

## Entrega tema 4 – Formación y Orientación Laboral



### 1. Respon a les següents qüestions:

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

El primer que farem es seguir els principis PAS (Protegir, Avisar i Socórrer), començant per protegir tant a la víctima com a nosaltres per tal de previndre nous accidents.

2) Com actuem per a saber si està conscient?

Estimulant a la víctima i sacudint-la pels muscles. Si respon, està concient.

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

El braç més pròxim en angle recte amb el cos i la palma de la mà cap amunt. El revers de l'altra mà es fica a la galta contrària. S'alça la cama contrària, flexionant el genoll fins recolzar la planta del peu. Mantenint la posició tirem de la cama per damunt de l'altra i girem a la víctima col·locant-la en PLS (la cama en angle recte per evitar que la víctima rode). Per tal de mantindre les vies respiratòries obertes s'inclina el cap cap arrere i es manté amb la mà que hi ha debaixo de la galta. Després cal cridar al 112 i vigilar que la víctima continua respirant.

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

En adults es deu començar per les compressions toràciques.

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

Es col·loca el taló d'una mà al pit i el taló de la segona damunt de la primera. Es creuen els dits per tal de no pressionar les costelles i no aplicant pressió a la part alta de l'abdomen o la part baixa de l'esternó. S'estiren els braços procurant sense flexionar els colces, procurant que els muscles queden per damunt del pit de la víctima. Es comprimeix l'esternó uns 3-5cm de profunditat. Cal fer unes 30 compressions a una velocitat d'uns 100 colps/min.

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

Es deu començar per 5 respiracions, seguides (en cas de que no responga) de compressions realitzades amb els rovellons de dos dits pressionant el tòrax. En xiquets majors d'un any, però no adults es deu fer amb la base de la mà al tòrax i en els més majors es pot fer com en un adult.

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

Saber si la persona tus o pot parlar.

8) Com actuem si la víctima tus o pot parlar?

Animant-la a que continue tossint.

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


No. Perquè es podria menejar el cos estrany i obstruir les vies del tòt.

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

Inclinant-la cap a davant i ficant-li una mà al pit per a sostindre-la. Cal donar 5 palmades.




## **2. Exercici:**

### **Actuacions indegudes:**

- 1- Javier no va mantindre la calma i al tractar d'ajudar a Begonya, va patir un accident.
- 2- Alberto assumint el control sense tindre idea.
- 3- Menejar a Begonya després d'un traumatisme i pressionar contra el septe nasal i ficar-li el cap cap endarrere. 
- 4- Detindre el sagnat d'una ferida amb un drap tacat i retirar el drap.
- 5- Fer un torniquet sense tindre idea i sense indicar que la víctima té un torniquet i l'hora exacta de la pràctica.

## **3. Participación en el foro:**

Desde el departamento de Prevención de la empresa se proponen las siguientes medidas para que los primeros auxilios estén al alcance de todos y puedan realizarse por todos:

- 1- En primer lugar, realizar un análisis de las posibles situaciones de emergencia inherentes a la actividad de la empresa y adaptar el plan de actuación a dichas emergencias. 
- 2- Todos los trabajadores recibirán formación general en primeros auxilios, así como formación específica para cada puesto de trabajo y sus riesgos concretos. 
- 3 – Se designarán responsables que, en caso de emergencia, serán los encargados de guiar al resto. Deberá haber suficientes responsables por grupo de trabajadores. Y su posición será de dominio público (todos sabrán quiénes son). 
- 4- Se realizarán simulacros periódicos para mantener al personal formado ante situaciones “reales”.
- 5- Si la empresa tiene más de 50 trabajadores o más de 25 trabajadores(cuando se desarrollen actividades peligrosas) deberá existir en la misma una sala habilitada y destinada para la atención de primeros auxilios. Dicha sala estará debidamente señalizada.
- 6- Deberá existir al menos un botiquín de uso común y que se revisará periódicamente. Los materiales y las herramientas del mismo se repondrán según se usen o caduquen. Cada uno estará debidamente señalizado.
- 7- Así mismo, deberá asegurarse la facilidad de acceso al centro por parte de los servicios de emergencias.
- 8- En las zonas de mayor tránsito se establecerán tableros informativos con instrucciones claras y visibles en caso de emergencia, así como listados con números de emergencia.