

Emergencias por Sobredosis

¿Qué hacer hasta que llegue la ayuda?

Cuando hay signos de sobredosis de opioides, hay que tomar una acción inmediata para salvar la vida. Los pacientes y sus parientes y amigos cercanos deben saber cuándo llamar para pedir ayuda de emergencia y qué hacer mientras esperan a que llegue la ayuda. Mantenga la siguiente información en un lugar accesible, donde siempre la pueda encontrar.



¿Puede despertar a la persona?

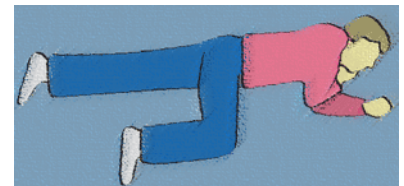
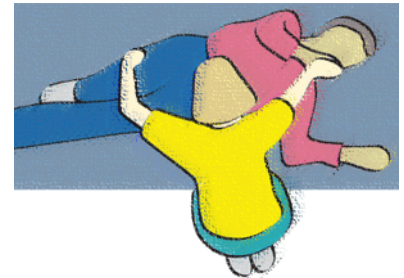
Grite su nombre, pellízquela la oreja, o frote sus nudillos en el centro del pecho de la persona.

- Si la persona no responde en lo absoluto, **¡pida ayuda de emergencia inmediatamente!**
- Mientras usted espera que llegue la ayuda...
 - > Si la persona está respirando, colóquela en la *Posición de Recuperación*
 - > Si no está respirando, comience la *Reanimación Respiratoria*.
 - > Si no hay pulso, empiece la *RCP* (Resucitación cardiopulmonar).



Posición de Recuperación

- Incline suavemente la cabeza de la persona hacia atrás para que pueda respirar más fácilmente.
- Estire las piernas y dele la vuelta a la persona para que esté frente a usted.
- Coloque el brazo inferior para que esté en un ángulo recto con su cuerpo y dóbleselo hacia arriba por el codo.
- Coloque el otro brazo sobre el pecho de la persona y póngale su mano bajo la mejilla para que ayude a sostener la cabeza.
- Agárrelo justo arriba de la rodilla, coloque la pierna superior hacia usted hasta que esté de lado.
- Finalmente, coloque la pierna superior en ángulo recto para evitar que se dé toda la vuelta.
- Asegúrese de que la mano de la persona esté sosteniendo su mejilla y la cabeza esté inclinada hacia atrás para facilitar la respiración. Verifique que no tenga nada en la boca como goma de mascar, comida, o vómito.
- Permanezca con la persona hasta que llegue la ayuda.
<Practique la Posición de Recuperación con un amigo o pariente.>





PRECAUCIÓN: Los pasos para salvar vidas que se presentan a continuación son para su información y usted debe obtener la capacitación para hacerlo correctamente. Este servicio está disponible en todos los centros de la Cruz Roja alrededor del mundo y en los EEUU. La Asociación Americana del Corazón también ofrece clases de RCP (Resucitación cardiopulmonar). Estas organizaciones aparecen en el Internet o en su directorio telefónico local.

Reanimación Respiratoria en los Adultos

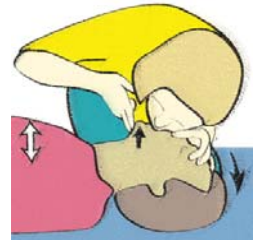
¿Está respirando la persona?

- Coloque a la persona de espaldas.
- Incline suavemente la cabeza hacia atrás para abrir las vías respiratorias (presione la frente y sostenga la barbilla para mantener la cabeza hacia atrás).
- Asegúrese de que no tenga nada en la boca como goma de mascar, comida o vómito.
- Acérquese para verificar que haya sonido de respiración. Ponga su mejilla junto a la boca de la persona y fíjese si respira.



Si **no hay respiración**, usted tendrá que realizar la reanimación respiratoria boca a boca. De lo contrario, la persona puede sufrir daños cerebrales

- Para la reanimación respiratoria boca a boca, en primer lugar apriétele la nariz con su dedo pulgar y el índice.
- Selle bien el área de los labios de la persona con su boca y exhale constantemente hasta que se eleve el pecho. Luego, retire su boca dejando que el pecho se hunda nuevamente.
- Repita la respiración, dando 1 respiración cada 5 segundos. Siempre mantenga la cabeza de la persona inclinada ligeramente hacia atrás dejando las vías respiratorias abiertas.



RCP (Compresión Torácica o 'bombeo' y la reanimación respiratoria) en Adultos

Si la *respiración y los latidos del corazón se detienen*, no hay pulso y la RCP (resucitación cardiopulmonar) puede mantener a la persona con vida hasta que llegue la ayuda.

- En primer lugar, dar dos (2) reanimaciones respiratorias (ver más arriba).
- Coloque el talón de una mano en el esternón en el centro del pecho y ponga la otra mano encima, bloqueando sus dedos para que estén juntos.
- A continuación, mantenga sus hombros por encima del centro del pecho de la persona, los brazos extendidos y presione el pecho hacia abajo aproximadamente dos (2) pulgadas. Rápidamente deje de presionar, manteniendo sus manos donde se encuentran.
- Realice 30 bombeos torácicos rápidamente hacia abajo y luego hacia arriba por cerca de 20 segundos, seguido por 2 reanimaciones respiratorias. Repita el ciclo hasta que llegue la ayuda.
- Si el corazón de la persona comienza a palpitar y su color normal regresa, deje de presionar el pecho pero continúe todavía con la reanimación respiratoria a menos de que ya se haya despertado.



Si usted no ha recibido capacitación en reanimación respiratoria, o no puede hacerlo por algún motivo, usted debe seguir presionando rápidamente varias veces el pecho.

Esto es lo que se conoce como "RCP Sólo-con-Manos."

