



PROGRAMA DE CARDIO PROTECCIÓN

OBJETIVO

- ♡ Promover la creación de espacios cardio protegidos en las empresas.
- ♡ Incrementar la protección y la tranquilidad en los espacios de trabajo.
- ♡ Asistir y capacitar para situaciones de emergencia.
- ♡ Contribuir a construir una cultura del cuidado.

ETAPAS DEL PROGRAMA

- ① Solicitud y planificación.
- ② Relevamiento y evaluación técnica, supervisión de lugares de colocación de DEA y entrenamiento de personal asignado.
- ③ Verificación de instalación de DEA; simulacro y evaluación.
- ④ Entrega de certificados.

SIMPLE

Convertí la empresa en un espacio cardio protegido y comencemos juntos el Programa de Cardio Protección de Experta ART.

INSCRIPCIÓN Y/O CONSULTAS

Área de Capacitación: capacitacion@experta.com.ar



SALVAR VIDAS ESTA EN TUS MANOS

¿QUÉ ES RCP?

RCP es un procedimiento simple a través del cual se multiplican las posibilidades de salvar la vida de una persona que ha tenido un paro cardíaco.

En cualquier momento y lugar podés encontrarte con una situación extrema en donde la vida de otra persona se encuentre en peligro. Podés ayudarlo y salvarlo, si tenés la información y capacitación necesaria. Es fundamental que sepas CUÁNDO y CÓMO intervenir.

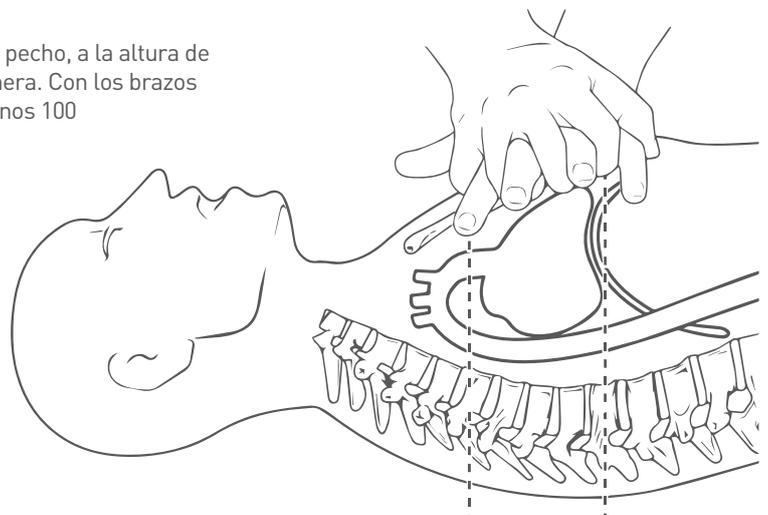


¿CUÁNDO REALIZAR RCP?

Si estás en presencia de una persona que posee dificultades para respirar, pérdida de conocimiento e imposibilidad para moverse y hablar, lo primero que debes hacer es llamar a una ambulancia. En Argentina el número de emergencias médicas es el 107. Escuchá atentamente las indicaciones que el operador te dé por teléfono, serán de gran ayuda para los primeros momentos del auxilio. Luego deberás empezar con las maniobras de reanimación cardiopulmonar, hasta que la ambulancia llegue al lugar.

¿CÓMO HACER LAS MANIOBRAS DE RCP?

- 1 Descartá la existencia de algún riesgo evidente al acercarte a la víctima (choque eléctrico, intoxicación por gases, vehículos circulando, violencia, etc.). En el caso de que exista, debés salir y esperar a que actúe el personal especializado sobre el peligro.
- 2 Evaluá el estado de conciencia de la víctima. Tomá a la persona de los hombros y, con una leve sacudida, mirá si respira normalmente y preguntale en voz alta:
¿Me escuchás? ¿Cómo te sentís?
- 3 Observá si la persona respira con normalidad. Fijate si se mueve el pecho con cada respiración.
Si no respira comenzá con la RCP.
- 4 Colocá el talón de una de tus manos en el centro del pecho, a la altura de las tetillas. Poné tu otra mano por encima de la primera. Con los brazos rectos comprimí fuerte y rápido a un ritmo de, al menos 100 compresiones por minuto y a una profundidad de 5 centímetros.
- 5 Seguí realizando compresiones hasta que la persona se recupere o llegue la ambulancia.
Si te cansás o no podés continuar, cambiá con otra persona la realización de compresiones.





