



Unidad 1

Legislación. Límites de la actuación del técnico deportivo en materia de primeros auxilios



Por Justo García Sánchez

Contenidos

- *Objetivos de los primeros auxilios*
- *Implicaciones legales de una actuación de primeros auxilios*
- *Estructura y funcionamiento de un Sistema de Emergencias Sanitarias*
 - *Pasos básicos de actuación ante una emergencia*



Objetivos de los primeros auxilios



Se definen los **primeros auxilios** como aquellos procedimientos y técnicas empleadas en los mismos, que son puestos en práctica ante una persona accidentada.

Quien aplique estos procedimientos puede ser un profesional o no, tener una formación especializada o simplemente conocimientos básicos en socorrismo. En cualquier caso, ante una emergencia sanitaria, para mantener la vida de un individuo o simplemente evitar secuelas graves, es necesario tener unos mínimos conocimientos que garanticen la no agravación de dicha situación.

Los objetivos básicos de los primeros auxilios serán:

- ✓ Conservar la vida.
- ✓ Evitar complicaciones.
- ✓ Colaborar en la recuperación de la víctima y asegurar su traslado.

Para alcanzar esos objetivos se han establecido unos pasos a seguir ante cualquier situación de este tipo y que se pueden resumir en:

1. Proteger
2. Alertar
3. Socorrer

A este protocolo de actuación se le denomina "**la conducta PAS**". (Será desarrollada más adelante).

Toda actuación en materia de primeros auxilios deberá ser lo más adecuada posible a las necesidades que la situación requiera. En este sentido no es lo mismo enfrentarse, por ejemplo, a un cuadro de pérdida de consciencia debido a un traumatismo (accidente) que por causa de una patología o enfermedad previa descompensada. Mientras que un accidente

que surge de forma brusca e imprevista, causando una lesión e incluso la muerte, requiere una actuación urgente, una situación que precise atención sanitaria por agravamiento de un padecimiento o lesión previa (tendinitis, alteraciones de la columna, lesiones ligamentosas, etc..), suele ser una consecuencia de una evolución lenta y progresiva, pudiendo llegar a ocasionar incapacidad para el movimiento normal, pero se solucionan con intervenciones sanitarias de tipo preventivo .

EMERGENCIA		
ACCIDENTE		ENFERMEDAD
SE PRESENTAN DE FORMA SÚBITA.	MOMENTO DE INICIO	ES EL RESULTADO DE UN PROCESO LENTO Y PROGRESIVO
CAUSAS EXTERNAS QUE PROVOCAN UNA LESIÓN DIRECTA AL ORGANISMO	CAUSA QUE EL/LA PROVOCA	CAUSAS EXTERNAS, PERO AGENTES QUE PENETRAN EN EL ORGANISMO
SE MANIFIESTA DE FORMA RÁPIDA I VIOLENTA.	EN SU MANIFESTACIÓN	NO HAY DESARROLLO VIOLENTO SINÓ PROGRESIVO.
FÁCILMENTE IDENTIFICABLE	RESPECTO A SU IDENTIFICACIÓN	ES DIFÍCIL IDENTIFICAR
REQUIERE TRATAMIENTO DE CHOQUE (CURAS DE URGENCIA, CIRUGÍA...)	RESPECTO A SU TRATAMIENTO	REQUIERE TRATAMIENTO MÉDICO ADECUADO.
CASI SIEMPRE IMPREDECIBLE, AUNQUE DEPENDE DE LA EXPOSICIÓN A FACTORES DE RIESGO	RESPECTO A SU PREVISIBILIDAD	SU APARICIÓN PUEDE SER PREVISIBLE MEDIANTE RECONOCIMIENTOS Y ANÁLISIS MÉDICOS.

ACTIVIDAD 1(U1)

1. ¿Qué diferencia hay entre una emergencia por accidente y una por enfermedad?
2. ¿Por qué no suelen ser necesarios los primeros auxilios en una emergencia por enfermedad? Pon un ejemplo.
3. ¿Por qué crees que se deben mantener las actuaciones de primeros auxilio hasta que llegue personal más especializado?

Implicaciones legales de una actuación de primeros auxilios



Ante una situación de emergencia cualquier persona tiene la obligación de hacer lo posible por ayudar a quien en esa situación lo precise. De lo contrario estaremos incurriendo en un delito de **omisión del deber de socorro**.

Según el Código Civil, “la ignorancia de las leyes no excusa de su cumplimiento”, es decir que no conocer una ley no es razón suficiente para incumplirla.

