##### Accidente en el patio del colegio

Te encuentras jugando en el patio del colegio con tus compañeros y compañeras. Estáis corriendo de aquí para allá y pasándooslo bien. De repente veis cómo un compañero sufre una caída, golpeándose fuertemente la cabeza al caer. Tú y tus amigos/as os acercáis corriendo y le preguntáis qué tal está, pero no responde y no reacciona a los estímulos. Se encuentra inconsciente, sangrando y tiene una respiración prácticamente indetectable.



##### PREGUNTAS

- ¿Cómo actuarías en esta situación? ¿Intentarías reanimar a la víctima? ¿Buscarías ayuda de otras personas? ¿Llamarías a una ambulancia y esperarías? Intenta describir cada uno de los pasos de tu actuación.
- ¿Por qué has decidido actuar de esta manera? ¿Dónde has visto o aprendido la forma de actuar frente a este tipo de situaciones? ¿Piensas que tu manera de actuar sería la correcta?
- Lo más lógico en esta situación es practicar la reanimación cardiopulmonar a la víctima. ¿Sabes en qué consiste la reanimación cardiopulmonar? ¿Cómo la realizarías?

# ACTIVIDAD 1

## ¿Qué sabemos sobre la parada cardiorrespiratoria?

### SITUACIÓN 2

#### Persona inconsciente (sí respira) por desmayo repentino en la calle

##### Introducción a la temática

¿Sabías que las paradas cardiorrespiratorias son una de las principales causas de mortalidad en Europa? Solamente en España se producen unas 30.000 muertes al año.

A pesar de ello, solo 4 de cada 10 españoles se sienten capacitado para actuar ante una parada cardiorrespiratoria. Proporcionar ayuda de manera correcta y oportuna en estos casos aumenta la probabilidad de supervivencia de la víctima en un 70%, por ello es fundamental saber cómo actuar.

Sin embargo, ¿tú crees que sabrías cómo actuar frente a una situación crítica en la que una persona esté inconsciente?

A continuación, te presentaremos una situación en la que quizás te hayas encontrado alguna vez. Recuerda que el objetivo final es auxiliar a la víctima, y para ello habrá que seguir estos **pasos**:



##### 1º PASO

Forma un grupo con 4 o 5 compañeros y compañeras.



##### 2º PASO

Lee detenidamente el escenario de emergencia.



##### 3º PASO

Comparte si alguien ha presenciado alguna vez una situación similar. ¿Qué ocurrió?



##### 4º PASO

Responde las preguntas planteadas de manera detallada.

##### ESCENARIO 2

##### Desmayo repentino en la calle

Un día paseando con tus padres por la calle, tu padre empieza a encontrarse mal, de repente, cae desplomado al suelo. Tu madre está muy nerviosa, pero tú sabes que tienes que mantener la calma, le preguntas a tu padre qué tal está, pero no responde y no reacciona a los estímulos. Por razones desconocidas, tu padre está inconsciente pero puedes comprobar que respira.



##### PREGUNTAS

- ¿Cómo actuarías en esta situación? ¿Intentarías reanimar a la víctima? ¿Buscarías ayuda de otras personas? ¿Llamarías a una ambulancia y esperarías? Intenta describir cada uno de los pasos de tu actuación.
- ¿Por qué has decidido actuar de esta manera? ¿Dónde has visto o aprendido la forma de actuar frente a este tipo de situaciones? ¿Piensas que tu manera de actuar sería la correcta?
- Lo más lógico en esta situación es realizar la posición lateral de seguridad. ¿Sabes en qué consiste? ¿Cómo la realizarías?

# ACTIVIDAD 1

## ¿Qué sabemos sobre la parada cardiorrespiratoria?

### SITUACIÓN 3

#### Persona consciente (respira con dificultad) por atragantamiento en el patio del colegio

##### Introducción a la temática

¿Sabías que las paradas cardiorrespiratorias son una de las principales causas de mortalidad en Europa? Solamente en España se producen unas 30.000 muertes al año.

A pesar de ello, solo 4 de cada 10 españoles se sienten capacitados para actuar ante una parada cardiorrespiratoria. Proporcionar ayuda de manera correcta y oportuna en estos casos aumenta la probabilidad de supervivencia de la víctima en un 70%, por ello es fundamental saber cómo actuar.

