

PREPARACIÓN PARA UNA EMERGENCIA

RCP, DEA, sobredosis de opiáceos
y campaña “Stop the Bleed”



Los fondos para esta iniciativa se obtuvieron (en parte) mediante el subsidio n.º 1H79TI085588 de SAMHSA. Las opiniones expresadas en publicaciones o en el material escrito de conferencias, así como por oradores y moderadores, no reflejan necesariamente las políticas oficiales del Departamento de Salud y Servicios Humanos (Department of Health and Human Services) de EE. UU., y las menciones de nombres de marcas, prácticas comerciales u organizaciones no implican el apoyo del Gobierno de los Estados Unidos.

PREPARACIÓN PARA UNA EMERGENCIA

Guía del facilitador



La sobredosis de opiáceos es una de las principales causas de paro cardíaco en adultos en EE. UU., donde cerca de 2 millones de personas tienen un trastorno por abuso de opiáceos. Algunas de las cosas importantes que las personas pueden aprender para ayudar a salvar una vida son cómo reconocer una sobredosis de opiáceos, cómo administrar naloxona, cómo realizar la RCP (reanimación cardiopulmonar) y cómo utilizar un DEA (desfibrilador externo automático). Por desgracia, el 90% de las personas que sufren un paro cardíaco extrahospitalario muere porque hay retrasos a la hora de reconocer el evento, llamar al 9-1-1, realizar la RCP y utilizar un DEA o naloxona (de ser necesarios). La RCP y el uso de un DEA, si se realizan de inmediato, pueden duplicar o hasta triplicar las probabilidades de una persona de sobrevivir a un paro cardíaco.

La American Heart Association (AHA), con financiación de la *Opioid Response Network*, dirigida por la American Academy of Addiction Psychiatry en colaboración con el ATTC de University of Missouri–Kansas City, la División de Trastornos por Consumo de Sustancias de Columbia University y una amplia coalición de 46 organizaciones profesionales de alcance nacional, financiada por la Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA), quiere que todo el mundo sepa cómo ayudar en caso de emergencia. Este entrenamiento emplea el **Curso de preparación para una emergencia** y el **Kit de entrenamiento de CPR & First Aid Anywhere** de la AHA para abordar las necesidades

de iglesias, lugares de trabajo y organizaciones comunitarias, entre otros, y cualquier persona puede impartirlo. El kit contiene todo lo que se necesita para formar de 10 a 20 personas a la vez respecto de los signos del paro cardíaco, la sobredosis de opiáceos con naloxona, la RCP, el DEA, el control del sangrado y los primeros auxilios. Una vez terminado el entrenamiento, esas personas pueden repetir el proceso para formar a otros, en cualquier momento y desde cualquier lugar, en las técnicas de RCP y primeros auxilios.

El video de Preparación para una emergencia contiene el material básico que usted impartirá. Para obtener más información sobre atragantamiento y primeros auxilios, puede utilizar el video y los planes de las lecciones del Kit de entrenamiento de CPR & First Aid Anywhere.

CURSO DE PREPARACIÓN PARA UNA EMERGENCIA

El curso tiene una actividad opcional y 6 módulos.

1. Causas del paro cardíaco (obligatorio)
2. Sobredosis de opiáceos (obligatorio)
3. RCP y DEA en adolescentes y adultos (obligatorio)
4. Control del sangrado potencialmente mortal (obligatorio)
5. Diferencia entre un ataque cardíaco y un paro cardíaco (opcional)
6. RCP y DEA en niños (opcional)
7. RCP en lactantes (opcional)

Los módulos obligatorios abarcan la RCP, el uso de un DEA cuando sea adecuado, la sobredosis de opiáceos que incluye la administración de naloxona y el control del sangrado potencialmente mortal. Puede enseñar cada módulo de forma individual o enseñar varios módulos a la vez, según las necesidades de su clase. También puede complementar los módulos adicionales que puedan interesar a su comunidad con el video de CPR & First Aid Anywhere.

EQUIPO DEL CURSO

El equipo necesario para cada clase de CPR & First Aid Anywhere se enumera a continuación. Todo el equipo tiene que encontrarse en buen estado.