Siempre que tras presenciar un accidente no prestemos ayuda cuando ésta fuera necesaria, podríamos ser motivo de una multa o incluso pena de prisión. También estaríamos incumpliendo la obligación de intervenir ante un accidente cuando ante una situación en la que pudiéramos prestar ayuda no solicitemos auxilio a otras personas.

Todo lo expuesto anteriormente es aplicable a cualquier ciudadano, sin que por ello deba tener una preparación específica. Es distinto de lo que le ocurriría a un profesional si éste decide no auxiliar a un accidentado y como consecuencia de ello se agravase su situación, ya que en este caso estaríamos hablando de lo que se denomina imprudencia temeraria.

En el caso de que quien actuase no fuera un ciudadano sin formación, sino una persona con formación, como es el caso de un socorrista, pero que a consecuencia de una “mala” actuación por su parte la víctima se agravase o éste causara lesión, podría NO tener responsabilidad penal, habida cuenta de que puso todos los medios a su alcance para evitar el daño y se demostrara que no hubo intención voluntaria de lesionar en su forma de actuar.

Aspectos jurídicos relacionados con el socorrismo

En la mente de todo socorrista o de aquél que se plantea la posibilidad de tener que realizar una actuación similar en alguna ocasión, seguro que han surgido preguntas como éstas:

- ✓ ¿Qué me pasará si no atiendo a la víctima?
- ✓ Y si la atiendo: ¿Qué me ocurrirá si agravo su situación?,
- ✓ ¿Qué me ocurrirá si fallece al trasladarle?,
- ✓ ¿Qué responsabilidad asumo si el resultado de mi actuación no es la apropiada?,

Según al *artículo 1 del código penal*, "Son delitos o faltas las acciones u omisiones dolosas o culposas penadas por la ley".

Vemos que para que exista responsabilidad criminal y por tanto delito, el ser humano debe haber actuado con dolo o con culpa, o sea, con intención o con imprudencia, respectivamente.

RECUERDA QUE...

Un socorrista es una persona que ha decidido voluntariamente el deber y la obligación de prestar asistencia y que, habiendo demostrado unos conocimientos teóricos y unas cualidades técnicas, está capacitado para realizar acciones asistenciales enfocadas a mantener un soporte vital básico, fundamentalmente con medios improvisados.

- **Intención:** cuando se demuestra que hubo deseo expreso de causar un mal, con conciencia y voluntad, sabiendo lo que se hace y queriendo hacerlo
- **Culpa o imprudencia:** cuando el individuo realiza una acción sin intención, pero actuando sin la debida diligencia, causando un resultado doloso, previsible y penado por la ley

Según lo expuesto, una acción de socorro será constitutiva de delito, cuando se actúa en funciones propias de un socorrista sin tener conocimientos ni titulación, o bien causar un mal con intención de hacerlo, o sin intención,

pero omitiendo aquellos pasos, aquellas atenciones indispensables que debe conocer inexcusablemente en el supuesto de que se demuestre que tenía los conocimientos necesarios para evitarlo.

Concretando, los delitos en que puede incurrir un socorrista serian los siguientes:

1.- Omisión del deber de socorro :

Este delito está previsto y penado en el *art. 489 bis, párrafo 30 del código penal*, con el siguiente contenido: "El que no socorriere a una persona que se hallare desamparada y en peligro manifiesto y grave, cuando pudiese hacerlo sin riesgo propio ni de tercera, será castigado con la pena de arresto mayor y multa".

En la misma pena incurrirá el impedido de prestar socorro, si no demandare con urgencia el auxilio ajeno. Si la víctima lo fuere por accidente ocasionado por el que omitió el auxilio debido, la pena será de prisión menor.

Según este artículo, el delito se cometería de tres formas distintas.

- a) Cuando el socorrista omita la prestación de socorro a una persona que esta desamparada y en peligro manifiesto y grave. No hace falta que la persona fallezca a consecuencia de la situación en que se encuentra, el delito se produce simplemente por no ayudarla.
- b) Cuando el socorrista no puede prestar auxilio personalmente, por alguna razón y se queda de brazos cruzados, sin buscar auxilio ajeno.
- c) Cuando la víctima lo es por accidente ocasionado por el que omitió el auxilio debido, el propio socorrista.

