

El gobierno porteño por intermedio de la Subsecretaría de Emergencias de la Ciudad ofrece cursos virtuales y gratuitos en Reanimación Cardiopulmonar, Primeros Auxilios y Prevención de Incidentes.

Los talleres son dictados vía la plataforma Zoom por instructores de Defensa Civil de la Ciudad.

En el curso de RCP, se enseña a los participantes los conceptos básicos sobre la maniobra para aplicar una reanimación cardiopulmonar eficaz. Se brinda además, las herramientas necesarias para una acertada toma de decisiones en situaciones de emergencia.

Quienes opten por la capacitación sobre Primeros Auxilios adquirirán habilidades para realizar maniobras básicas, sin acciones invasivas o procedimientos médicos avanzados.

En el curso de Prevención de Incidentes se abordan los conceptos básicos en referencia a la percepción y tratamiento de los riesgos, reduciendo así la vulnerabilidad en ámbitos domésticos, laborales y en la vía pública, poniendo principal énfasis en las medidas de autoprotección.

Una maniobra que aumenta 40% las posibilidades de supervivencia

La Reanimación Cardiopulmonar (RCP) es una maniobra de emergencia que consiste en aplicar presión rítmica sobre el pecho de una persona que haya sufrido un paro cardiorespiratorio para que el oxígeno pueda seguir llegando a sus órganos vitales.

El inicio inmediato de RCP por parte de alguien entrenado -no es necesario que sea un profesional-, puede aumentar en un 40% las posibilidades de supervivencia del afectado. Es una técnica muy simple que puede ayudar a salvar una vida.

¿Qué hacer?, paso a paso

-Se debe comprimir fuerte y rápido en el centro del pecho (línea imaginaria de las tetillas).

-Es muy importante que sea a un ritmo de entre 100 y 120 compresiones por minuto.

-Comprimí el tórax mínimo 5 cm.

-Realizá esta práctica de forma ininterrumpida hasta la llegada del personal de emergencias o hasta la adquisición de un DEA.