

→ SALUT. FUNDACIÓ SALUT EMPORDÀ

Aturada cardiorespiratòria, un risc per a tothom

Pot afectar persones de qualsevol edat i estat de salut. S'estima que a Catalunya hi ha unes deu aturades cardiorespiratòries al dia

Redacció | FIGUERES

■ L'aturada cardiorespiratòria o aturada cardíaca és la interrupció sobtada, inesperada i potencialment reversible de la respiració i la circulació sanguínia espontànies. Aquesta situació es reconeix quan hi ha una persona inconscient i que no respira amb normalitat. S'estima que a Catalunya hi ha unes deu aturades cardiorespiratòries al dia.

Olga Mesquida, metgessa del servei d'Urgències de l'Hospital de Figueres i membre del Grup DEA, explica que «una persona està en aturada cardiorespiratòria quan de forma sobtada, no respira i no respira amb normalitat. Aquesta és una situació, d'entrada, potencialment reversible, però cal actuar amb molta rapidesa i diligència».

S'ha demostrat que la manera més efectiva per intentar salvar la vida de qui pateix una aturada cardíaca és intervenint amb un desfibril·lador extern automàtic (DEA).

«Iniciar la reanimació aviat i efectuar una desfibril·lació precoç, en els tres primers minuts, pot millorar en més d'un 80 % la supervivència. A partir dels 5 primers minuts la probabilitat que el cor torni a batejar disminueix fins al 50 % i, com més estona passa, més va caient aquesta possibilitat, per tant, en aquests casos el temps és or», afirma Aurora Fontova, infermera del servei d'Urgències de l'Hospital de Figueres i membre del Grup DEA.



Què hem de fer davant una parada cardiorespiratòria? Protegir, Alertar i Socórrer (PAS)

1. Protegir-te i protegir a la víctima: abans de res, assegurar-te que tu i la persona a qui vols socórrer no esteu en perill. Per exemple, si ets en una via per on passen molts cotxes, parar el trànsit per no provocar un accident.

2. Alertar a altres persones perquè ens ajudin. Algú es queda amb la víctima i, l'altra, va a buscar un DEA.

3. Truquem al 112, que ens donaran instruccions del que hem de fer.



Què hem de fer mentre arriben els serveis mèdics?



1. Sacsegem a la víctima amb compte i li preguntem amb veu forta si es troba bé.

2. Si no respon a la pregunta, li posem la mà sobre el pit durant uns deu segons per comprovar si el pit s'aixeca amb normalitat, la qual cosa vol dir que respira.

a. A causa de la COVID-19 no es recomana obrir la via respiratòria, ni acostar-se a la boca de la víctima per comprovar si respira.

3. Si no respira amb normalitat, comencem a fer les compressions:

a. Posem una mà damunt de l'altra, entrellacem els dits i col·loquem el palmell de la mà al mig del pectoral de la víctima amb els colzes estirats.

b. Pressionem amb el palmell de la mà ajudant-nos del nostre tronc amb una freqüència de 100 a 120 compressions per minut.

4. Obrim la caixa del DEA i traiem els pegats. Un va a sota la clavícula dreta i, l'altre, a la zona axil·lar esquerra.

5. Si el DEA detecta que la persona té una aturada cardiorespiratòria, se sentirà una veu que ens anirà donant instruccions. Hem de continuar fent les compressions fins que arribin els serveis mèdics.

a. Si el DEA detecta que la persona no té una aturada, no efectuarà cap descàrrega.

Per saber-ne més



A l'Alt Empordà, hi ha 119 desfibril·ladors: 12 a Figueres, 8 a Roses, 6 a l'Escala i 5 a Castelló d'Empúries, com a municipis amb més nombre d'aparells. Els desfibril·ladors estan protegits per una caixa a dins d'una columna connectada al Sistema d'Emergències Mèdiques (SEM), que rep una alerta en el moment que algú agafa un desfibril·lador. Així pot enviar ràpidament una ambulància al lloc dels fets.

Les comarques gironines formen part del projecte «Girona, territori cardioprotegit», que ha suposat la implantació d'una xarxa de 783 DEA d'ús públic arreu del territori. Tots els municipis de la demarcació disposen com a mínim d'un aparell de desfibril·lació fix. La resta de DEAs s'han distribuït segons criteris objectius com ara nombre d'habitants, instal·lacions, grups de població de risc o vehicles de serveis de primera intervenció. L'objectiu és facilitar una ràpida intervenció en casos d'aturada cardíaca extrahospitalària. Amb aquesta iniciativa s'aspira a reduir entre un 25% i un 30% la mortalitat per aquesta causa. A més, l'Organisme de Salut Pública de la Diputació de Girona (Dipsalut) ha creat l'aplicació per a mòbils i tauletes DEACAT, que situa en el mapa el desfibril·lador més proper a l'usuari. També facilita la trucada al Servei d'Emergències i dona instruccions per atendre la persona que pateix una aturada cardíaca. Actualment DEACAT localitza el mig miler de desfibril·ladors dels municipis de la demarcació de Girona.