Estos deberes de solidaridad comunes a todas las personas, lo son más fuertes para aquellos que voluntariamente o por contrato asumen la función de socorrer a las personas. Del socorrista no solo se va a demandar la actuación, sino también el intento de evitar el resultado que pueda producirse, así el socorrista que contempla como una persona se está ahogando y no actúa, por determinados prejuicios, o por conocer en aquella persona a un enemigo, por ejemplo, incurrirá en responsabilidad agravada por

"comisión, por omisión" reservada para quienes han contraído la obligación legal de socorrer, o han asumido voluntariamente ciertas obligaciones, o han creado ellos la fuente del peligro. No solo se exige actuar, sino además, intentar evitar la producción del resultado lesivo.

2.- Omisión del deber de impedir o denunciar ciertos delitos :

Este es otro delito por omisión que también pretende proteger ese bien que es la solidaridad humana. Según el *artículo 338 bis.*: "El que pudiendo con su intervención inmediata y sin riesgo propio a ajeno impedir un delito contra la vida o que cause grave daño a la integridad, libertad sexual, libertad o seguridad de las personas, se abstuviese voluntariamente de hacerlo será castigado con las penas de arresto mayor o multa o con ambas".

En las mismas penas incurrirá el que se abstuviese de poner en conocimiento de la autoridad o de sus agentes en el plazo más breve posible, los hechos delictivos a que se refiere el párrafo anterior. Vemos como en este caso, la ley solo castiga la pasividad; el individuo ante una situación delictiva tiene que intervenir para evitarlo y si no puede intervenir, tiene al me nos la obligación de denunciarlo. La ley exige intervenir, sólo cuando no hay riesgo; no es delito abstenerse cuando hay riesgo propio o ajeno lo cual es lógico ya que no se puede pedir a una persona (en nuestro caso a un socorrista), que sea un "superman".

3.- Denegación de auxilio:

Esta figura jurídica está pensada para aquellas personas que ostentan la condición de funcionarios públicos y por tanto tienen mayor obligación de intervenir que un ciudadano corriente.

El *artículo 371 del código penal* establece en su párrafo segundo: "..en iguales penas incurrirá el funcionario público que requerido por un particular a prestar algún auxilio a que este obligado por razón de su cargo para evitar un delito u otro mal, se abstuviera de hacerlo sin causa justificada".

Podrá darse el caso de que un socorrista fuese funcionario público, si estuviese incorporado a la administración por una relación de servicios profesionales y retribuidos como tal.

4.- Delitos imprudentes:

Señalábamos al comienzo de este apartado la diferencia entre intención e imprudencia, y conveníamos que la **imprudencia se produce cuando la acción carecía de intención, pero no se había puesto en ella la debida diligencia** y por eso resultaba un mal.

La **imprudencia temeraria** es un delito recogido en el *art. 565 del código penal* y la **imprudencia simple** se considera una falta prevista en los *artículos 586 bis y 600* del mismo texto legal.

La distinción entre delito o falta no se mide en este caso por la mayor o menor gravedad del resultado producido, sino por la mayor o menor falta de prevención y diligencia del sujeto.

Un socorrista incurrirá en imprudencia, por ejemplo, al manipular inadecuadamente a un herido cuyos síntomas indican que pueden sufrir lesión de columna vertebral.

5.- Lesión por accidente:

Si de la actuación de un socorrista, se derivase una situación lesiva para la víctima, sin culpa ni intención, y habiendo adoptado los medios necesarios para evitar el dado, no existirá responsabilidad penal.

La Ley y los Primeros Auxilios

En tanto y por cuanto, los que hemos aprendido Primeros Auxilios, SOCORREMOS ó AUXILIAMOS a la víctima de un accidente o enfermedad repentina, en cualquier literatura relacionada se nos llama SOCORRISTAS o AUXILIADORES.

Sin embargo siempre uno se pregunta si al dar los primeros auxilios a una persona luego puedo verme involucrado en un problema legal.....?

La respuesta es no, pues existen tres pasos que deben convertirse en las reglas básicas del inicio de nuestra intervención, las cuales nos permiten legalmente socorrer o auxiliar a otra persona:

- 1) Pedir apoyo
- 2) Identificarnos
- 3) Pedir Permiso para atender

Pedir Apoyo:

Teniendo en cuenta que nuestra ayuda es "provisional" debemos por obligación antes de tocar el cuerpo de la víctima PEDIR AYUDA, esto puede hacerse gritando auxilio a viva voz si no se tiene otro medio, también llamando o enviando a alguien mas a llamar al número de EMERGENCIA para procurar un apoyo médico a nuestra víctima.

