

PROGRAMA EDUCATIVO
RCP en tiempos del COVID-19



Enséñales
otra asignatura
... de vital
importancia

INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud ha declarado que COVID-19 es una pandemia. La enfermedad es causada por el coronavirus 2 del síndrome respiratorio agudo severo (SARS-CoV-2) y es altamente contagiosa.

El principal mecanismo de transmisión de la enfermedad del SARS-CoV-2 es mediante secreciones respiratorias, ya sea directamente del paciente o tocando superficies contaminadas. Es posible, asimismo, que el virus pueda contagiarse a través del aire o propagarse a través del aire en espacios cerrados.

Ante esta situación actual, si nos encontramos ante una parada cardíaca debemos extremar las precauciones y la seguridad personal, puesto que al realizar la Reanimación Cardiopulmonar (RCP) se pueden generar secreciones respiratorias (gotas y/o pequeñas partículas suspendidas en el aire) que pueden contagiarnos. Además, los especialistas también alertan de que minimizar el riesgo de infección durante la formación en Reanimación Cardiopulmonar (RCP) es primordial.

En este sentido el programa **Aprendiendo Juntos a Salvar Vidas** promovido por Fundación MAPFRE, el Consejo Español de Reanimación Cardiopulmonar (CERCP) y el Consejo COLEF, propone un modelo formativo que facilita su desarrollo por los centros escolares sin necesidad de contar con personal externo. Asimismo, hemos preparado este documento para proporcionar al personal docente **algunos consejos para minimizar los posibles riesgos durante la enseñanza de las técnicas de RCP mientras dure la pandemia del COVID-19**.

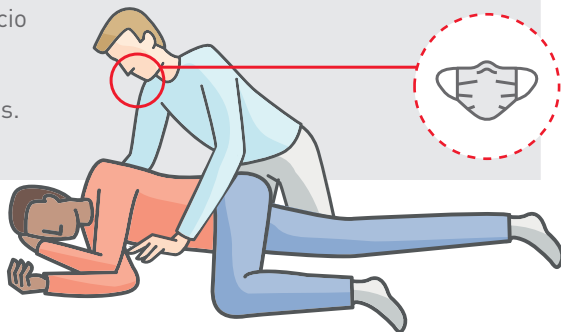
De este modo, facilitamos, en primer lugar, las recomendaciones para desarrollar con seguridad dentro del aula la sesión práctica del programa educativo **Aprendiendo Juntos a Salvar Vidas**. Asimismo, incluimos el protocolo a seguir en caso de encontrarnos ante una situación de emergencia sanitaria en la que resulte preciso realizar las maniobras de la RCP durante el contexto del COVID-19, para que así también nuestro alumnado sepa cómo actuar.

Recomendaciones para el desarrollo de la sesión práctica

UN PROYECTO **PARA TI Y TU ALUMNADO** CON RECOMENDACIONES PARA DESARROLLAR LA PRÁCTICA DE LA MANERA MÁS SEGURA

El programa educativo **Aprendiendo Juntos a Salvar Vidas** que hemos elaborado para la formación de la RCP y la actuación ante un atragantamiento, permite a los centros escolares llevar a cabo la formación de su alumnado sin necesidad de contar con personal externo.

Dentro de este proyecto, se incluye la realización de la **sesión “Practicar lo aprendido”**, que consiste en que los alumnos y alumnas realicen un ejercicio práctico de RCP en el aula sobre un maniquí. Para que esta sesión se pueda desarrollar con seguridad, hemos incluido las recomendaciones que los especialistas han propuesto para que el espacio del centro escolar en el que se desarrolle la práctica, reúna las condiciones adecuadas.



ESTAS RECOMENDACIONES SON:



Asegúrate de que las instalaciones en donde se va a realizar la sesión reúnen las condiciones de seguridad e higiene necesarias para evitar la transmisión del virus.

