



Nombre de la alumna: Gabriela Cruz Escobar

Materia: prácticas profesionales

Carrera: Lic. En enfermería

Nombre del docente : Ariadne Danahe Vicente Albores

Trabajo : infografía de ahogamiento

# ¿Cómo actuar ante un ahogamiento en el agua?

Cada año, cientos de personas fallecen ahogadas en las playas, ríos o piscinas de nuestro país. Saber cómo actuar si alguien está en una situación de peligro dentro del agua puede ayudar a salvar su vida.

## RECUERDA LA CONDUCTA "PAS":



### PROTEGER:

Por este orden: a ti mismo, al accidentado y haz segura la zona del accidente.



### ALERTAR:

Da aviso al 112.



### SOCORRER:

Inicia la asistencia a la víctima.

## PASOS A SEGUIR ANTE UN AHOGRAMIENTO:

**1. SI LA PERSONA ESTÁ INCONSCIENTE EN EL AGUA O EN LA ORILLA: ALÉJALA DEL AGUA, SITUÁLA BOCA ARRIBA Y DESPEJA SUS VÍAS AÉREAS (NARIZ Y BOCA).**

**2. COMPRUEBA SI RESPONDE A ESTÍMULOS:**



AUDITIVOS



TÁCTILES



DOLOROSOS

✓ **SÍ RESPONDE:** avisa al 112 y espera las instrucciones del profesional sanitario.

✗ **NO RESPONDE:** pide ayuda a otras personas, avisa al 112 y continúa con los siguientes pasos.

**3. COMPRUEBA SI RESPIRA, ABRIENDO SUS VÍAS AÉREAS MEDIANTE LA MANIOBRA FRENTE-MENTÓN.**

✓ **SÍ RESPIRA:** colócala en Posición Lateral de Seguridad, comprueba continuamente que sigue respirando y espera a los servicios de emergencia.

✗ **NO RESPIRA:** llama al 112 (si no lo has hecho ya) para que te informe de dónde encontrar un Desfibrilador Semiautomático (DESA).

### INICIA LAS MANIOBRAS DE REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR (RCP):



**1.** Realizar 5 ventilaciones boca a boca.

Cómo realizar las ventilaciones correctamente:

- Mueve la cabeza con la maniobra frente-mentón.
- Pinza la nariz con los dedos pulgar e índice.
- Sella su boca con la tuya.
- Llena sus pulmones con aire que le exhales durante un segundo y observa cómo el tórax se eleva.
- Deja que los pulmones se vacíen, despinzando la nariz (menos de un segundo).
- Repite.



**2.** Masaje cardíaco a un ritmo de 110 compresiones por minuto.



**3.** 30:2 Tras aplicar 30 compresiones, para y realiza 2 ventilaciones boca a boca.



**4.** Mantén el ciclo de 30:2 hasta que estés agotado y alguien te dé el relevo, la víctima responda o llegue la ayuda.

Si llega un DESA, tras encenderlo sigue los pasos que te indique.

**RESUMEN: NO RESPONDE → NO RESPIRA → 112 → 30:2**