Esta es la primera medida y la más importante en los primeros auxilios.

Identificarnos:

Toda persona tiene derecho a saber quien lo esta atendiendo ademas esta "presentación" servirá para dar confianza a la víctima, (es mas reconfortante para alguien que sufre una emergencia saber que esta en buenas manos), decir me llamo Hernán o soy socorrista o auxiliador y he aprendido primeros auxilios, ayuda mucho.

Pedir Permiso para atender:

A ninguna persona, por ninguna razón puede aplicársele una técnica de primeros auxilios si no nos autoriza a hacerlo, por eso siempre el que socorre

o auxilia a una víctima debe pedir permiso para atender, aún si la víctima esta inconsciente....

Se debe acercarse a la víctima y luego de presentarse pídale permiso diciendo: puedo ayudarlo...si responde "si" no hay problema, procederemos a atender la emergencia, si no responde por el estado en que se encuentra, se asume legalmente que es una persona que está pidiendo ser atendida, si es un menor de edad y está en compañía de familiares se pide el permiso a los familiares y si la persona está consciente y dice que no, nos pondremos a un lado para repetir la pregunta unos minutos después hasta que quede inconsciente lo cual nos permitiría atenderlo ó hasta que llegue la ayuda médica que tiene la potestad de intervenir directamente.

Busque tener un testigo que vea lo que usted está realizando, así no tendrá problemas con mala atención a la víctima u objetos perdidos en el lugar de la emergencia.

CASO PRÁCTICO 1 (U1)

Un amigo te dice que ayer fue testigo de un accidente. En concreto que vio como un compañero de su equipo, después del entrenamiento vomitaba y al poco rato sufrió un desmayo o algo parecido y que tenía espasmos musculares. Te contó también que se quedó inmóvil, asustado y que fue incapaz de reaccionar.

¿Sabes en qué tipo de delito podría verse implicado?. ¿Cuáles son los pasos que debería haber seguido?



Estructura y funcionamiento de un Sistema de Emergencias Sanitarias

1. Conceptos básicos

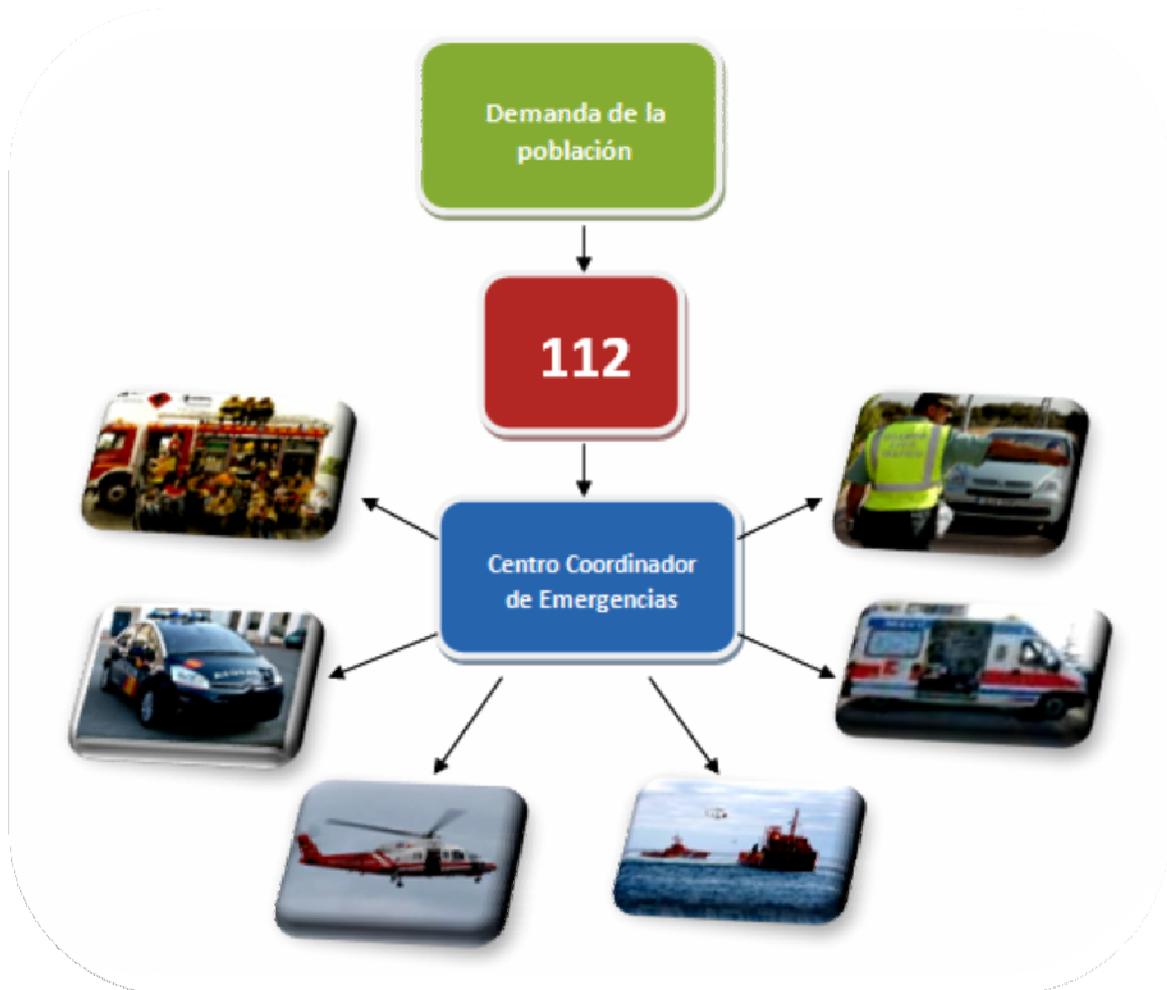
Cuando se habla de asistencia sanitaria a un accidentado, cabe la posibilidad de confundir términos como urgencias o emergencias. Dependiendo de quién los utilice (el accidentado, la familia del accidentado, el sanitario, etc..) puede tener distinto significado.

