

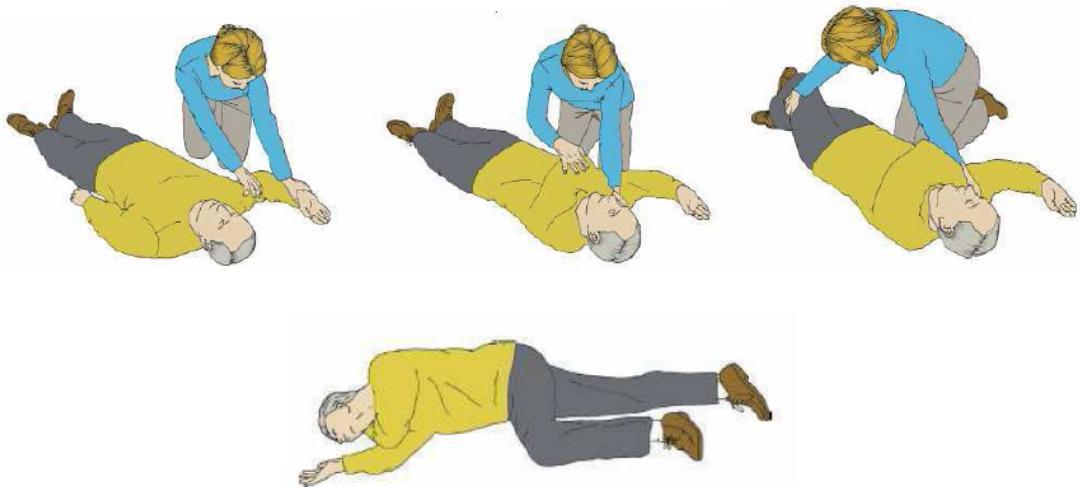
ACCIONES DEL SOPORTE VITAL BÁSICO

POSICIÓN LATERAL DE SEGURIDAD

Colocar a la víctima tendida supino. Colocar un brazo en un ángulo de 90° apoyado en el suelo y el brazo contrario cerca de la oreja contraria, flexionado por delante de la cara.

Después de realizar la acción de brazos, levantar la rodilla contraria al brazo que está flexionado a 90°. Una vez en esta posición, sujetando a la víctima del hombro y la rodilla, la giramos hacia nosotros.

Esperar al S.V.A. (Soporte Vital Avanzado) cambiando de lado a la víctima cada media hora.

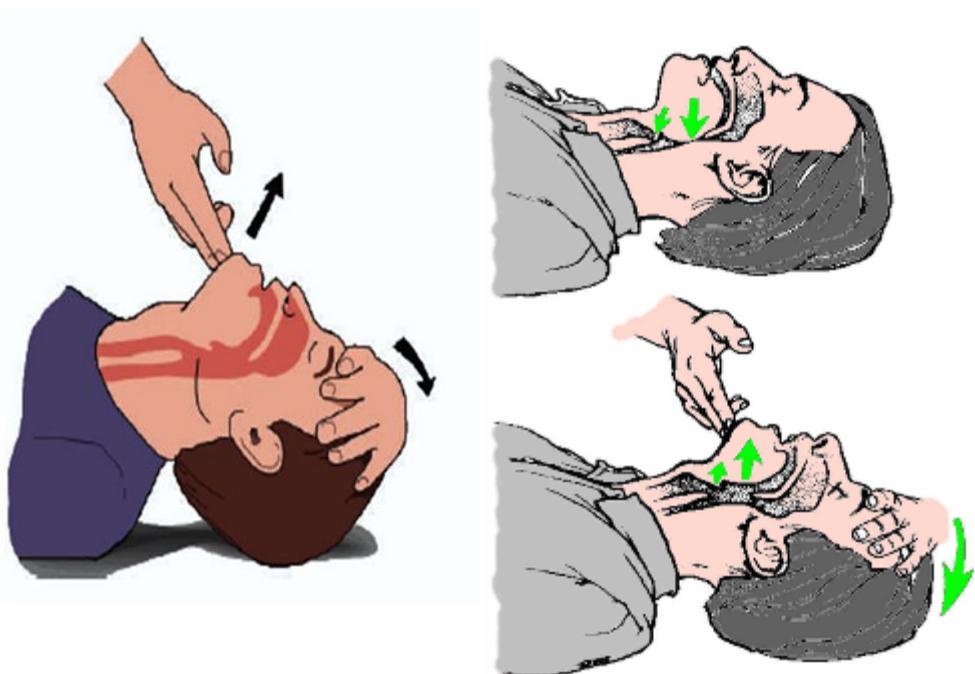


FRENTE-MENTÓN

1º Colocamos a la víctima en tendido cúbito supino.

