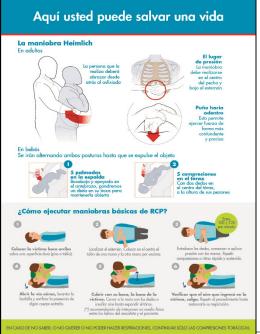
# Atragantamiento y Reanimación Cardiopulmonar (RCP)

## SALUD, SEGURIDAD Y MEDIO AMBIENTE

11 de septiembre de 2019





Gonzalo D. Rebolledo D. Gerente de Salud, Seguridad y Medio Ambiente



El Atragantamiento y los Accidentes Cardiovasculares son incidentes a los cuales estamos expuestos en nuestras estaciones de servicio. Por consiguiente, debemos estar preparados para actuar y así evitar consecuencias negativas para nuestros empleados y clientes.

Hemos entonces desarrollado un poster, el cual adjuntamos a esta comunicación, con una serie de recomendaciones relacionadas al Atragantamiento y a los Accidentes Cardiovasculares. Los invitamos a que lo instalen en el Shop, en sus oficinas, vestuarios, etc., para que este disponible tanto para el personal de la estación como para los clientes.

#### **Atragantamiento**

Afecta a personas de cualquier edad, pudiendo eventualmente llegar a causar la muerte. Se produce cuando un alimento o un objeto extraño bloquea las vías respiratorias, produciendo asfixia.

La **maniobra de Heimlich** es la técnica que se utiliza para liberar las vías respiratorias. Es una maniobra simple y fácil de aprender, la cual se realiza de la siguiente manera:

#### En adultos:

- 1. Pararse detrás del asfixiado y abrazarlo a la altura del esternón.
- 2. Realizar fuertes compresiones intermitentes con el puño hacia adentro en el centro del pecho y bajo el esternón, hasta que las vías respiratorias sean liberadas.

En bebes: se debe alternar entre las siguiente dos posturas:

- 1. Colocarlo sobre el antebrazo bocabajo y darle 5 palmadas en la espalda. Colocar un dedo en su boca para mantenerla abierta.
- 2. Después, colocarlo sobre el antebrazo pero boca arriba, y realizarle 5 compresiones con 2 dedos en el centro del tórax, a la altura de los pezones.

### Reanimación cardiopulmonar (RCP)

El RCP es una técnica que se utiliza en caso de un paro cardiorrespiratorio, en el cual se detiene la respiración y el corazón deja de latir. El procedimiento consiste en:

- 1. Colocar a la víctima boca arriba sobre una superficie dura.
- 2. Colocar en el centro del esternón el talón de una mano y luego la otra mano por encima de esta.
- 3. Entrelazar los dedos y comenzar a realizar compresiones. Repetir las compresiones a ritmo sostenido y rápido (entre 100 y 120 por minuto).
- 4. Abrir la vía aérea levantando la barbilla y verificar la presencia de algún cuerpo extraño.
- 5. Cubrir con su boca la boca de la víctima interponiendo un medio físico, cerrar la nariz con los dedos e insuflar aire hasta expandir el tórax.
- 6. Verificar que salga el aire que ingresó en la víctima.
- 7. Repetir el procedimiento hasta que la víctima restaure su respiración.
- 8. En caso de no saber, no querer, o no poder hacer respiraciones, continuar solo con las compresiones torácicas.

Es de suma importancia que todo el personal conozca y esté entrenado en estas técnicas, para así poder actuar cuando se presenten estas situaciones, no solo en la estación, sino también en la vida privada. ¡Gracias a estos procedimiento se salvan vidas!

Sigamos trabajando día a día para así poder lograr la Meta Cero Accidentes, Cero Derrames.