

Preparats per a les contingències

Dissortadament, els accidents més variats amb afectació respiratòria i pròpiament els problemes cardiovasculars no són un fet aïllat. I quan es produeix una situació crítica, l'actuació ràpida resulta imprescindible. Ha salvat moltes vides. Per això els coneixements en reanimació cardiorespiratòria i en l'ús del desfibril·lador són indispensables. Ens acostem a aquesta realitat des de tres plans: la supervivència viscuda en primera persona, l'expert en formació i el pla del Col·legi per facilitar-la a tots els col·legiats.



*Cristian Vallvé, col·legiat 13739

Immediatament, amb l'ajuda d'una altra persona, fins a l'arribada de l'ambulància que alguna altra persona es va encarregar d'avisar, vam passar a aplicar-li la reanimació cardiopulmonar (RCP), a la qual el seu cos va respondre positivament.

Un cop el personal sanitari de l'ambulància es va fer càrrec de la situació, nosaltres la vam deixar a les seves mans i ens van dir que gràcies a la nostra intervenció li havíem salvat la vida".

Els accidents més inesperats, en el moment i el lloc menys versemblants, ens obliguen a estar alerta sempre. Només una actuació adequada tindrà un resultat feliç. Com el cas que descrivim, explicat per la nostra companya Gemma Arija.

porc i se n'havia empassat una que li obstruïa la via respiratòria.

Després d'identificar-me com a persona capacitada, vaig decidir aplicar la maniobra de Heimlich. Però no va funcionar... Com a conseqüència de la impossibilitat de respirar, la dona va caure rodona al terra sense consciència.

L'EXPERT

CRISTIAN VALLVÉ*

La mortalitat per malalties cardiovasculars és la primera causa de mort a

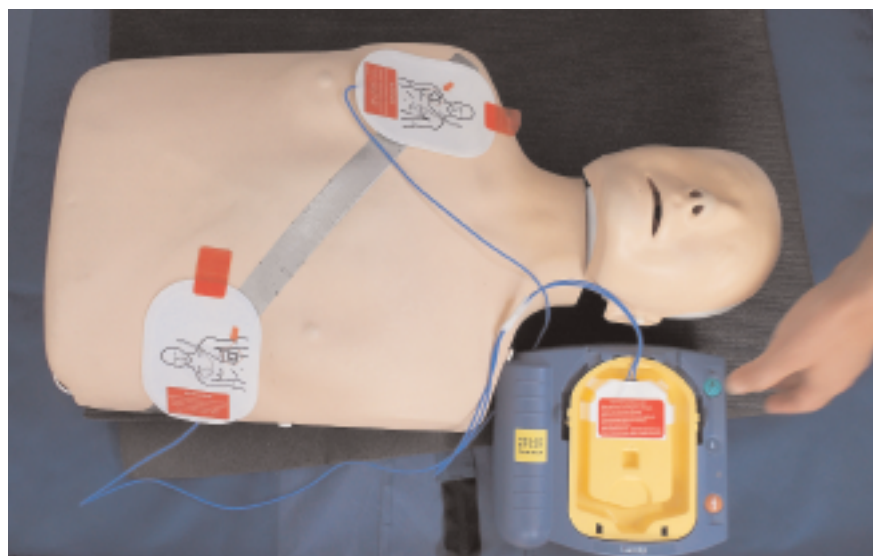
UN DELS MOLTS CASOS DE REANIMACIÓ

GEMMA ARIJA

Col·legiada 8635

"Durant les vacances d'estiu de l'any passat, el 2011, mentre gaudia de la piscina al càmping, de sobte vaig notar una situació de pànic i una multitud de gent a prop del supermercat, ahora que el socorrista sortia corrent cap a la botiga. Jo també vaig decidir anar a veure què hi estava passant, per si podia ajudar.

La situació era concretament que la botiguera no podia respirar. Segons el socorrista estava menjant cotnes de





Espanya, diàriament moren unes 90 persones, defuncions que serien evitables activant correctament la cadena de supervivència, és a dir, el conjunt d'actes que d'una manera precoç i ordenada aconseguen el màxim de supervivència amb el mínim de seqüeles.

Parlem de DESA i no solament de DEA

Una aturada cardiorespiratòria és la interrupció brusca, inesperada i potencialment reversible de la funció del cor i de la respiració. Això comporta que el cervell es queda sense subministrament d'oxigen i, per tant, que comença a morir-hi teixit cerebral. Si una persona entra en aquest estat, la mort és imminent. Per tant, necessita intervenció immediata per mitjà de maniobres de reanimació cardiopulmonar (RCP).