Sin embargo, ¿tú crees que sabrías cómo actuar frente a una situación crítica en la que una persona haya sufrido un atragantamiento?

A continuación, te presentaremos una situación en la que quizás te hayas encontrado alguna vez. Recuerda que el objetivo final es auxiliar a la víctima, y para ello habrá que seguir estos **pasos**:



##### 1º PASO

Forma un grupo con 4 o 5 compañeros y compañeras.



##### 2º PASO

Lee detenidamente el escenario de emergencia.



##### 3º PASO

Comparte si alguien ha presenciado alguna vez una situación similar. ¿Qué ocurrió?



##### 4º PASO

Responde las preguntas planteadas de manera detallada.

##### ESCENARIO 3

##### Atragantamiento en el patio del colegio

Tú y tus amigos estáis en el patio del colegio comiendo un bocadillo y una pieza de fruta por la mañana a la hora del recreo. De repente, una amiga que estaba comiendo unas cerezas se atraganta con el hueso de una de ellas, y aunque intenta toser no es capaz de expulsar el hueso. No puede hablar y respira con dificultad, pero está consciente. Ella se está poniendo nerviosa, hay que actuar de inmediato.



##### PREGUNTAS

- ¿Cómo actuarías en esta situación? ¿Intentarías reanimar a la víctima? ¿Buscarías ayuda de otras personas? ¿Llamarías a una ambulancia y esperarías? Intenta describir cada uno de los pasos de tu actuación.
- ¿Por qué has decidido actuar de esta manera? ¿Dónde has visto o aprendido la forma de actuar frente a este tipo de situaciones? ¿Piensas que tu manera de actuar sería la correcta?
- Lo más lógico en esta situación es practicar la maniobra de Heimlich a la víctima. ¿Sabes en qué consiste esta maniobra? ¿Cómo la realizarías?

# ACTIVIDAD 1

## ¿Qué sabemos sobre la parada cardiorrespiratoria?

### SITUACIÓN 4

#### Persona inconsciente (no respira) por atragantamiento en casa

##### Introducción a la temática

¿Sabías que las paradas cardiorrespiratorias son una de las principales causas de mortalidad en Europa? Solamente en España se producen unas 30.000 muertes al año.

A pesar de ello, solo 4 de cada 10 españoles se sienten capacitados para actuar ante una parada cardiorrespiratoria. Proporcionar ayuda de manera correcta y oportuna en estos casos aumenta la probabilidad de supervivencia de la víctima en un 70%, por ello es fundamental saber cómo actuar.

Sin embargo, ¿tú crees que sabrías cómo actuar frente a una situación crítica en la que una persona haya dejado de respirar?

A continuación, te presentaremos una situación en la que quizás te hayas encontrado alguna vez. Recuerda que el objetivo final es auxiliar a la víctima, y para ello habrá que seguir estos **pasos**:



##### 1º PASO

Forma un grupo con 4 o 5 compañeros y compañeras.



##### 2º PASO

Lee detenidamente el escenario de emergencia.



##### 3º PASO

Comparte si alguien ha presenciado alguna vez una situación similar. ¿Qué ocurrió?



##### 4º PASO

Responde las preguntas planteadas de manera detallada.

##### ESCENARIO 4

##### Atragantamiento en casa

Estás disfrutando de la hora de la comida con tu familia en casa. Las cosas van bien hasta que tu madre se levanta bruscamente agarrando su garganta. Ella está intentando toser, pero la tos es ineficaz y no puede hablar. Todos os quedáis impactados porque es evidente tu madre se está asfixiando, pero tú te preparas para socorrerla. De repente, ella se derrumba y deja de respirar.



##### PREGUNTAS

- ¿Cómo actuarías en esta situación? ¿Intentarías reanimar a la víctima? ¿Buscarías ayuda de otras personas? ¿Llamarías a una ambulancia y esperarías? Intenta describir cada uno de los pasos de tu actuación.
- ¿Por qué has decidido actuar de esta manera? ¿Dónde has visto o aprendido la forma de actuar frente a este tipo de situaciones? ¿Piensas que tu manera de actuar sería la correcta?
- Lo más lógico en esta situación es practicar la maniobra de Heimlich a la víctima. ¿Sabes en qué consiste esta maniobra? ¿Cómo la realizarías?