- ✓ Urgencia: Se trata de una situación de la que se requiere una atención inmediata, que no necesariamente tiene que ser grave.
- ✓ Emergencia: Se trata de una situación de aparición brusca en la que sí existe un serio compromiso para la vida o riesgo de secuelas irreversibles, en caso de que no se pongan en marcha de inmediato procedimientos de soporte vital y estabilización. Es una situación de gravedad.

En cualquiera de estos dos tipos de actuaciones se precisa de una atención especializada, prehospitalaria, que debe estar integrada dentro de un sistema multidisciplinario y además con una gran coordinación.

2. Estructura de un Sistema Integral de Emergencias (SIE) y el Sistema de Emergencias Sanitarias (SES).

Un Sistema Integral de Emergencias se define como el conjunto de servicios que son necesarios para dar respuesta profesional y sanitaria ante una situación de emergencia. Y dentro de esta estructura se incluye un sector sanitario del tipo Sistema de Emergencias Sanitarias (SES) con características propias.



Existen algunas situaciones sanitarias que requieren una actuación inmediata de forma prehospitalaria para salvar vidas. Entre ellas, los accidentes de tráfico y los infartos de miocardio destacan por su incidencia en la mortalidad y por las edades en que se producen en una sociedad desarrollada como es la nuestra.

La inmediatez en la atención en estos casos justifica la existencia de un SES, ya que así:

- Se garantiza la optimización de los recursos disponibles.
- Se facilita la atención adecuada a los accidentados.
- Se evitan posibles secuelas que pudieran derivarse de una atención tardía, como son las discapacidades personales y laborales temporales o definitivas.
- También se ayuda a una mejor y pronta reincorporación del accidentado a su vida socio-laboral.

Los elementos que caracterizan un SES, los podemos definir como:

- **Accesibilidad:** cualquiera puede acceder a este servicio con suma facilidad.
- **Rapidez:** es una de las características que lo define.
- **Efectividad:** garantiza que la asistencia prestada será la adecuada.
- **Equidad:** en nuestro caso, la asistencia sanitaria es universal, por lo que toda persona tiene derecho a dicha asistencia, independientemente de su condición social, económica o raza.
- **Eficiencia:** la asistencia debe ser útil y con un coste óptimo.