2º Colocamos una mano en la frente y la otra, con el dedo índice y corazón, en la barbilla (mentón).

3º Llevamos la cabeza hacia atrás empujando desde la frente y levantando la barbilla para abrir las vías respiratorias.



MANIOBRA V.O.S (Ver, Oír y Sentir)

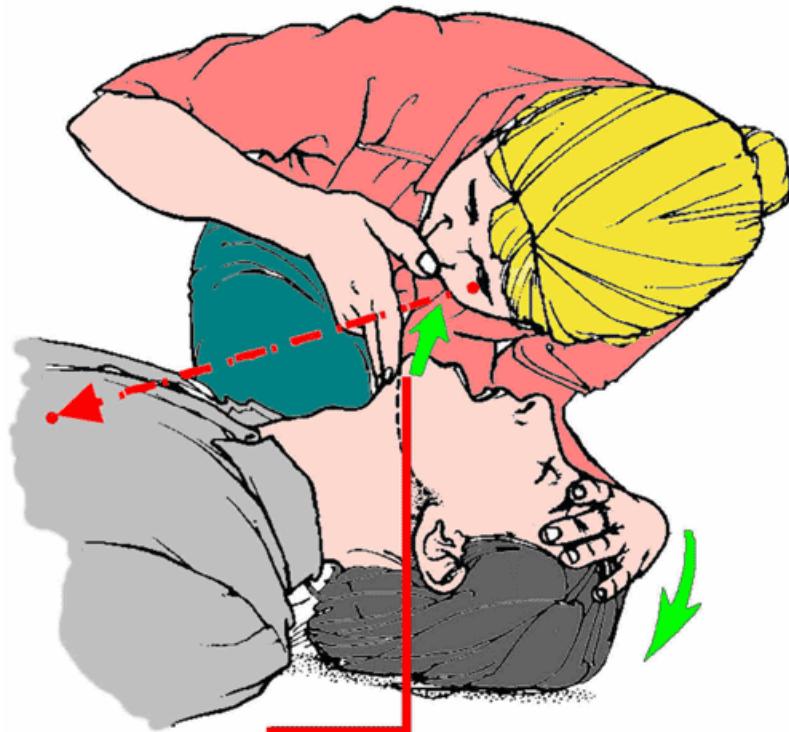
Una vez hecha la maniobra frente-mentón, colocamos nuestra oreja sobre la nariz de la víctima; de manera que:

1º Observemos si el pecho se eleva.

2º Escuchemos si la víctima respira o no.

3º Sintamos en nuestra mejilla la expulsión del aire.

*Esta maniobra se realizará durante 10 segundos, si transcurrido el tiempo comprobamos que la víctima no respira procederemos a realizarle una RCP; si respirase, situaríamos a la víctima en PLS.



RCP EN ADULTOS

Primero se coloca a la víctima en posición decúbito supino. Después, se localiza el esternón, comenzando desde la costilla hasta llegar a la unión de las mismas. A tres dedos hacia arriba de esa unión se coloca el extremo de la mano (talón). Se entrelazan las manos por encima levantándolos dedos de la mano inferior.

De rodillas, inclinados hacia adelante, ayudándonos de nuestro propio peso y los brazos extendidos se realizan 30 compresiones a 5cm de profundidad a un ritmo de 100 compresiones por minuto.

Cada 30 compresiones se realizan dos insuflaciones partiendo de frente-mentón pinzando la nariz, uniendo los labios e insuflando el aire dentro de la víctima durante 5 segundos.

En caso de que fuera una mujer embarazada se la elevaría unos 30° la cadera desde el lado derecho de esta para de esta forma provocar un desplazamiento del feto y de órganos vitales evitando mayores daños.



RCP BASICA PARA NIÑOS

Las compresiones se realizarán sobre el esternón en el centro del tórax del niño, donde se apoyara el talón de la mano, con un ritmo de 100 compresiones por minuto.

El tórax del niño debe comprimirse un tercio de su profundidad, usando una mano. Tras cada compresión dejará de hacer presión sobre el tórax, sin perder contacto entre la mano y el esternón. La compresión y la descompresión deberán durar el mismo tiempo, sin efectuar paradas.



