

# ACTIVITAT 1

## Què en sabem, de l'aturada cardiorespiratòria?

### SITUACIÓ 2

#### Persona inconscient (sí que respira) per desmai sobtat al carrer

##### Introducció a la temàtica

**Sabies que les aturades cardiorespiratòries són una de les principals causes de mortalitat a Europa? Només a Espanya produeixen cap a 30.000 morts a l'any.**

Malgrat això, només 4 de cada 10 espanyols se senten capacitats per actuar davant d'una aturada cardiorespiratòria. En aquests casos, el fet de proporcionar ajuda de manera correcta i oportuna augmenta la probabilitat de supervivència de la víctima en un 70%, per això és fonamental saber com cal actuar.

No obstant això, tu creus que sabries com actuar si et trobes davant d'una situació crítica en la qual una persona estigui inconscient?

A continuació, et presentarem una situació en la qual potser t'hagis trobat alguna vegada. Recorda que l'objectiu final és auxiliar la víctima, i per a això hauràs de seguir aquests **passos**:



##### 1r. PAS

Forma un grup amb 4 o 5 companys i companyes.



##### 2n. PAS

Llegeix detingudament l'escenari d'emergència.



##### 3r. PAS

Demana si algú s'ha trobat mai en una situació similar. Què va passar?



##### 4t. PAS

Respon les preguntes plantejades de manera detallada.

##### Desmai sobtat al carrer

Un dia, passejant amb els pares pel carrer, el pare comença a trobar-se malament, de sobte, cau a terra de cop. La mare està molt nerviosa, però tu saps que has de mantenir la calma, demanes al pare com està, però no respon i no reacciona als estímuls. Per raons desconegudes, el pare està inconscient, però pots comprovar que respira.



##### PREGUNTES

- Com actuaries en aquesta situació? Intentaries reanimar la víctima? Buscaries ajuda d'altres persones? Trucaries a una ambulància i t'esperaries? Intenta descriure els passos de la teva actuació.
- Per què has decidit actuar d'aquesta manera? On has vist o après la manera d'actuar en aquest tipus de situacions? Penses que la teva manera d'actuar seria la correcta?
- El més lògic en aquesta situació és fer la posició lateral de seguretat. Saps què és? Com la faries?

### ESCENARI 2

# ACTIVITAT 1

## Què en sabem, de l'aturada cardiorespiratòria?

### SOLUCIÓ ESCENARI 2

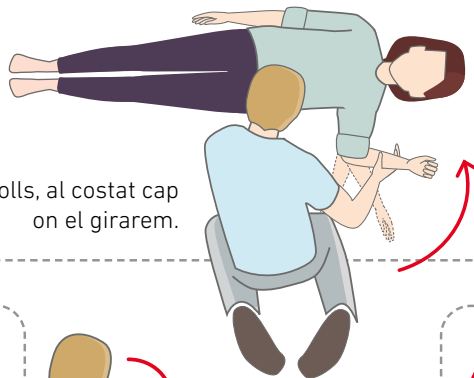
En aquest segon escenari tenim una persona inconscient (sí que respira) per desmai sobtat al carrer. Vegem quins passos s'han de seguir per ajudar-la.

### Com fer la posició lateral de seguretat?

La posició lateral de seguretat és una manera de col·locar una persona inconscient, però que no presenta aturada cardiorespiratòria, fins que arribin els serveis d'emergència. A continuació t'ensenyarem els **passos que s'han de seguir**:

- 1** Col·loquem la persona amb l'esquena a terra amb les cames estirades.

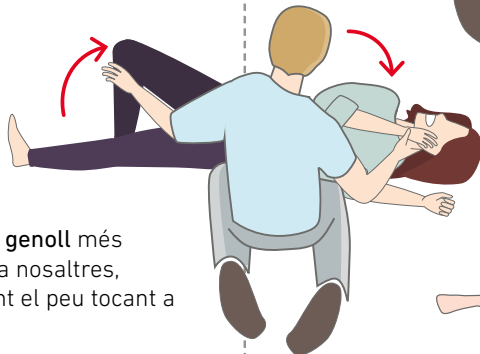
Ens posem de genolls, al costat cap on el girarem.



- 2** Col·loquem el braç més proper a nosaltres estès cap amunt formant un angle recte amb el colze i l'espatlla. L'altre braç el portem cap a nosaltres i el deixem a sobre del pit amb la mà a prop de la cara.

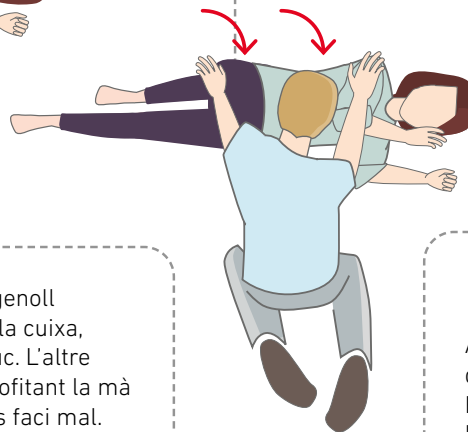
**3**

Alcem el genoll més allunyat a nosaltres, mantenint el peu tocant a terra.



**4**

Amb una mà, traccionem des de l'espatlla més allunyada i, amb l'altra, des del genoll que havíem elevat simultàniament. El cos rodolarà fàcilment cap a nosaltres fins a col·locar-lo en posició lateral.

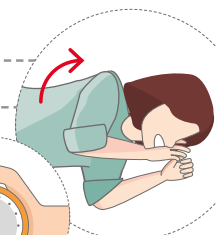


- 5** Estabilitzem la posició recolzant a terra el genoll que hem traccionat, formant un angle amb la cuixa, i aquest, alhora, un angle recte amb el maluc. L'altre suport serà el colze del braç traccionat, aprofitant la mà per situar-la a sota de la cara i evitar que es faci mal.

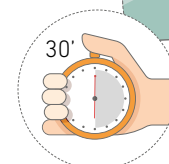


**6**

Assegurem la permeabilitat de la via respiratòria. Estenem el coll per obrir la via respiratòria i obrir la boca, en una posició el més propera possible a terra.



- 7** Comprovem que la via respiratòria es mantingui oberta i que la persona continui respirant adequadament.



Aquesta posició s'ha de canviar de costat cada 30 minuts per evitar la compressió mantinguda en els punts de suport.