

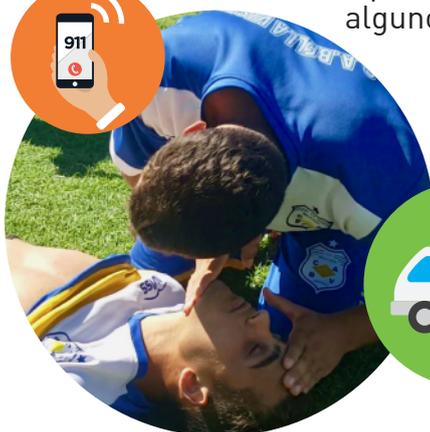
METÉ UN GOLAZO ¡APRENDÉ LA RESUCITACIÓN CARDÍACA BÁSICA!



Cuando alguien se desvanece, aunque tenga movimientos, puede estar sufriendo un paro cardíaco. Para aumentar la chance de poder salvarlo:

A. Ambulancia

- Llama a la emergencia de inmediato
- Pregúntale a la víctima: ¿se siente bien?
- Si no responde: levántale la ropa y observa su respiración durante algunos segundos.



B.C. Buenas Compresiones



En caso que no respire o respire con ronquidos:

- Utiliza las palmas de tus manos (una sobre la otra) y los brazos rectos
- Comprime fuerte en el centro del tórax, alrededor de 2 veces por segundo.
- Continúa sin parar hasta que llegue la ambulancia.

E. Enséñale

a tus amigos y familiares cómo prevenir la muerte súbita:

- Recuerda los pasos anteriores ABCDE y síguelos ante alguien que se desvanece.

Importante:
El ejercicio físico ayuda a prevenir las enfermedades del corazón.



¡GOL!



D. DEA



Usa el DEA (Desfibrilador Externo Automático) tan pronto como sea posible:

- Enciende el DEA.
- Pega los 2 parches (uno en cada lado del pecho).
- Sigue las instrucciones del aparato.

***El DEA es muy fácil y seguro de usar, y muy importante para salvar vidas.**
En caso de no tener el DEA: ¡sigue sin parar con las compresiones!