Se recomienda que todas las personas **usen mascarilla** durante la actividad y se laven con frecuencia las manos con jabón o gel hidroalcohólico.

Asegúrate de tener gel hidroalcohólico suficiente para todos los alumnos y alumnas que participen en la sesión.

Los maniqués deben limpiarse antes y después de cada sesión de entrenamiento, usando un desinfectante adecuado.

Se debe mantener **lo más reducido posible el número de alumnos** que trabajan simultáneamente con un maniquí: no más de cinco por grupo.

Mantén **un espacio de 2 m alrededor del maniquí** con cinta de color o señales en el suelo.

En la sesión práctica, solamente se realizarán las compresiones torácicas. No deben realizarse las ventilaciones boca a boca ni la técnica de apertura de la vía aérea para realizar el “ver-oír-sentir”.

Además, se deberán contemplar las medidas establecidas por las autoridades sanitarias y educativas competentes.

Recomendaciones para realizar la RCP con seguridad en una víctima

PARA PREVENIR EL RIESGO DE CONTRAER EL VIRUS DURANTE LA REALIZACIÓN DE UNA MANIOBRA DE RCP, DEBEMOS RESPETAR LAS RECOMENDACIONES

Si nos encontramos ante una situación de emergencia sanitaria en la que sea necesario realizar las maniobras de RCP, debemos extremar las precauciones y seguir las recomendaciones específicas que ha establecido el Consejo Europeo de RCP para personas legas, con el fin de prevenir o minimizar el riesgo de transferencia del virus.

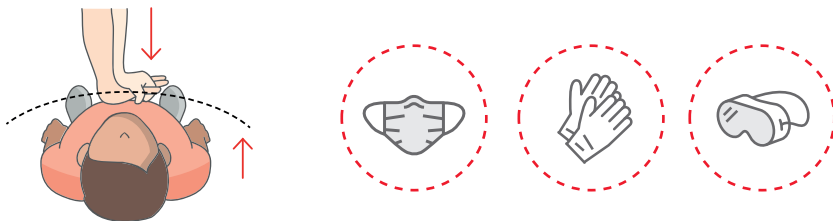
Estas recomendaciones también se las tenemos que transmitir a nuestros alumnos y alumnas para que sepan cómo proceder ante esta situación excepcional:

Reconozca el paro cardíaco buscando la ausencia de signos de vida o la ausencia de respiración normal. La respuesta se evalúa sacudiendo a la persona y gritando, para ver si responde. Para minimizar el riesgo de contagio, no abra las vías respiratorias y no escuche ni sienta la respiración colocando la oreja y la mejilla cerca de la boca del paciente. Si el reanimador identifica que la víctima respira, colóquela en posición lateral de seguridad, si no respira comience con la RCP. Si tiene alguna duda sobre la confirmación de un paro cardíaco, comience las compresiones torácicas hasta que llegue la ayuda sanitaria.

ESTAS RECOMENDACIONES SON:

Si la persona no responde y detecta que no respira normalmente, **llame inmediatamente al servicio de emergencias sanitarias (112 o 061)**. Si se sospecha de COVID 19, dígalo cuando llame al teléfono de emergencias. Asegúrese de que una ambulancia esté en camino.

Para los reanimadores legos, **se recomienda hacer la RCP solo con compresiones torácicas**, no hay que realizar ventilaciones boca a boca. Además, antes de comenzar con las compresiones, se debe colocar una mascarilla o un paño/toalla sobre la boca y la nariz de la víctima, y **el reanimador también tiene que ponerse la mascarilla**, para reducir el riesgo de propagación del virus en el aire.

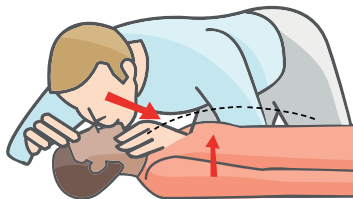


Solo toque lo esencial, recordando que todas las superficies dentro y alrededor de la víctima pueden estar contaminadas con el virus.

