



AL LLAMAR AL TELÉFONO 911 ¿QUÉ DATOS DEBO PROPORCIONAR?

- Tu nombre completo y teléfono del que llamas
- Describe la situación:
 - ¿Qué está sucediendo?
 - ¿Cuántas personas hay involucradas?
 - ¿Qué enfermedad tiene la o las persona afectadas?
- Proporciona la ubicación más precisa posible y puntos de referencia
- Enfatiza si se requiere apoyo especializado tal como: bomberos, patrullas, etc.
- No se debe colgar hasta que la persona que atiende la llamada te lo indique



GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO



SGIRPC

Para asistir a talleres presenciales regístrate en:

proteccioncivil.cdmx.gob.mx

Apartado de Brigadas Comunitarias

SECRETARÍA DE GESTIÓN INTEGRAL DE RIESGOS Y PROTECCIÓN CIVIL

Dirección General de Resiliencia

📍 Patriotismo 711, edificio B, Segundo piso, San Juan, Benito Juárez, 03730, Ciudad de México

🐦 SGIRPC_CDMX

📘 SGIRPCDMX



Taller de primeros auxilios básicos



PROGRAMA DE CAPACITACIÓN PARA LA CONFORMACIÓN DE BRIGADAS COMUNITARIAS DE PREVENCIÓN DE RIESGOS DE DESASTRES Y PROTECCIÓN CIVIL

¿QUÉ SON LOS PRIMEROS AUXILIOS?

Los primeros auxilios son la ayuda inmediata que se da a una persona enferma o herida hasta la llegada de asistencia profesional.

Estos se brindan en el lugar del incidente, por ello la creación y mantenimiento de una brigada comunitaria de primeros auxilios es fundamental para poder brindar apoyo y cuidado de forma oportuna en caso de emergencia o desastre

Debes tomar en cuenta los siguientes aspectos:

1. Realiza una inspección panorámica de todo el lugar, utiliza tus sentidos para detectar una amenaza para ti, la persona afectada y los transeúntes. Si tu escena es insegura, no entres ni permanezcas en ella. Tu forma de ayudar será llamando a los servicios de emergencia al teléfono 911
2. Si tu escena es segura y decides proporcionar auxilio, es indispensable que como brigadista cuentes con equipo de protección personal: Lentes de seguridad, guantes de látex o nitrilo y cubrebocas, entre otros



Una vez que estés con la persona afectada, comienza a atender evaluando su estado de conciencia, usando la siguiente nemotecnia o código de memoria: **AVDI**

ALERTA

Al acercarte a la persona afectada deberás observar si reacciona de forma automática, buscando establecer contacto visual contigo. Si lo hace, significa que está consciente

VOZ

Haz contacto verbal, hablando alto y firme. Preséntate indicando tu nombre y que sabes primeros auxilios, pregúntale si le puedes ayudar

DOLOR

Si la persona no reacciona a tu voz, ejerce presión sobre un hueso, preferentemente el esternón, para verificar si reacciona ante este estímulo

INCONSCIENCIA

Si la persona no está alerta, no responde a tu voz ni al dolor, significa que está inconsciente, por lo que deberás verificar si respira y si tiene signos de circulación por 10 segundos, observando su pecho y abdomen para identificar movimientos, busca encontrar en el cuello el pulso en la arteria carótida, observa el color y la temperatura de la piel

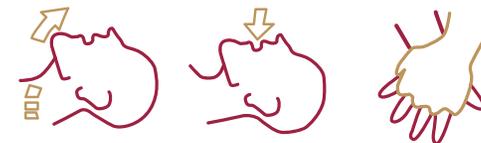


Es muy importante contar con un botiquín de primeros auxilios

#LaPrevenciónEsNuestraFuerza

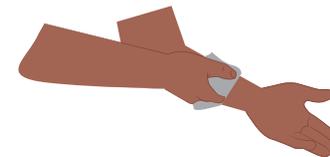
Si no logras encontrar el pulso, notas la piel pálida y fría, significa que la persona no respira y no tiene signos de circulación, por lo que deberás llamar al 911 y comenzar con la Reanimación Cardio Pulmonar (RCP)

La RCP consiste en colocar a la persona en una superficie plana y firme, comprimir fuerte y rápido en el centro del pecho, con los brazos rectos, a un ritmo de entre 100 y 120 compresiones por minuto

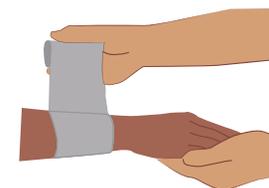


Si durante la revisión de la persona, encuentras una hemorragia, contrólala con los siguientes métodos:

1. Ejerce presión directa sobre la herida con gasas o trapos lo más limpios posibles para contenerla



2. Si la hemorragia no cede ante la presión directa, aplica un vendaje compresivo sobre la herida



3. Acompaña a la persona afectada hasta que llegue el o la rescatista profesional o paramédico e indícale qué acciones realizaste