

FERNANDEZ FERNANDEZ, FRANCISCO JAVIER

## TAREA 4\_FOL

Després del visionat del vídeo de Creu Roja (duració 46 minuts) que pots accedir en el següent enllaç:

<https://www.youtube.com/watch?v=qkpnosf3cmy>

1. Respon a les següents qüestions:

1r) Què és el primer que cal fer en trobar a la víctima?

Lo primero que hay que hacer es pedir auxilio, es llamar a los servicios de emergencia, actuar solo si estas seguro de lo que se debe de hacer. Seguir la pauta general de Actuación; PAS (proteger, avisar y socorrer). Valoramos el entorno antes que la situación empeore, protegiendo la zona y asegurándola, luego llamando al 112 dando toda la información, como localización, personas involucradas o personas vulnerables indicando el tipo de peligro.

2n) Com actuem per a saber si està conscient?

Estimulándola hablando y sacudiéndole los hombros con cuidado, si responde es que está consciente, se le pregunta que ha pasado y después se mira si hay lesiones que pueden empeorar su estado no se mueve de sitio si no es imprescindible, si es necesario e llama al 112. Si no recibimos respuesta estimulándola la persona esta inconsciente, se grita para pedir auxilio, abriendo la vía aérea comprobando si respira no dejando a la víctima sola. Para abrir la vía aérea, se tiende a la persona inconsciente boca arriba sobre una superficie dura y plana, el cuerpo recto y brazos estirados, le aguantan la cabeza por la frente y le eleva la barbilla empujando el mentón con dos dedos.

3r) Per a col·locar en PLS, com col·loquem els braços de la víctima? i la cama contrària? I a continuació què fem?

Se le estiran las piernas a la victima y se le pone el brazo más próximo en ángulo recto con el cuerpo, se le dobla el codo y se le coloca la palma de la mano mirando hacia arriba, el dorso de la otra mano se le pone en la mejilla contraria y se mantiene en esta posición. Con la mano libre se le coge la rodilla de la pierna más alejada y se levanta hasta apoyar toda la planta del pie en el suelo, manteniendo la posición se le estira la pierna por encima de la otra girando todo el cuerpo hacia este lado. La pierna doblada se flexiona en ángulo recto para impedir que el cuerpo se desplace rodando. Para mantener vías respiratorias abiertas se inclina la cabeza hacia atrás y se mantiene con la mano que hay debajo de la mejilla vigilando la respiración. Si la victima se queda en esta posición durante 30 minutos se gira sobre la espalda y se coloca sobre el lado opuesto.

4t) Per on comença la reanimació: per les compressions toràciques o per les ventilacions aèries?

En adultos se empieza por las compresiones torácicas, compresiones en el centro del pecho.

5é) Com es realitzen les compressions? Quantes cal fer?

Se coloca el talón de una mano en el centro del pecho y el talón de la otra mano encima de la primera, se entrecruzan los dedos para no presionar las costillas teniendo cuidado de no aplicar presión en el parte superior del abdomen ni en el extremo inferior del esternón, se estiran los brazos sin flexionar los codos procurando que los hombros queden por encima del pecho de la víctima, se comprime el esternón de 3,5 a 5cms de profundidad, después de cada compresión se libera la presión del tórax sin perder contacto entre las manos y el cuerpo, se repite este movimiento 30 veces a un ritmo de unos 100 golpes por minuto, intentando poner énfasis tanto en las compresiones como en las descompresiones.

6é) Com es realitzen les compressions en lactants i en xiquets majors però no adults?

En lactantes y niños antes de hacer las compresiones torácicas se recomienda hacer 5 respiraciones, si no hay respuesta se pasa a las compresiones. En lactantes, se utiliza la punta de los dos dedos presionando el centro del tórax, evitando tocar el extremo del esternón, las costillas o el abdomen. En los niños a partir de 1 año, la compresión se hace con la base de una mano sobre el tórax y solo si el niño es mayor se hace como en un adulto. Si no se sabe hacer aplicaremos la presión y fuerza en función del tamaño del niño.

7é) En l'ennuegada, què és primordial comprovar per a determinar quines maniobres venen a continuació?

Es primordial ver si la persona tose o puede hablar, es decir, ver si hay un mínimo paso de aire.