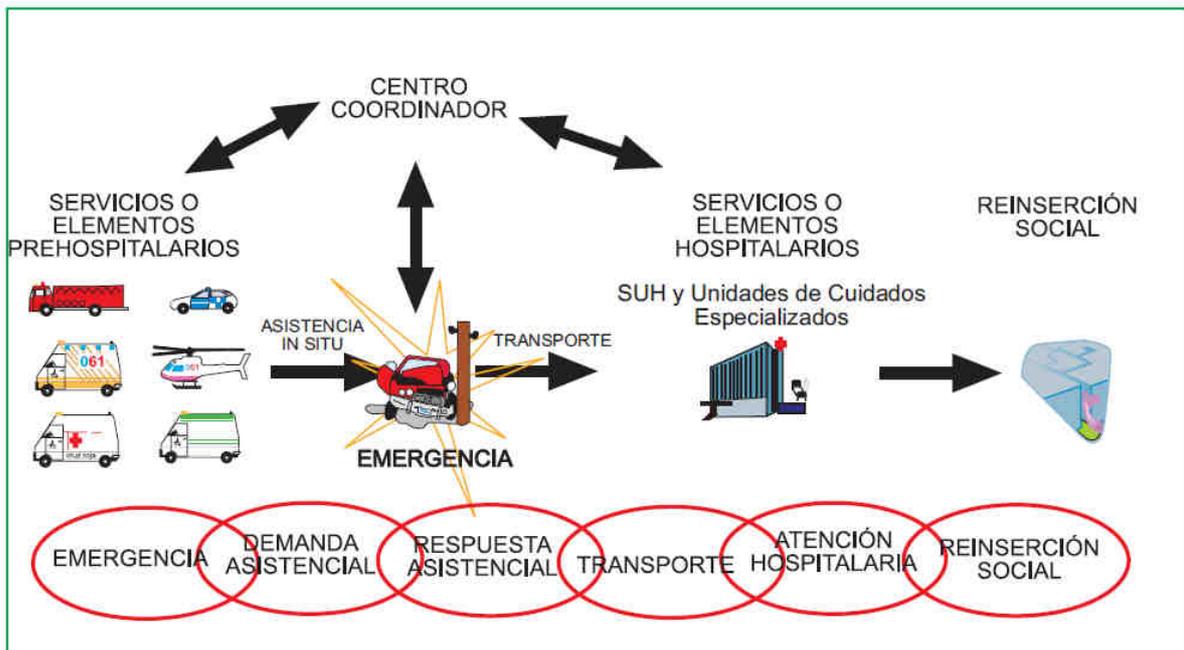
Al Servicio de Emergencias Sanitaria (SES) podemos acceder por dos vías telefónicas:

- A través del **061**
- A través del **112**. Este servicio (gratuito y activo en todos los teléfonos móviles), puede derivar la asistencia al 061 en el caso de que la emergencia sea de carácter sanitario.

Dentro de las actuaciones que se derivan de una llamada a un SES, se incluyen las que denominaremos en conjunto como “La Cadena Asistencial”. Estas son las actuaciones propiamente sanitarias que se inician en el lugar del accidente y concluyen con la inserción posterior del afectado en la vida social.

