

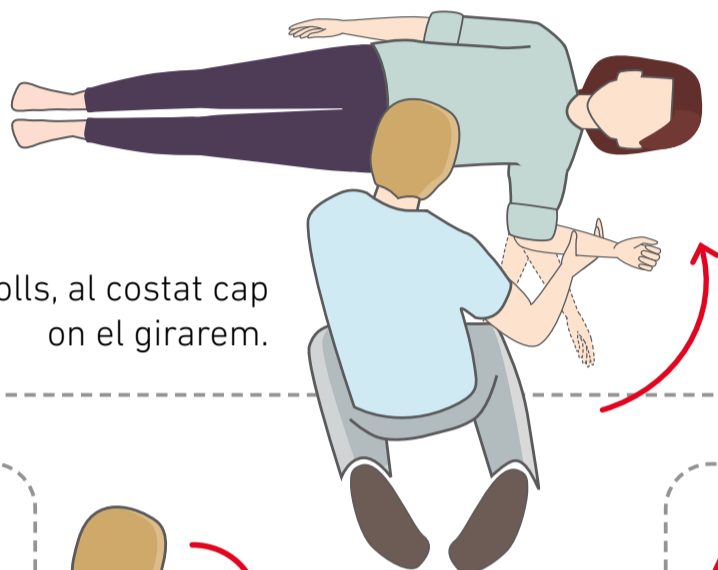
# Posició lateral de seguretat

## 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**:

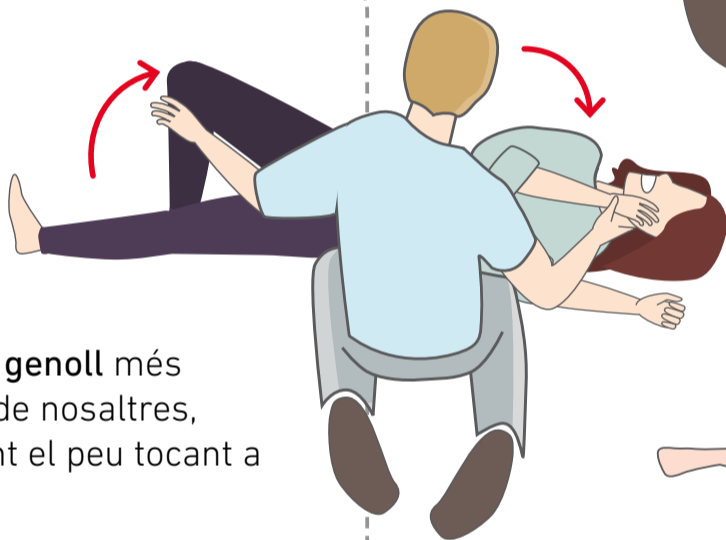
- 1** Col·loquem la persona amb l'esquena a terra amb les cames estirades.

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

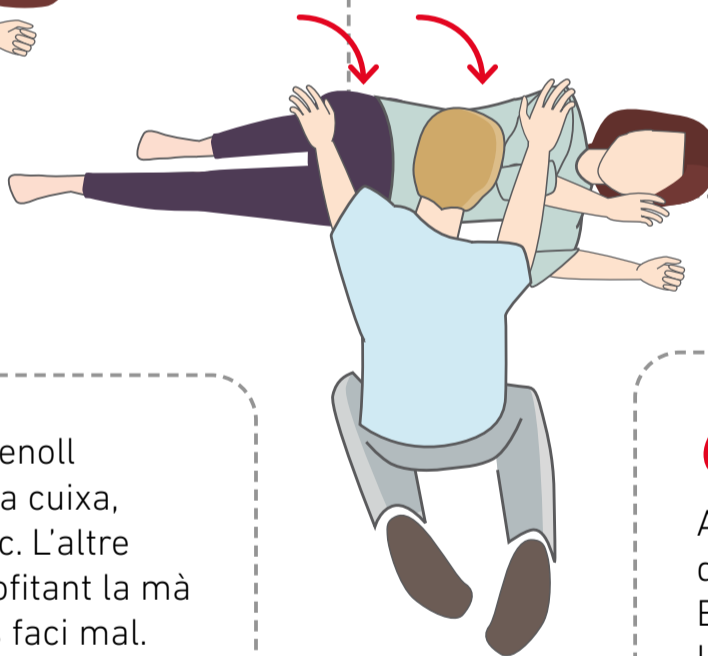


- 2** Col·loquem el braç més proper a nosaltres estès cap amunt formant un angle recte amb el colze i l'espatlla. L'altre braç el portem cap a nosaltres i el deixem a sobre del pit amb la mà a prop de la cara.

- 3** Alcem el genoll més allunyat de nosaltres, mantenint el peu tocant a terra.



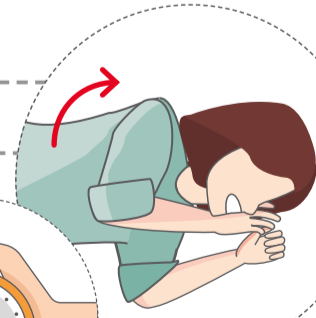
- 4** Amb una mà, traccionem des de l'espatlla més allunyada i, amb l'altra, des del genoll que havíem elevat simultàniament. El cos rodolarà fàcilment cap a nosaltres fins a col·locar-lo en posició lateral.



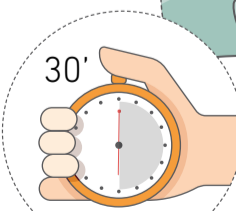
- 5** Estabilitzem la posició recolzant a terra el genoll que hem traccionat, formant un angle amb la cuixa, i aquest, alhora, un angle recte amb el maluc. L'altre suport serà el colze del braç traccionat, aprofitant la mà per situar-la a sota de la cara i evitar que es faci mal.



- 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 continuï respirant adequadament.



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