8é) Com actuem si la víctima tus o pot parlar? En este caso hay que animar y favorecer a que continúe tosiendo para que la obstrucción desaparezca por si sola.

9é) Podemos donar-li colps si tus o pot parlar? Per què?

No, no se pueden dar golpes en la espalda porque podría mover el cuerpo extraño y obstruir del todo las vías respiratorias.

10é) Com es col·loca a l'ennuegat per a donar-li les palmades a l'esquena? Quantes cal donar?

Desde un lado y un poco detrás de la persona afectada, se le sostiene el pecho con una mano y se le ayuda a inclinarse hacia delante, con la otra mano se le dan hasta 5 palmadas fuertes en la espalda entre las escapulas o menos golpes si el objeto se expulsa antes.

## 2. EXERCICI

A continuació, et presentem un cas pràctic en el qual has de determinar les actuacions indegudes en relació a l'aplicació dels primers auxilis.

Begoña té 18 anys i estudia ceràmica en un centre de formació d'Arts Aplicades situat en un vell edifici de la ciutat. Ella i altres companys de curs s'havien quedat a la vesprada a la sala -taller de l'escola per a acabar un treball que tenien en comú. Begoña necessitava pintura blavosa per a decorar un pitxer i va anar a buscar-la a l'armari de material que estava en el distribuïdor de l'altre costat de la sala i prop de la porta d'entrada. La xica es va alçar i es va dirigir cap a allí. Javier, que estava "coladito" pels seus ossos, va aprofitar l'ocasió i la va seguir amb la mirada. Com la porta era de grans dimensions i envidrada, va continuar observant els seus moviments. Begoña estava intentat aconseguir el pot de pintura però, com estava molt alt i ella era de xicoteta alçada, no arribava a agafar-lo amb la mà. Javier seguia divertit l'escena.

No obstant això, va intuir el perill quan va veure que Begoña, amb una regla de dibuix, estava desplaçant el pot cap a fora per a fer-lo caure. Un moviment descontrolat de Begoña va fer que el pot caiguera de manera imprevista i no li donara temps per a apartar-se. Es va protegir amb la mà, però el pot va arribar a colpejar-la en el front i el nas. Després de notar l'impacte, Begoña es va posar les mans en la cara, va notar com sagnava i, espantada, es va girar cap als seus amics demanant ajuda. Javier va ser el primer a reaccionar. Es va dirigir a toda pressa cap a la porta després de la qual es trobava Begoña i, propinant-li una forta espenta, va tractar d'obrir-la. El cristall no va aguantar la sacsejada (la porta s'obria en direcció contrària) i es va partir en trossos. Un d'ells va aconseguir el braç de Javier i li va produir un gran tall. Els seus altres companys es van quedar atònits: l'espectacle era terrible. Begoña tenia la cara ensangonada i Javier estava tendit en el sòl, envoltat de cristalls i sagnant també pel braç. Van tardar uns segons en movilitzarse, però de seguida es van dirigir cap a ells per a prestar-los ajuda. Ningú sabia com actuar exactament, fins que Alberto va comentar que havia fet alguna cosa de primers auxilis i es va fer càrrec de l'assumpte. Mentre un d'ells anava a demanar ajuda per telèfon, els altres xics van instal·lar a Begoña en una cadira i, amb un drap mullat, li van netejar la cara. Van veure que no parava de sagnar pel nas. Alberto, que estava atenent Javier, els va dir que pressionaren el nas amb els dits contra el septe nasal i que la xica col·locara el cap endarrere. Ell, mentrestant, intentava detindre la sang que eixia per la ferida del braç de Javier amb un drap tacat de pintura (era el primer que havia trobat). Al cap d'uns minuts, creient que s'havia detingut l'hemorràgia, va retirar el drap, però immediatament la sang va tornar a brollar. Alberto, espantat, va decidir fer-li un torniquet i agafant un tros de camisa li va fer un embenatge molt fort per damunt de la ferida. Això va semblar que solucionava el problema, però Javier es queixava de forts dolors i formigueig a la mà del braç afectat. Van estar així fins que per fi va arribar el servei d'urgències. El metge que va atendre a Javier li va preguntar a Alberto quant temps feia que li havien fet el torniquet a l'accidentat i Alberto no va saber què respondre.