Segons el doctor Pere Lanau i Fuster, cap de base del SEM de Vilanova i la Geltrú i cap dels serveis mèdics del Comitè Paralímpic Espanyol, "cada minut que ens endarrerim en les maniobres de ressuscitació, les possibilitats de supervivència disminueixen un 10%, però en canvi, amb una aplicació correcta de les maniobres de reanimació cardiopulmonar i la implantació del DESA (desfibril·lador extern semiautomàtic), les possibilitats de supervivència augmenten exponencialment". Això explica, lògicament, la conveniència que hi hagi com més

agents capacitats millor per actuar en aquestes situacions i que puguin utilitzar aquest aparell semiautomàtic.

Els continguts

Per aplicar correctament aquestes tècniques i poder utilitzar el DESA, existeix una formació, que s'aplica d'acord amb el Decret 355/2002, de 24 de desembre, pel qual es regula la utilització del DESA per a personal no mèdic.

Si es tenen més de 18 anys (requisit imprescindible) ja es pot fer el curs, que té una durada de 8 hores, repartides en dos blocs, en què s'imparteixen continguts tant teòrics com pràctics.

Un cop superat el curs, mitjançant una avaluació teòrica i pràctica, l'alumne/a rebrà un certificat emès pel Consell Català de Ressuscitació (CCR) i un carnet estès per l'Institut d'Estudis de la Salut (IES), que l'acredita i, per tant, n'autoritza el titular a utilitzar un desfibril·lador.

Val a dir que anualment s'ha de dur a terme un curs de renovació de l'acreditació per poder continuar utilitzant amb plena competència el DESA.

Què hi diuen les lleis?

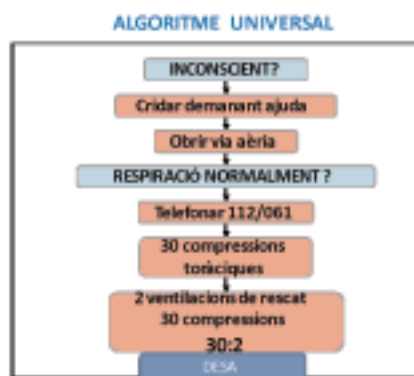
A nivell legislatiu, a més del ja esmentat Decret 355/2002, cal tenir present dos textos més.

D'una banda, el Decret 82/2010, de 29 de juny, pel qual s'aprova el catàleg d'activitats i centres obligats a adoptar mesures d'autoprotecció i es fixa el contingut d'aquestes mesures. Concretament, el Decret estableix tots aquells llocs on tant pel volum de persones que hi treballen com per les que hi són de trànsit, són susceptibles de produir-s'hi una aturada cardiorespiratòria. Així, s'hi esmenten llars d'infants, museus, discoteques, casals, residències geriàtriques, auditoris, teatres, aeroports, poliesportius, però també activitats com puguin ser curses de diversa mena.

L'altre text legislatiu és pròpiament la Llei 3/2008, de 23 d'abril, de regulació de l'exercici de les professions de l'esport, en què es pot llegir que: "Tots els professionals en actiu que exerceixen tasques regulades per aquesta llei han

de tenir competències d'assistència sanitària immediata, referides a la reanimació cardiopulmonar. En el cas que la titulació d'accés a la professió no permeti acreditar aquesta competència, l'acreditació s'ha d'assolir en centres autoritzats per la Generalitat."

Analitzant aquest contingut, i malgrat que la referència hi apareix, aspecte que ja és per si mateix positiu, també cal considerar que s'hi esmenta amb un caràcter més aviat ambigu i poc precís, perquè, en definitiva, no especifica que els implicats per aquesta llei estiguin obligats fer-ne ús en cas de necessitat.



Protocol que cal seguir davant una aturada cardiorespiratòria.

El funcionament

L'evidència científica ens diu que:

1. L'aturada cardiorespiratòria presenciada té una supervivència 7 vegades més gran que quan no és presenciada.
2. Una RCP (reanimació cardiopulmonar) realitzada correctament aconseguix una supervivència 20 vegades més gran que quan es realitza d'una manera incorrecta.
3. La desfibril·lació precoç (abans dels 5 minuts) és el procediment aïllat de ressuscitació que salva més vides.

A partir d'aquestes premisses, cal saber que el DESA:

- És capaç de detectar dues patologies cardíaques: la fibril·lació ventricular (FV) i la taquicàrdia ventricular sense pols (FV).
- Amb els elèctrodes sobre la caixa toràcica, descarrega un corrent con-



tinu o bifàsic amb una energia variable segons les necessitats.

