

EMERGENCIA MÉDICA

QUÉ ES

Una emergencia médica es cualquier lesión o enfermedad aguda que presenta un riesgo inmediato para la vida de una persona o un problema de salud a largo plazo. No puede predecir los accidentes o las enfermedades, pero puede prepararse para una emergencia médica.

Las emergencias médicas pueden ocurrir sin anticipación o pueden ser un impacto secundario de virtualmente cualquier otra catástrofe abordada en esta Guía de Respuesta en caso de Emergencia en la Comunidad.

Algunos ejemplos de emergencias médicas son: dificultad para respirar, desmayo, dolor o presión en el pecho, hemorragia sin control, sangre al toser o vomitar, dolor grave y repentino, envenenamiento o lesiones graves, por ejemplo fracturas, laceraciones, quemaduras o heridas punzantes.

TÉRMINOS CLAVE

- ▶ **RCP** es la abreviatura de reanimación cardiopulmonar. La RCP es un procedimiento de emergencia por el cual se hace trabajar al corazón y los pulmones mediante la opresión del pecho a la altura del corazón y el envío forzado de aire a los pulmones. Se usa para mantener la circulación cuando el corazón dejó de bombear por sí solo. Muchas organizaciones de la comunidad ofrecen cursos de RCP.
- ▶ El curso de **primeros auxilios** es un curso de tratamiento básico de las lesiones y capacidades para salvar vidas que muchas organizaciones comunitarias ofrecen.
- ▶ Un **desfibrilador externo automático** (DEA) es un equipo portátil que controla el ritmo cardíaco y puede enviar una descarga eléctrica al corazón tratando de recuperar el ritmo normal.
- ▶ El **Registro de vida** es un formulario que se adhiere a la puerta del refrigerador y da al personal de emergencias información médica y de contacto para emergencias de vital importancia en caso de que usted no pueda dar esa información por sí mismo.

QUÉ HACER

Antes (Preparación/Mitigación)

- ❑ Sepa cómo llamar o enviar un mensaje de texto al 911.
- ❑ Conserve un kit de primeros auxilios bien equipado en su casa, trabajo y automóvil.
- ❑ Arme una lista con los contactos de emergencia.
- ❑ Arme una lista con los trastornos médicos y los medicamentos y llévela siempre con usted.
- ❑ Complete un Registro de vida (File of Life) y colóquelo en la puerta del refrigerador.
- ❑ Conozca los signos de advertencia de las emergencias médicas.
- ❑ Participe en entrenamientos, por ejemplo RCP, primeros auxilios, soporte vital básico (SVB) o Detén la hemorragia para estar preparado para una emergencia.

Durante (Respuesta)

- ❑ Conserve la calma y llame al 911. Si recibió el entrenamiento adecuado, inicie RCP (reanimación cardiopulmonar), o respiración boca a boca, si fuera necesario.
- ❑ Si cree que tiene una emergencia médica, busque atención médica de inmediato.
- ❑ Reúna la mayor cantidad de información posible sobre la circunstancia y llame al 911. Siga detenidamente las instrucciones del operador. Permanezca en la línea hasta que el operador le diga que puede cortar.
- ❑ Si tiene poco tiempo para hablar con el operador, asegúrese de compartir su dirección y problema médico en primer lugar.
- ❑ Llame si puede, si puede; de lo contrario, envíe un mensaje de texto. Siempre es preferible llamar al 911, ya que es una mejor manera de intercambiar información.

Después (Recuperación)

- ❑ Revise toda su documentación para asegurarse de que su contacto de emergencia e información médica estén actualizados.
- ❑ Instruya a otros en sus redes de contacto a fin de estar mejor preparados como comunidad.