El uso temprano de un desfibrilador aumenta significativamente las posibilidades de supervivencia de la persona y, sin embargo, no aumenta el riesgo de infección, por lo que si está disponible, hay que usar el Desfibrilador Automático (DEA) o Semiautomático (DESA) y seguir las indicaciones que este le proporcione.

Si el reanimador tiene acceso a un equipo de protección individual (EPI) (por ejemplo, mascarilla FFP2 o FFP3, guantes desechables, protección para los ojos), debe utilizarlo.

Después de realizar la RCP, **todos los reanimadores deben lavarse bien las manos con agua y jabón o higienizarlas** con gel hidroalcohólico. También, deben lavar bien su ropa tan pronto como sea posible. Igualmente, deben ponerse en contacto con las autoridades sanitarias locales para solicitar información sobre la vigilancia después de haber estado en contacto con una persona con sospecha o confirmación de COVID-19.

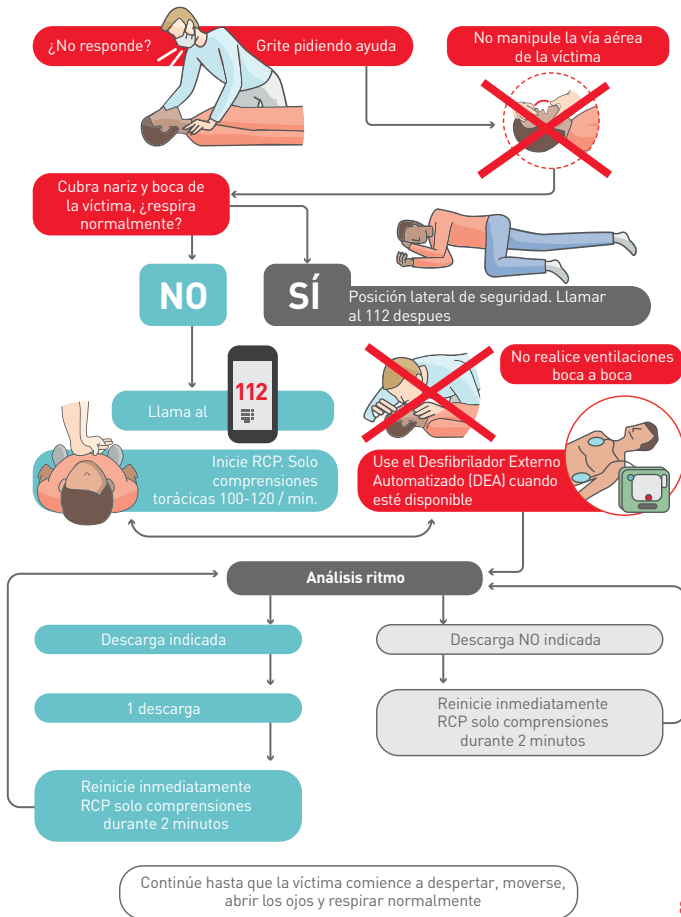


Consejos pediátricos

En el caso de encontrarnos ante la situación de una emergencia sanitaria en un menor, si el rescatador se encuentra capacitado y lo desea, se pueden realizar respiraciones de rescate, además de las compresiones en el pecho. Esto es así porque, a pesar de que **las respiraciones boca a boca aumentan el riesgo de transmisión del virus, este riesgo es menor que no atender al niño o niña ante una parada cardíaca**, puesto que en estos casos la ventilación durante la RCP básica es todavía más importante que en el adulto.

Este ejemplo con recomendaciones de actuación puede usarse como **carteles informativos**.

Algoritmo SVD+DEA adaptado a situación COVID-19



Fundación **MAPFRE**



Con la colaboración de:



CONSEJO COLEF
CONSEJO GENERAL
DE LA EDUCACIÓN FÍSICA
Y DEPORTIVA

Síguenos en:



www.fundacionmapfre.org