- Es dona un únic xoc desfibril·lador (almenys de 150J bifàsic o 360J monofàsic), seguit immediatament de dos minuts de RCP ininterrompuda, sense revisar si s'ha acabat l'FV o comprovar si hi ha signes de vida.
- Per seguretat, no s'ha d'utilitzar el DESA a l'interior de vehicles en moviment ni tampoc s'ha de tocar la víctima en analitzar-ne el ritme ni en fer la descàrrega.
- El DESA utilitza ones bifàsiques i és extremament segur: no té falsos positius i no recomana la descàrrega si no hi ha fibril·lació ventricular.
- Dona instruccions verbals i acústiques i grava el so ambiental, actuant com un cronòmetre d'RCP.
- Disposa d'una targeta digital que recull totes les actuacions per a l'anàlisi posterior.
- La bateria de liti té 5 anys d'autonomia i els elèctrodes 3 anys (per bé que cal canviar-los després de cada ús). Les bateries no són recarregables. Per això és recomanable tenir una bateria de reserva.
- I cal insistir que si hi ha més d'un socorrista, mentre es prepara el DESA, es continuïn les maniobres d'RCP.

L'opinió de l'expert

Sens dubte, el DEA i el DESA suposen en si mateixos un pas endavant. Però en el fons només són aparells, per això

crec que com a col·lectiu, tant els col·legiats com els llicenciats en CAFE en general haurien de ser tots capaços d'utilitzar i tenir les competències acreditatives corresponents d'ús del DESA. Perquè, en el fons, un DESA penjat en un gimnàs o en qualsevol altra instal·lació esportiva, per si sol suposa una probabilitat d'ajuda vital no tan elevada com si hi ha un usuari reconegut al darrere, en què aquesta probabilitat de supervivència per a una víctima amb afectació cardiovascular augmenta extraordinàriament.

Finalment, vull donar les gràcies al CCR, que m'ha ofert la possibilitat de formar-me com a instructor d'SVB i de DESA, com també expressar el meu reconeixement al doctor i amic Pere Lanau i Fuster per introduir-me en aquest món de la ressuscitació.

ALGUNS CONCEPTES

Cadena de supervivència

Conjunt d'actes que d'una manera precoç i ordenada aconseguen el màxim de supervivència amb el mínim de seqüeles

Fibril·lació ventricular

Ritme cardíac anòmal, en què el cor mecànicament no funciona, malgrat que hi hagi una certa activitat elèctrica.

DESA

Desfibril·lador extern semiautomàtic. La descàrrega es fa quan nosaltres posem l'aparell.

DEA

Desfibril·lador extern automàtic. La descàrrega la produeix l'aparell després d'haver analitzat el ritme cardíac.

RCP

Reanimació cardiopulmonar.

Suport vital bàsic (SVB)

Conjunt de tècniques que s'utilitzen quan una persona entra en una aturada cardiorespiratòria.

LA FORMACIÓ

Com que els professors d'Educació Física i els llicenciats en CAFE, en general es veuen exposats a possibles situacions compromeses, com ara caigudes, traumatismes, hemorràgies, aturades respiratòries, arítmies, etc., el COPLEFC, que vol contribuir a facilitar

la capacitació als col·legiats en aquesta matèria, aquest any 2012 ha dut a terme la segona edició del Curs de Primers Auxilis, Suport Vital Bàsic i DEA, i també un Curs de Reciclatge sobre Suport Vital Bàsic i DEA.

Són cursos que es volen convertir en una eina útil, especialment en la protecció per als alumnes o usuaris que es tinguin a càrrec, que també ajuda a diferenciar entre una urgència i una emergència, i a identificar i resoldre amb eficàcia aquestes situacions compromeses per a la salut.

Ahora, cal no oblidar el paper multiplicador del nostre col·lectiu, ja que els continguts de primers auxilis i suport vital bàsic esdevenen igualment interessants per transmetre als alumnes en les sessions d'educació física (en el cas de treballar en l'ensenyament).

Com sempre, en aquesta formació, a banda dels continguts teòrics, s'experimenten d'una manera pràctica –amb ninots, desfibril·ladors, protectors facials, ampolles de ventilació...– aquelles tècniques i maniobres que caldria aplicar en cas que fes falta.

Un cop superada la formació de 30 hores (24 h presencials i 6 h de treball telemàtic), els participants reben la certificació –d'acord amb els requisits habituals d'assistència–, de la Direcció General d'Innovació del Departament d'Educació, juntament amb un certificat oficial de 8 hores del Consell Català de Ressuscitació sobre SVB i DEA, i també el carnet oficial de l'Institut d'Estudis de la Salut.

Els continguts del curs

- Concepte de parada cardiorespiratòria
- Evidència científica de la cadena de supervivència
- La cadena de supervivència
- Concepte de suport vital
- Concepte de reanimació cardiopulmonar (RCP)
- Algorisme d'SVB en adults
- Valoració de la respiració
- Compresions toràciques
- Respiració artificial
- Combinació massatge i respiració
- Excepcions de l'algorisme d'SVB en adults:
 - SVB en ofegats
 - SVB desfibril·lador extern semiautomàtic (DESA)
- L'ètica de l'RCP