



**Nombre del alumno:**

Elizabeth Guadalupe Espinosa López

**Nombre del profesor:**

Lic. Jezabel Ivonne Silvestre Montejo

**Licenciatura:**

3er. Cuatrimestre Enfermería Escolarizada

**Materia:**

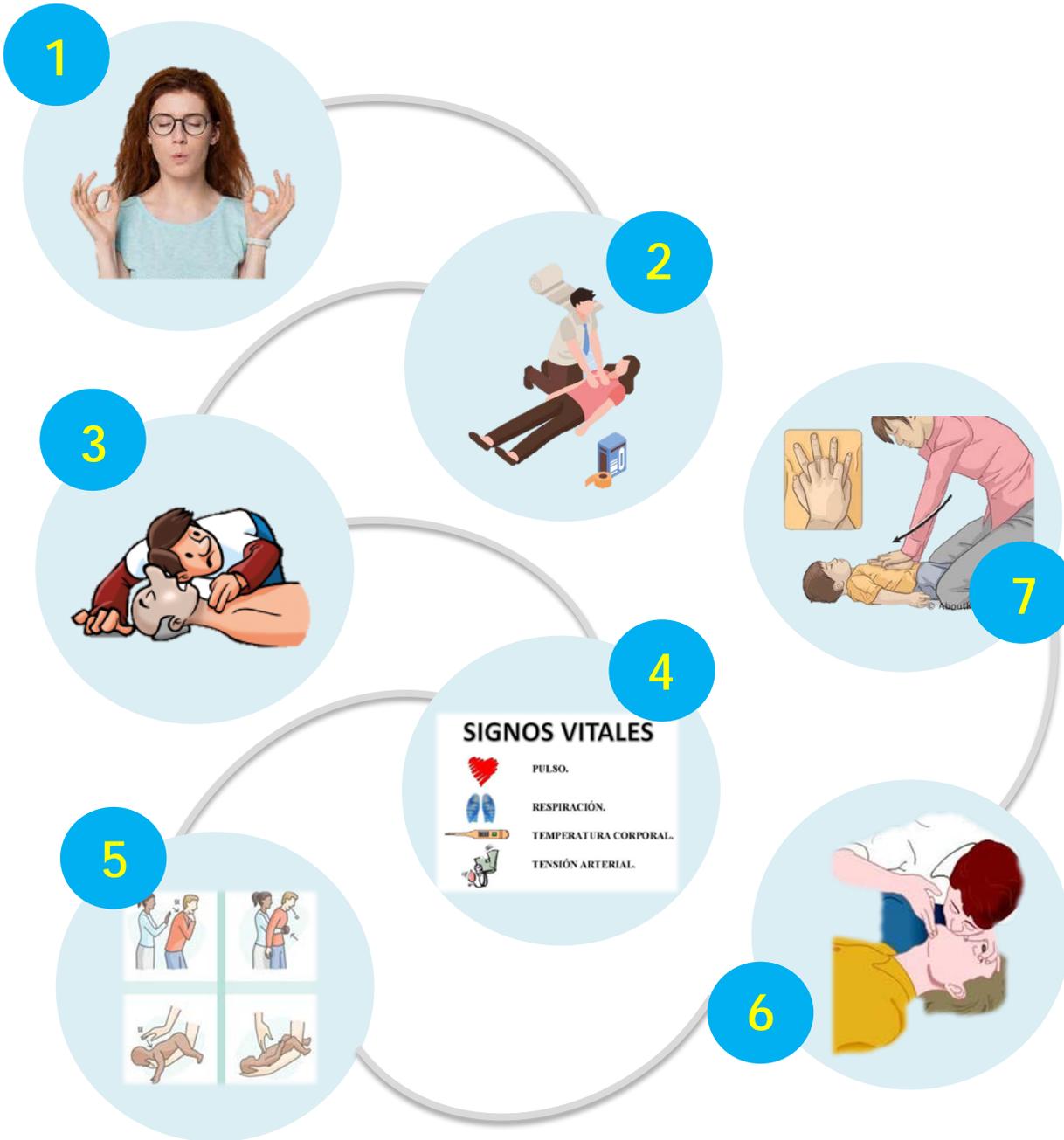
Ingles III

**Nombre del trabajo:**

Ensayo del tema:

“Cartel Primeros Auxilios”

# PRIMEROS AUXILIOS



1. **Contrólate:** Debes mantener la calma para actuar rápido y brindar mejor ayuda.
2. **Seguridad personal:** Asegurarte que tu alrededor se encuentre fuera de peligro.
3. **Evalúa al lesionado:** Verifica el estado del paciente, luego tómalo de los hombros, agita levemente y pregunta si se encuentra bien.
4. **Signos vitales:** Cuenta los latidos, las pulsaciones, respiraciones y multiplica por 3.
5. **Asfixia:** Provocada por ingesta de un alimento u objeto extraño.
6. **Respiración salvamento:** Se aplica cuando la respiración se encuentra obstruida, debes insuflar cada 5 segundos, 12 veces por minuto.
7. **Reanimación Cardio pulmonar (RCP):** En caso de paro respiratorio, se trata de una combinación de respiraciones y compresiones torácicas. Coloca una mano sobre otra y presiona sobre el tórax con los brazos recto, debes hacer 30 compresiones y 2 ventilaciones.