RCP PARA LACTANTES

Colocamos al lactante en nuestro antebrazo en posición de decúbito supino y la cabeza ligeramente hacia atrás.

Sellamos la boca y nariz de la víctima con nuestra boca y realizamos dos insuflaciones de un segundo cada una, comprobando que el tórax se eleva. El aire que se insufla es el que cabe en nuestros carrillos hinchados.

Las compresiones torácicas se realizan solamente con dos dedos y hundiendo 1/3 del pecho del bebé en la zona media del esternón.



GOLPES INTERESCAPULARES

Maniobra que se realiza durante el atragantamiento de una persona, sea adulto, niño, bebé o mujer embarazada en el caso en el que llegue al grado dos en el que la tos no es efectiva.

Se realiza posicionando al atragantado de pie con el tronco inclinado hacia delante (en el caso de bebés se les situaría sobre una de nuestras manos y a los niños se les podría situar sobre las rodillas para facilitar la maniobra) mediante golpes con el talón de la mano entre las escápulas, realizando un movimiento de abajo a arriba para facilitar la expulsión del cuerpo que le obstruye las vías aéreas.

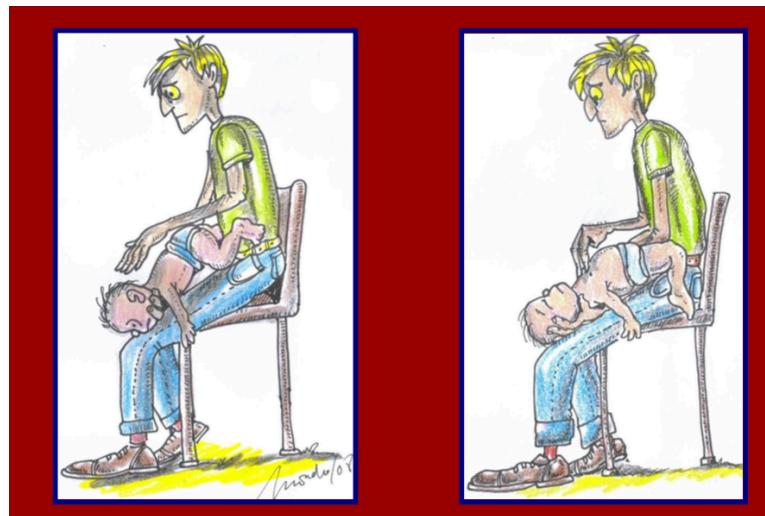
Se realizan 5 golpes interescapulares y si no se ha desobstruido se pasaría a realizar la maniobra de Heimlich.



HEIMLICH

Es una acción utilizada en casos de víctimas de ahogamiento por un agente en las vías aéreas. Esta técnica se usa después de agotar las opciones de toser y alternado con los golpes interescapulares.

- Adultos: con la víctima de pie se le debe abrazar por la espalda con los dos brazos. En esta posición se presiona con una mano cerrada y la otra recubriendo la primera, la cual se debe apoyar el puño con el pulgar sobre el abdomen y presionar hacia el centro del estómago y hacia arriba, justo por encima del ombligo y bajo las costillas de la persona. En el caso de que el asfixiado se encuentre solo, debe hacer lo mismo sustituyendo la mano por una silla con respaldo; cogerla por debajo del asiento, situar el respaldo por debajo de las costillas y empujar hacia arriba con fuerza.
- Lactantes: ¿?
- Niños: la maniobra puede realizarse como en los adultos.



BARRIDO DIGITAL

Maniobra de primeros auxilios que se realiza para retirar un cuerpo extraño de la cavidad bucal de un adulto inconsciente previamente atragantado, con el objetivo de desobstruir la vía aérea.

Se realiza solamente cuando el objeto es visible, de tal forma que, con el dedo pulgar de una mano sujetamos la lengua de la víctima y con el resto de dedos la mandíbula. Posteriormente introduciremos un dedo de la otra mano en la cavidad bucal de la víctima (generalmente el índice y a ser posible con un guante), en forma de gancho con un movimiento lateral y profundo por el lado de la mejilla contraria a donde nos encontramos.

La finalidad es despejar la vía aérea de cualquier objeto que pueda obstruirlo.

En lactantes ¿?