Incluido en el Kit de entrenamiento de CPR & First Aid Anywhere

- 1 bolsa de transporte con ruedas
- 10 maniqués inflables Mini Anne® Plus
- 10 alfombrillas para arrodillarse
- 10 fundas de transporte individuales
- 5 videos de entrenamiento para “practicar mientras mira”
- 1 bomba de mano para inflar los maniqués
- 2 bolsas de malla para recogida y almacenamiento
- 10 vías aéreas de repuesto
- 50 toallitas para maniqués
- 10 mascarillas faciales de repuesto
- 10 simuladores de entrenamiento con DEA
- 1 fichero para el facilitador que contiene la guía del facilitador, los planes de las lecciones, las pruebas anteriores y posteriores al curso, y el material complementario

Equipos adicionales

- Un reproductor de video, un mando a distancia y un monitor o una pantalla grande para que todos puedan ver correctamente
- 1 mesa, en el caso de que alguien no pueda arrodillarse en el suelo para practicar RCP
- Una sala para que todos puedan ver el video fácilmente, escucharlo correctamente y disponer de espacio suficiente

FUNCIÓN DEL FACILITADOR

Cualquier persona con motivación que desee compartir las habilidades de RCP y primeros auxilios para salvar vidas puede ser un facilitador de CPR & First Aid Anywhere.

Recuerde que no es necesario ser instructor de la AHA ni poseer una tarjeta de finalización de un curso de RCP para ser facilitador. Este es un curso en video y las lecciones que en él se ofrecen servirán para enseñar las habilidades de RCP y primeros auxilios. Como facilitador, usted ayudará a mantener el ritmo de la clase. Entre sus responsabilidades, se incluyen:

- Crear una experiencia de aprendizaje positiva
- Llevar a cabo la preparación antes de la clase, lo que incluye la planificación de toda la logística
- Organizar el equipo y la sala
- Dirigir un curso con éxito tal y como se describe en esta guía del facilitador

PLAN DE LECCIONES PREVIAS AL CURSO

CONSEJOS PARA EL FACILITADOR

Prepárese bien para sus funciones como facilitador. El tiempo que invierta en esta parte de su preparación es importante para el éxito general de todos y permitirá que el curso se desarrolle sin problemas.

2 SEMANAS ANTES DEL CURSO

- Mire el video de Preparación para una emergencia.
- Lea toda la guía del facilitador.

1 SEMANA ANTES DEL CURSO

- Confirme las reservas de la sala o el espacio.
- Si es posible, pida a todos que utilicen ropa cómoda.
- Confirme que todo el equipo esté disponible y en buen estado de funcionamiento.

1 DÍA ANTES DEL CURSO

- Revise los planes de las lecciones.
- Conozca la ubicación de los DEA o la naloxona cercanos en el edificio donde se impartirá el entrenamiento (de ser necesario).
- Compruebe que todos los sistemas tecnológicos y equipos funcionen correctamente. De esta forma, podrá solucionar cualquier problema antes de la clase.
- Asegúrese de que dispone de pilas adicionales para el mando a distancia del video.

DÍA DEL CURSO

Acuda a la clase temprano para preparar la sala y poner a punto los maniqués. La preparación de la sala es fundamental para el éxito de la clase. Algunos consejos para preparar una sala:

- Usted debe colocarse en la parte delantera de la sala, con espacio suficiente para desplazarse.
- Mueva los muebles y otros objetos hacia las paredes para que todos puedan sentarse cómodamente, a un brazo de distancia, en el suelo.
- Todos deben poder ver y oír el video. Coloque los maniqués de forma que, aunque las personas se encuentren de rodillas, puedan ver el video.

- Infle los maniqués utilizando una bomba de mano o de bolsa. Introduzca la válvula unidireccional en el tubo del maniquí. Asegúrese de que la válvula del maniquí está montada.
- Si va a inflar el maniquí con la bomba de mano, introduzca la boquilla de la bomba en la válvula unidireccional e infle. Si va a utilizar la bomba de bolsa, introduzca la válvula del maniquí en la boquilla de la bomba e infle de acuerdo con las instrucciones. **No infle los maniqués a pulmón ni mediante un compresor.**
- Cuando utilice los maniqués en el suelo, coloque 1 alfombra al lado de cada uno.
- Lo ideal sería que todos los maniqués estuvieran orientados hacia el mismo sitio, con las cabezas alineadas con la cabeza del maniquí del video (de esta forma, todos pueden reproducir exactamente lo que ven en el video).
- Coloque sillas y mesas para quienes tengan dificultades para practicar RCP arrodillados.