En este texto por orden de aparición Alberto hizo bien mal en mandar a mojar la cara a Begoña que sangraba por la nariz, también haciéndole que inclinara la cabeza hacia atrás, cuando es hacia adelante. Por otro lado con Javier estaban intentando detener la hemorragia de la herida de su brazo con un trapo manchado de pintura, lo cual no es higiénico porque lo infectará, debía de haber buscado algún material al menos limpio. También hizo mal retirar el trapo en unos minutos antes de que se parase la hemorragia. Aparte la aplicación de ese mal vendaje le hizo un torniquete sin tener nociones ya que lo apretó mucho pudiendo provocar daño adicional al tejido y Javier se quejaba del hormigueo y dolores en brazo y mano. El poco conocimiento de como aplicar el torniquete y no saber informar del tiempo desde que le realizó el torniquete puede ser crucial en el daño adicional que le puede causar a Javier.

En mi opinión Alberto o cualquier compañero debería de haber hecho la llamada antes de socorrer a las personas indicadas y por lo menos hubieran dado pasos adecuados y guiados por teléfono de urgencias hasta que hubiese llegado el médico.

3.- Al final del document de lliurament de la tasca pots crear un apartat sobre la participació en el fòrumfent còpia i pega de la teua participació.

El estado y la evolución de las lesiones derivadas de un accidente en el entorno laboral dependen en gran parte de la rapidez y de la calidad de los primeros auxilios recibidos. La Ley 31/95, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales (BOE nº269 de 10 de Noviembre de 1995), en el Capítulo III, artículo 20 marca como obligación del empresario el análisis de las posibles situaciones de emergencia así como la adopción de la medidas necesarias, entre otras, en materia de primeros auxilios. Entre la víctima y la atención médica especializada existen una serie de eslabones que deben ser informados, formados y entrenados para asegurar la rapidez y eficacia de la actuación frente a emergencias.

La organización de los primeros auxilios no es más que una forma de prepararse para actuar ante situaciones excepcionales. Esto requiere de un estudio a fondo tanto de la siniestralidad (accidentes e incidentes) como de los posibles factores existentes en la empresa. Sin embargo, también es necesaria la sensibilización de todas las personas en el entorno laboral. Sirvan los siguientes puntos como ejemplo de acciones para sensibilizar y así aumentar la eficacia de la actuación frente a emergencias:

- Formación en socorrismo laboral. Para conseguir el objetivo básico de los primeros auxilios es preciso disponer de personal adecuadamente formado en socorrismo laboral. Esta formación se debería dividir en tres grandes bloques temáticos: formación básica, formación complementaria y formación específica.
- Material, información sobre primeros auxilios, números de teléfono importantes y locales de primeros auxilios. Dependiendo del riesgo

existente en la empresa, del tamaño de la misma y de las facilidades de acceso al centro de asistencia más próximo, así como de la fecha de creación de los citados lugares de trabajo, se deberá procurar desde un botiquín portátil hasta una sala especial, dotando así de todas aquellas equipaciones o materiales necesarios según la peligrosidad y tamaño de la empresa.

- Todo trabajador nuevo ha de ser instruido en relación a la organización de los primeros auxilios y a la actuación que de él se espera si es testigo de un accidente.
- Se comentarán y evaluarán actuaciones reales
- Mantener un registro de incidentes y accidentes que ocurran en la empresa, con el objetivo de analizar tendencias, identificar áreas de mejora y prevenir situaciones similares en el futuro.
- Revisar y actualizar regularmente los protocolos de primeros auxilios en función de la evolución de la empresa, cambios en la normativa y la retroalimentación de situaciones de emergencia.
- Realizar simulacros periódicos de emergencia para evaluar la efectividad de los procedimientos de primeros auxilios y garantizar que los empleados estén familiarizados con las acciones a seguir y asegurar una cadena de socorro condicionando actuaciones reflejas inmediatas.
- Asegurarse de que haya acceso rápido a servicios médicos profesionales en caso de emergencia, ya sea mediante la coordinación con servicios de ambulancia locales o la ubicación estratégica de la empresa en relación con centros de atención médica.
- Fomentar una cultura de comunicación abierta donde los empleados se sientan cómodos informando sobre incidentes y compartiendo información relevante para mejorar la seguridad en el lugar de trabajo.
- Evaluar las necesidades específicas de la empresa y adaptar los planes de primeros auxilios en consecuencia.