

# ACTIVITAT 1

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

### SITUACIÓ 3

## Persona conscient (respira amb dificultat) per ennuegament al pati de l'escola

### 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 hagi patit un ennuegament?

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?



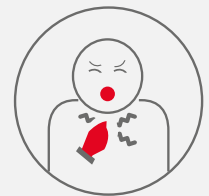
#### 4t. PAS

Respon les preguntes plantejades de manera detallada.

### ESCENARI 3

#### Ennuegament al pati de l'escola

Els teus amics i tu sou al pati de l'escola menjant un entrepà i una peça de fruita al matí a l'hora de l'esbarjo. De sobte, una amiga teva que estava menjant unes cireres s'ennuega amb un pinyol, i tot i que intenta estossegar no és capaç d'expulsar el pinyol. No pot parlar i respira amb dificultat, però està conscient. Ella s'està posant nerviosa, cal actuar immediatament.



### 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 practicar la maniobra de Heimlich a la víctima. Saps en què consisteix, aquesta maniobra? Com la faries?

## ACTIVITAT 1

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

## SOLUCIÓ ESCENARI 3

En aquest tercer escenari tenim una persona conscient (respira amb dificultat) per ennuegament al pati de l'escola. Vegem quins passos s'han de seguir per ajudar-la.

Diferència entre **dos tipus d'obstrucció** de la via aèria:

## OBSTRUCCIÓ LLEU DE LA VIA AÈRIA

**Signes:** persona conscient, pot parlar i estossegar, però respira amb dificultat.

## 1 Anima-la a estossegar

Tranquil·litza la víctima i anima-la a estossegar de manera eficaç per expulsar l'element estrany. Incorpora-la.



2 **Vigila com es troba** Queda't amb la víctima i vigila com es troba.

3

**Truca al 112 o 061**  
Si l'obstrucció es manté, avisa els serveis d'emergències (112 / 061).



## OBSTRUCCIÓ GREU DE LA VIA AÈRIA

Es poden donar **dues situacions**:

## A Persona conscient

**Signes:** persona conscient, però respira amb dificultat, no pot parlar i la tos és feble o inexistent. Envolta-li el coll amb les mans, expressió de desesperació.

## 1 Tranquil·litza la víctima

Comprova que la víctima s'està asfixiant, digues-li que l'ajudaràs i tranquil·litza-la.

## 2 Situa't darrere de la víctima i inclina-li el tòrax

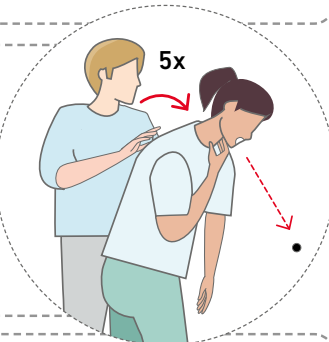
Situa't dempeus, al costat i lleugerament per darrere de la víctima. Subjecta-li el pit amb una mà i inclina-li el tòrax cap endavant per afavorir l'expulsió del material que ha originat l'obstrucció.



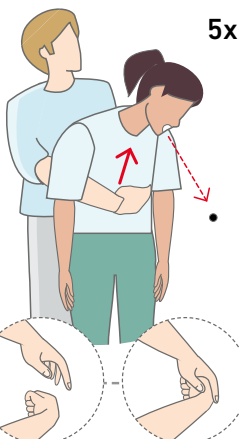
3 **Avisa els serveis d'emergència (112/061)**

## 4 Cinc cops a l'esquena

Amb el taló de l'altra mà, dona cops bruscos al centre de l'esquena, entre els omòplats, fins que s'expulsi l'element estrany, o fins a un màxim de 5 vegades.



## 5 Cinc compressions toràciques (maniobra de Heimlich)



Situa't dempeus, al darrere de la víctima, amb les cames obertes per poder agafar-la. Envolta amb tots dos braços la part superior de l'abdomen. Amb la mà amb la qual tinguis més força, fes un puny i col·loca'l just damunt del melic. Amb l'altra mà, embolica el puny i assegura't de mantenir el dit polze allunyat del cos de la víctima. Estira amb les mans cap a dins i amunt, empenyent l'abdomen de la víctima, fent moviments ascendants ràpids fins que l'objecte surti o fins a un màxim de 5 vegades.

6 Si l'obstrucció continua, i la víctima segueix conscient, repeteix l'actuació: 5 cops a l'esquena amb 5 compressions abdominals.

## B Persona inconscient

**Signes:** persona inconscient, no respon i no respira.

## 1 Col·loca-la a terra

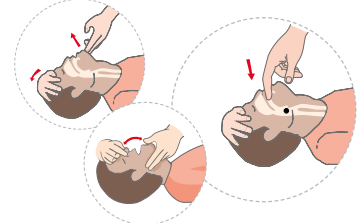
Assegura'n la seguretat, col·loca la víctima a terra de panxa enlaire.

## 2 Truca al 112 o 061

Avisa els serveis d'emergència, si no els hi ha trucat abans una altra persona.

## 3 Comença amb la RCP

Comença ràpidament alternant compressions amb respiracions (cicle 30:2). Cada vegada que vagis a fer una ventilació, examina la boca de la víctima per si es pot extreure l'objecte, si és visible, fes la **maniobra del ganxo**: introdueix el dit índex per un costat de la boca fins a la llengua i fes el gest del ganxo per intentar treure'l a fora.



4 **Continua amb la RCP** fins que la víctima respongui o fins que arribin els serveis d'emergències sanitàries.