PLAN DE LAS LECCIONES

CONSEJOS PARA EL FACILITADOR

- Hable con los participantes de la clase a medida que llegan para crear un ambiente distendido.
- Demuestre entusiasmo. El entusiasmo se transmite.
- Mantenga la concentración. No se aleje del objetivo del curso. De esta forma, todos tienen más probabilidades de realmente aprender RCP.
- También es de buena educación iniciar y finalizar el curso a la hora prevista. Si no se aleja del objetivo del curso, respetará el tiempo de sus alumnos.
- Durante las partes de práctica, pida a todo el mundo que haga exactamente lo que se muestra en el video a la vez.
- Las personas pueden tener preguntas. Los facilitadores no tienen por qué saber todas las respuestas. Si tienen preguntas, pídale que se pongan en contacto con la AHA.
- Ayúdeles a sobreponerse al miedo. Muchos temen realizar la RCP de forma incorrecta, y pueden resistirse a realizar RCP en la vida real. Realizar la RCP correctamente es muy importante para salvar vidas, pero una RCP imperfecta siempre será mejor que nada.



ANÁLISIS: INTRODUCCIÓN

- Agradezca a las personas por su tiempo.
- Indíqueles que la práctica de RCP se hará con maniqués.
- Comunique cuándo podrán hacer una pausa (de ser pertinente)
 - Si se imparte más de 1 módulo, sería conveniente hacer pausas rápidas entre cada uno de ellos.
- Consulte la siguiente tabla para recordar a la clase lo que aprenderán a lo largo del curso, la duración de cada módulo y las habilidades que se practicarán en cada sección.

Los fondos para esta iniciativa se obtuvieron (en parte) mediante el subsidio n.º 1H79TI085588 de SAMHSA. Las opiniones expresadas en publicaciones o en el material escrito de conferencias, así como por oradores y moderadores, no reflejan necesariamente las políticas oficiales del Departamento de Salud y Servicios Humanos (Department of Health and Human Services) de EE. UU., y las menciones de nombres de marcas, prácticas comerciales u organizaciones no implican el apoyo del Gobierno de los Estados Unidos.

<u>MÓDULOS DE RCP</u>	<u>OBJETIVOS DE APRENDIZAJE</u>	<u>PRÁCTICA</u>
DEMOSTRACIÓN Sobredosis de opiáceos	Describir cómo ayudar a alguien en una emergencia por sobredosis de fármacos, lo que incluye administrar naloxona	Ninguna*
DEMOSTRACIÓN Pasos previos a la RCP	Reconocer cuándo alguien necesita RCP	Pasos previos a la RCP
DEMOSTRACIÓN Compresiones	Realizar compresiones en un adulto	Compresiones
DEMOSTRACIÓN Ventilaciones	Administrar ventilaciones a un adulto	Ninguna*
DEMOSTRACIÓN Uso de un DEA con un adulto	Utilizar un DEA en un adulto	Uso de un DEA Recapitulación
<u>MÓDULOS DE PRIMEROS AUXILIOS</u>	<u>OBJETIVOS DE APRENDIZAJE</u>	<u>PRÁCTICA</u>
Control del sangrado	Identificar un sangrado leve frente a un sangrado grave y potencialmente mortal Realizar presión directa, taponar la herida y aplicar un torniquete	Ninguna*
<u>MÓDULOS ADICIONALES</u>	<u>OBJETIVOS DE APRENDIZAJE</u>	<u>PRÁCTICA</u>
La diferencia entre el ataque cardíaco y el paro cardíaco	Describe las diferencias entre el ataque cardíaco y el paro cardíaco	Ninguna
Ventilaciones en niños Compresiones en niños Uso del DEA en niños	Realizar compresiones en niños Administrar ventilaciones a un niño Uso del DEA en niños	Ninguna
Compresiones en lactantes Ventilaciones en lactantes	Realizar compresiones en lactantes Administrar ventilaciones a un niño	Ninguna

* Consulte a un experto autorizado en la materia para practicar estos módulos.

Deberá seguir los pasos que se indican a continuación con cada módulo del curso de Preparación para una emergencia que está impartiendo.