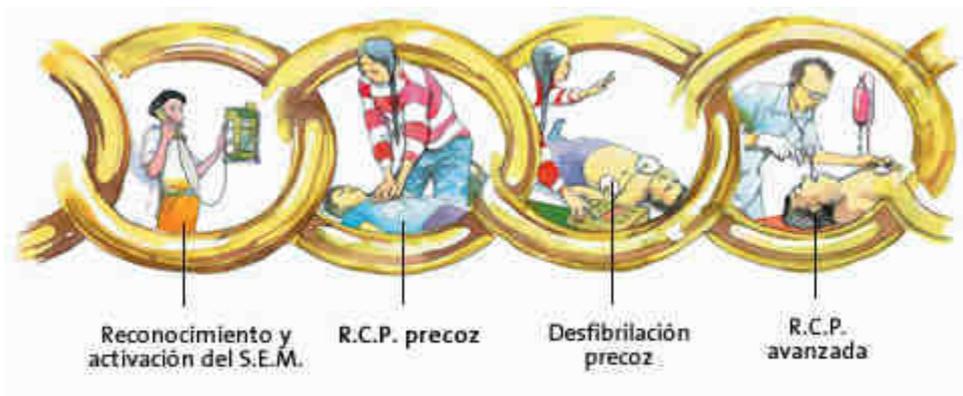


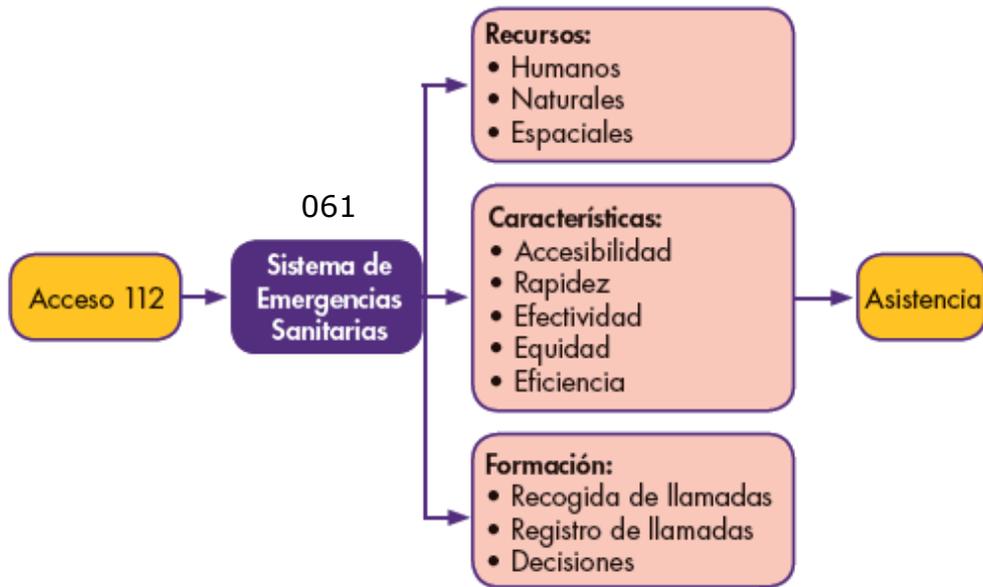
LA CADENA ASISTENCIAL



Un sistema de este tipo requiere de medios humanos (personal), un centro coordinador de urgencias encargado de registrar las llamadas, gestionarlas valorando la magnitud de la emergencia y dando una respuesta adecuada a cada llamada, y una serie de medios de transporte sanitario adecuados.

En un SES podemos encontrar también una asistencia médica urgente (formado por un médico, enfermero/a, y conductor de vehículo sanitario) que dan cobertura directa dentro del centro urbano y/o en las zonas rurales vecinas, gracias a la posibilidad de desplazamiento y equipos móviles de urgencia.





Finalmente, decir que un SIE es, además, una estructura compleja que incluye también otro tipo de actividades. Entre ellas están:

- Los programas de gestión de recursos humanos y materiales
- Las acciones para la actualización y difusión de protocolos de actuación entre el personal sanitario y la población. (Planes de asistencia a catástrofes).
- La investigación y la docencia.
- La formación continuada del personal.
- El perfeccionamiento continuo de la calidad

CASO PRÁCTICO 2 (U1)

Estás jugando un partido y uno de los jugadores del equipo contrario sufre un golpe brusco en la cara cayendo al suelo y quedando inconsciente. Además sangra abundantemente por la boca.

Inmediatamente salta el entrenador y parte de la plantilla al campo para interesarse por el jugador. Tu observas esto y ves que alguien, ante la gravedad del caso, manda llamar a otro por teléfono con urgencia.

- ¿Dónde debería llamar?
- ¿Quién contestará al teléfono?
- ¿Qué datos se deberán facilitar a la persona que conteste a esa llamada?
- ¿Qué servicios podrán acudir y qué función tendrán cada uno de ellos?

3. Organización sanitaria en Cantabria

El Servicio Cántabro de Salud

Se ocupa del desarrollo de todas las áreas que configuran el concepto integral de salud, gestionando la sanidad en todas ellas:

- información y educación sanitaria
- promoción de la salud y prevención de la enfermedad
- asistencia sanitaria
- rehabilitación y reinserción social.

Mapa Sanitario Autonómico de Cantabria

El Decreto 66/2001, de 17 agosto establece el Mapa Sanitario de Cantabria en:

- 4 Áreas de Salud (Vinculadas a un hospital de referencia) y
- 42 Zonas Básicas de Salud, marco territorial donde desarrolla su actividad el Equipo de Atención Primaria (E. A. P.)



- ÁREA I. SANTANDER..... 20 ZONAS BÁSICAS DE SALUD
- ÁREA II. LAREDO..... 8 ZONAS BÁSICAS DE SALUD
- ÁREA III. REINOSA..... 2 ZONAS BÁSICAS DE SALUD
- ÁREA IV. TORRELAVEGA..... 2 ZONAS BÁSICAS DE SALUD

La Atención Primaria

Es el primer nivel de atención del Sistema Nacional de Salud. Tiene como fin contribuir a mejorar el nivel de salud de la población, realizando actuaciones de prevención, educación sanitaria y tratamiento de la enfermedad, en coordinación con el nivel especializado.

