

2) Aturada cardiorespiratòria

Què és

És la interrupció brusca, inesperada i potencialment reversible de la respiració i de la circulació espontània.

La reanimació cardiovascular pulmonar (RCP) bàsica és el conjunt de maniobres que s'han de fer quan s'hagi identificat que una persona està en la situació d'aturada cardiorespiratòria. Consisteix a substituir les funcions respiratòria i circulatòria quan no es disposa d'equipament específic fins que la víctima pugui rebre un tractament més qualificat.

Signes

- Inconsciència: falta de respostes a estímuls verbals i dolorosos.
- Absència de respiració: es detecta acostant la cara a la boca i al nas de la víctima, observant els moviments del tòrax i escoltant els sorolls respiratoris. Si teniu dificultats per identificar si la víctima respira, actuau com si la respiració fos ineficaç o inexistent.
- Absència de circulació: es detecta palpant els polsos centrals (batec del cor o batec carotidi, al coll).



Actuació

1. Protegiu de nous perills tant la víctima com vosaltres mateixos.
2. Determinau si la víctima reacciona (parlau-li en veu alta, pessigau-la).



3. Donau avís d'ajuda a qualche membre del centre i simultàniament telefonau al 061 i seguïu les indicacions que us hi donin.
4. Si la víctima no respon però respira, col·locau-la en la posició lateral de seguretat seguint aquest seqüència (vegeu també les imatges):
 - a) Col·locau-la ajaguda de panxa enlaire i totalment estirada.
 - b) Situau-vos al seu costat dret.
 - c) Estirau-li el braç dret.



- d) Flexionau-li el braç esquerre sobre el seu cos.
- e) Flexionau-li la cama esquerra.



- f) Girau-li el cos fent-lo rodar cap a la seva dreta fins que quedi de costat.
- g) Col·locau-li la seva mà esquerra, pel dors, davall la seva galta dreta.
- h) El cap ha de quedar igualment girat de costat per evitar que es pugui ofegar en el cas que pateixi un vòmit sobtat. La persona que socorr ha d'estar al costat dret i estirar la víctima cap a ella



La postura ha de ser estable i cal assegurar-se que el maluc i els genolls doblegats queden en angle recte. A més, la postura de la víctima ha de permetre que la via aèria continuï oberta per tal que respiri correctament i que se'n pugui comprovar periòdicament la respiració. També ha de permetre poder col·locar fàcilment la víctima de panxa enlaire si és necessari.



Si sospitau un traumatisme cranioencefàlic o de la columna vertebral, no mogueu la víctima.

5. Continuu demanant ajuda.
6. Reavaluau la situació de la víctima, és a dir, comprovau si respira normalment.
7. Si la víctima no respon i no respira, aplicau-li la RCP bàsica mentre arriben els serveis d'urgència:
 - a) Obriu-li la via aèria:
 - Col·locau la víctima de panxa enlaire totalment estirada.

- Obriu-li la via aèria fent la maniobra front-mentó: amb una mà aixecau-li el mentó i empenyeu-li el front lleugerament cap enrere (si se sospita una lesió cranial o de la columna vertebral no es pot fer aquesta maniobra):



b) Comprovau la respiració:

- Durant un màxim de deu (10) segons, observeu els moviments del tòrax i de l'abdomen, escoltau i sentiu si respira.
- Si no respira, actuau de la manera següent:

- 1) Feis-li la respiració boca a nas si té menys d'un any i la respiració boca a boca si té més d'un any; la ventilació boca a boca es fa pinçant el nas amb els dits índex i polze de la mà que subjecta el cap.
- 2) Ventilau-hi cinc (5) insuflacions i comprovau que el tòrax s'eleva.



Si sou una persona entrenada o un sanitari, valoreu els signes vitals (tos, respiració, moviments i el pols).

8. Si la víctima no presenta signes vitals:

– Feis-li un massatge cardíac:

1) Col·locau-la en un pla dur (p. ex., en terra).

2) Feis-li trenta (30) compressions toràciques: es tracta de fer compressions amb el taló d'una mà o d'ambdues damunt el terç inferior de l'estèrnum amb una força que deprimeixi un terç de la profunditat del tòrax i amb una freqüència de 100 per minut.



- Proporcioneu-li dues insuflacions d'aire.
- Continueu fent aquestes maniobres de compressió i ventilació boca a boca amb una relació de 30/2 fins que la víctima recuperi la respiració i/o els signes vitals i/o fins que arribin els serveis d'urgència.
- En el cas que la víctima recuperi la funció respiratòria i els signes vitals, continueu insuflant-li aire entre 12 i 20 insuflacions per minut.
- Avisau la seva família.

Aplicau totes aquestes recomanacions de la manera més ràpida, seqüencial i metòdica possible.