REPRODUCCIÓN DEL VIDEO

- El módulo de RCP usando solo las manos y DEA en adolescentes y adultos incluye instrucciones y práctica de habilidades obligatoria.
- Para los módulos de primeros auxilios y módulos adicionales, el video solo mostrará instrucciones sobre cómo poner en práctica las habilidades. No se incluyen prácticas.



PREPARACIÓN PARA LA PRÁCTICA

- Para los módulos que incluyen práctica, deje que el video se detenga y que todos se coloquen a los lados de los maniqués siguiendo las instrucciones del video.
- Explique a la clase que ahora van a practicar las habilidades que acaban de aprender y que deben hacer exactamente lo que ven en el video.
 - También puede ofrecer la posibilidad de ver el segmento de práctica para revisar los pasos antes de practicar.
- Previamente a la práctica, pida a cada persona que limpie la superficie de la cara del maniquí y la cavidad bucal con una toallita para maniquí antes de empezar, utilizando las toallitas para maniquí proporcionadas en su Kit de entrenamiento de CPR and FA Anywhere (**no** utilice toallitas antibacterianas, toallitas húmedas para bebés, pañuelos desechables o toallas de papel).
- **No practique la colocación del torniquete.** Para evitar lesiones o errores médicos, trabaje con un profesional médico con licencia, tanto para el torniquete como para los entrenamientos de administración de naloxona.

PRÁCTICA

- Todos seguirán el video para realizar los pasos correspondientes a cada habilidad.
 - Si alguno de los asistentes tiene problemas para agacharse o ponerse de rodillas, haga lo posible por facilitar la práctica (p. ej., coloque el maniquí encima de una mesa).
 - Si alguien no puede comprimir con la profundidad suficiente, pídale que se incline más sobre el maniquí con los brazos rectos, si es necesario.

- Si está completando los segmentos de práctica opcionales, consulte la sección Mantenimiento del maniquí de esta Guía del facilitador.

REPETICIÓN DE LOS SEGMENTOS DE VIDEO

- Para cualquier módulo que incluya práctica, continúe repitiendo el segmento de video hasta que todos hayan tenido la oportunidad de practicar.
- Si alguien desea o necesita realizar una práctica adicional con el maniquí, deje que practique después de que termine la clase.

Reproducción del video

- Reproduzca el video para proseguir con el módulo o para pasar al módulo siguiente que esté impartiendo.

Análisis: Conclusión

Al final de la clase, hablen de lo siguiente:

- Anime a los participantes a practicar tanto como sea posible. Las personas aprenden a realizar mejor la RCP cuanto más la practican. La práctica marca la diferencia entre aprender RCP y ser capaz de realizar la RCP en la vida real. Si alguien desea realizar una práctica adicional con el maniquí, deje que practique después de que termine la clase.
- Anime a la clase a actualizar sus habilidades con frecuencia y a compartirlas con sus seres queridos para que esa información llegue a más destinatarios.
- Agradezca a los presentes por su tiempo y felicítelos por completar el curso.

La Opioid Response Network (ORN) es una iniciativa nacional financiada con fondos federales que ofrece educación y entrenamiento en materia de prevención, tratamiento, recuperación y reducción de daños de los trastornos por consumo de opiáceos y estimulantes. La ORN proporciona recursos educativos, entrenamiento y asesoramiento, actuando como una especie de agencia temporal que atiende las necesidades locales específicas de organizaciones, comunidades, sistemas de salud, estados y particulares, todo ello sin costo alguno. [opioidresponsetnetwork.org](https://www.opioidresponsetnetwork.org)

© Copyright 2023 American Heart Association, Inc., una organización sin fines de lucro 501(c)(3). Reservados todos los derechos. EmPOWERED to Serve es una marca comercial de la AHA. Se prohíbe su uso no autorizado. WF249350 6/23

Los fondos para esta iniciativa se obtuvieron (en parte) mediante el subsidio n.º 1H79TI085588 de SAMHSA. Las opiniones expresadas en publicaciones o en el material escrito de conferencias, así como por oradores y moderadores, no reflejan necesariamente las políticas oficiales del Departamento de Salud y Servicios Humanos (Department of Health and Human Services) de EE. UU., y las menciones de nombres de marcas, prácticas comerciales u organizaciones no implican el apoyo del Gobierno de los Estados Unidos.