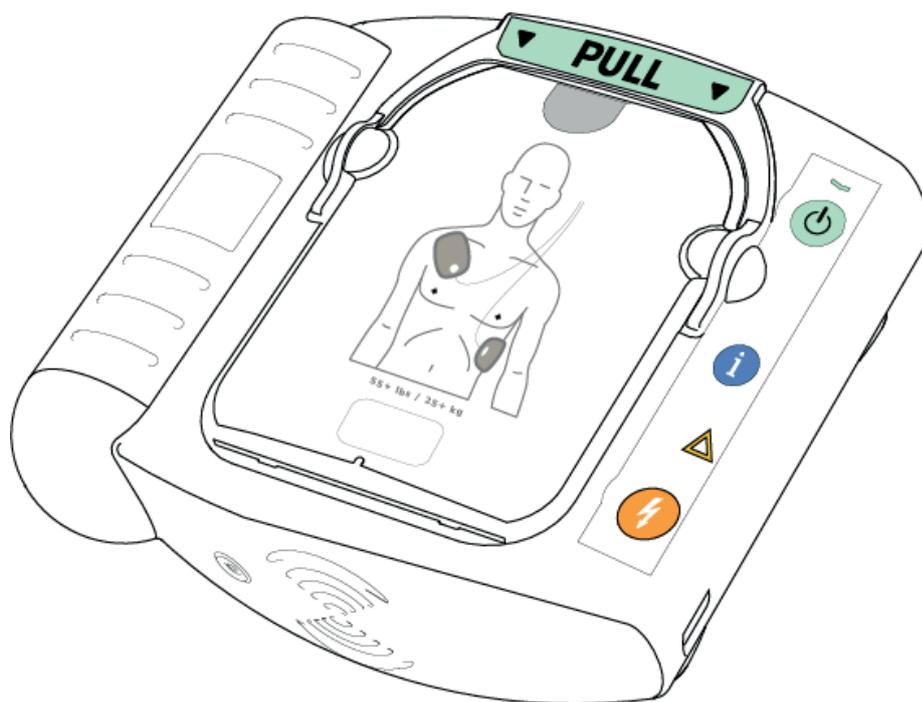
USO DEL DESFIBRILADOR EXTERNO AUTOMÁTICO (DEA)



Los DEA son aparatos electrónicos inteligentes que dan una descarga eléctrica al tórax para tratar de devolver el ritmo normal al corazón. Cuanto más rápido se administre esta descarga, más posibilidades de sobrevivir tendrá la persona. Como los DEA solamente dan esa descarga cuando la persona la necesita, son seguros como para que todos podamos usarlos aún con poco o ningún entrenamiento. Si tenés un DEA cerca, simplemente encendelo y seguí las órdenes del aparato. No te preocupes si no es necesario, ya que NO hará la descarga.

PASOS PARA LA UTILIZACIÓN DEL DEA

1. Encendé el DEA.
2. Seguí las indicaciones que te dará el aparato.
3. Colocá los electrodos en el pecho desnudo de la persona tal como indica la figura.
4. No toques a la persona. Permití que el aparato analice para determinar la necesidad de dar una descarga.
5. Si es necesario, el aparato te pedirá que presiones el botón de descarga.
6. Luego de la descarga, retomá la RCP. Cada dos minutos, el DEA le pedirá que no toque a la persona para analizar nuevamente el ritmo y determinar la necesidad de otra descarga.



CONSEJO

La mejor estrategia para evitar la muerte súbita es prevenir las enfermedades cardíacas corrigiendo los factores de riesgo que las desencadenan como por ejemplo: fumar, tener presión arterial alta, obesidad, estrés, diabetes, o colesterol elevado, no hacer actividad física o comer alimentos poco saludables.

Es recomendable hacerse los chequeos médicos anuales para prevenir y/o tratar con anticipación la enfermedad.