

Si sospechas de golpes del nivel de clavícula hacia arriba, sólo debes **ABRIR LA BOCA**.



Si observas algún objeto en la boca realiza una maniobra de barrido, usando tu dedo índice en forma de gancho o J tratando de retirar el objeto.
(Recuerda usar tu equipo de protección).

BUENA VENTILACIÓN

Para saber si un paciente respira aplica la técnica de **VOS**, que quiere decir:

Veo, **O**igo y **S**iento si respira

Coloca una mano en el tórax, en el apéndice xifoides (a la altura del esternón), para sentir al diafragma, que es el músculo que te permitirá ver si respira. Acerca la oreja, a la nariz del paciente, observando hacia su pecho, y contando cinco segundos, con esto puedes apreciar si el paciente respira.



CIRCULACIÓN

Con el dedo índice y el dedo medio, busca el cartílago cricoides conocido también como la manzana de Adán en el cuello.

Si el paciente no tiene pulso y no respira inicia la maniobra de Reanimación CardioPulmonar (RCP) siempre y cuando cuentes con los conocimientos.



Teléfonos de EMERGENCIA

SECRETARÍA DE PROTECCIÓN CIVIL
• 56 83 22 22
EMERGENCIAS DE LA CIUDAD DE MÉXICO
• 911



SECRETARÍA DE PROTECCIÓN CIVIL

Abraham González 67,
col. Juárez,
cel. Cuauhtémoc,
C.P. 06600, Ciudad de México.

Descubre más en:



www.proteccioncivil.cdmx.gob.mx

@spccdmx

/ spccdmx

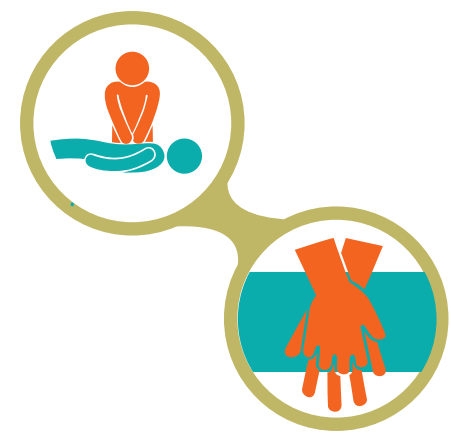
@proteccioncivil_cdmx

Este programa es de carácter público, no es patrocinado, ni promovido por partido político alguno y sus recursos provienen de los impuestos que pagan todos los contribuyentes. Está prohibido el uso de este programa con fines políticos, electorales, de lucro y otros distintos a los establecidos. Quien haga uso indebido de los recursos de este programa en la Ciudad de México, será sancionado de acuerdo con la ley aplicable y ante la autoridad competente.

PRIMEROS AUXILIOS

Tu ayuda puede salvar una vida

SOPORTE VITAL BÁSICO



1

¿Qué son los Primeros Auxilios?

Son procedimientos terapéuticos no profesionales urgentes aplicados a una víctima de accidente o enfermedad repentina, en tanto llega el tratamiento especializado.





IMPORTANTE:

Si no sabes qué hacer no enfrentes ninguna situación de riesgo.

Para la atención médica pre hospitalaria es indispensable contar con **equipo de protección**:



Lentes de seguridad



Cubrebocas

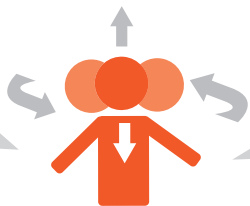


Guantes de látex

1

IDENTIFICA SI EXISTE ALGÚN RIESGO EN EL ENTORNO, de eso puede depender tu vida.

Vista panorámica del lugar



Detectar algún olor

- Necesitas saber qué **tipo de situación** se presenta.
- Qué **tipo de lesiones** tiene la persona:
Trauma como: caída, atropellamiento.
Situación clínica: convulsiones, infartos.

Revisa si cuenta con su tarjeta de seguridad.

2

SOLICITA AYUDA, pide a la persona próxima a ti que marque al 911.

Debe proporcionar la siguiente información:

¿Qué fue lo que pasó?
¿Cuántas personas involucradas hay?
¿Qué lesiones aparentes observa?
Nombre completo y ubicación lo más precisa posible, algún punto de referencia. No se debe colgar hasta que la persona que atiende la llamada lo indique.



SOPORTE VITAL BÁSICO



Es la atención médica pre hospitalaria inmediata para los personas con enfermedades o lesiones que ponen en riesgo su vida.

3

PROPORCIONA LOS PRIMEROS AUXILIOS

Evaluación del estado de conciencia (AVDI)

A

Alerta

Al momento del primer contacto con el paciente, generalmente reaccionará de forma automática y responderá de forma verbal. Esto indica que se encuentra alerta, por lo tanto está consciente, respira y tiene pulso.

V

Voz

Se busca hacer contacto verbal, hablando firme y alto. ¿Me escuchas?, ¿te encuentras bien?, se puede incluso colocar la mano en el hombro del paciente y mover con firmeza revisando si reacciona al estímulo verbal.

D

Dolor

Ejerce presión sobre un músculo, no sobre hueso, podría existir una lesión ósea.

I

Inconsciente

Si el paciente no está alerta y no responde a la voz, ni al dolor, no debes tratar de despertarlo por otros medios, revisa si respira y tiene pulso.

Si está inconsciente realiza el protocolo ABC (paciente boca arriba) (verificar si está respirando y tiene pulso)

ABRIR VÍAS AÉREAS

Asegúrate que no se encuentren obstruidas.

La principal maniobra y más sencilla para abrir una vía aérea es la siguiente: Inclina su cabeza y levántala de la barbilla, coloca dos dedos en la frente del paciente, y dos dedos por debajo de la barbilla y deslízala.