Está integrado por:

- Equipos de Atención Primaria (EAP)
- Servicios de Urgencia de Atención Primaria (SUAP)
- Servicio de Urgencias 061

El Servicio de Emergencias 061

El 061 de Cantabria es un servicio público dependiente del Servicio Cántabro de Salud que tiene como misión dar respuesta ante urgencias y emergencias sanitarias de forma ágil, coordinada y eficiente siendo el referente en nuestra Comunidad.



Se caracteriza por:

- Accesibilidad (24h al día los 365 días del año) a través de la marcación del número telefónico 061 desde cualquier punto de Cantabria
- Cobertura al 100 % de la población
- El 80 % de la población está cubierta por las UVIs Móviles en una isocrona de 15 minutos

Siempre que se considere que la dolencia del paciente necesita atención urgente y no puede esperar. Ante la menor duda llamar, antes de acudir a un centro sanitario.

Desde el 061 se realiza una valoración médica y se le dará la orientación adecuada en cada caso.

La llamada es atendida en el Centro Coordinador de Urgencias. En primer lugar le atiende un teleoperador formado para realizar un primer interrogatorio en urgencias médicas (¿Qué le pasa?, ¿Dónde está?, etc)

Cuando es necesario interviene el médico Regulador, un médico presente las 24h en el Centro de Coordinación, el cual:

- Completa el interrogatorio.
- Toma las decisiones finales.
- Hace el seguimiento.

Bien por el médico o por el teleoperador se asigna la respuesta más adecuada a cada caso:

- Consejo médico.
- Derivación a un centro adecuado por sus medios.
- Derivación en ambulancia cuando el paciente no puede usar medios ordinarios de transporte.
- Se le proporciona asistencia en el mismo lugar donde se encuentra.
 - Urgencias no vitales.
 - Urgencias vitales .

Consejos cuando llame al 061

- En situaciones graves llame inmediatamente, cuanto antes conozcamos la situación antes podremos intervenir .
- Si tiene dudas sobre si es necesario acudir a un centro de urgencias llame antes al 061, se le orientará sobre la actitud adecuada.
- Colabore con el teleoperador y el médico que le atienden en los datos que le solicitan, todos estos datos son necesarios para conseguir la mejor atención
- Siga los consejos telefónicos que se les proporcionarán .
- Mientras llega la ayuda no dude en volver a llamar si lo considera necesario.

Recursos móviles del 061

- 4 UVIs móviles localizadas en Santander, Astillero, Torrelavega y Laredo
- 27 ambulancias para transporte urgente



Además, cuando la situación lo requiere, se cuenta con el apoyo de los 28 Servicios de Urgencia de Atención Primaria (SUAP) y de los E.A.P. de los 37 Centros de Salud

Pasos básicos de actuación ante una emergencia

Debido a que la mayoría de las emergencias se producen fuera del hospital, es posible incrementar las probabilidades de supervivencia de las víctimas si se actúa rápidamente para iniciar la llamada “Cadena de Supervivencia”.

Esta “cadena” incluye las acciones destinadas a tratar las emergencias (incluido el paro cardíaco) fuera del hospital. Cada acción o eslabón de la cadena se debe efectuar lo antes posible para ayudar a que la víctima sobreviva.

Los 4 eslabones o acciones de la cadena son:

1. llamar al 061/112 su número local de emergencias médicas.
2. iniciar RCP
3. practicar desfibrilación y
4. derivar para cuidados avanzados.

Pero qué debe hacer si está solo y encuentra a una persona que no responde (inconsciente):

1. Grite pidiendo ayuda,
2. Llame al 061/112
3. Inicie los pasos de la RCP,
4. Si otros reanimadores están presentes envíelos a llamar mientras usted inicia la RCP.

CASO PRÁCTICO 3 (U1)

Imagínate que quedas con tu equipo a las puertas de un complejo deportivo y mientras esperáis en la acera observáis que llegan dos compañeros en una moto. Quieren saludaros y al perder el equilibrio el conductor se choca contra un coche cayendo al suelo y quedando lesionados y doloridos. ¿Qué pasos tendrías que dar para practicar los primeros auxilios de forma eficaz y óptima?

Enlaces web de interés



112 Cantabria

<http://www.112cantabria.es/>

Web de primeros auxilios en urgencias y emergencias



http://www.juntadeandalucia.es/empleo/recursos2/material_didactico/especialidades/materialdidactico_primeros_auxilios/index.asp



061 Cantabria

<http://www.scsalud.es/061/index.php>