



# MAPFRE TE EDUCA...



## ¿Qué es una Emergencia?

### TEMAS

¿Qué una emergencia?	1
¿Cuáles son alguna situaciones de emergencia?	1
¿Cómo se pueden prevenir las emergencias?	2
¿Qué hacer ante una emergencia real?	2
Después de una emergencias o una urgencia...	2
¿Qué es una urgencia y cómo manejarlas?	2



La emergencia es una condición que aparece sin esperarla. Po regla general resulta ser grave y pone en riesgo de muerte inmediata a la persona y en la mayoría de las ocasiones puede causarle un daño permanente a la persona afectada por el evento. Según la Asociación Médica Americana (A.M.A.)

### La emergencia:

"es aquella situación urgente que pone en peligro inmediato la vida del paciente o la función de un órgano".

Es importante antes de visitar la sala de emergencia tomar en consideración los siguientes factores:

- Que la vida de la persona esta en peligro por su condición.
- Que lo síntomas que presentas no pueden esperar hasta que puedas coordinar una visita con tu médico.
- Tu médico primario o de cabecera puede atenderte en ese hospital.
- Si hay especialistas disponibles para manejar la condición que padeces de necesitar hospitalización.
- Los médicos de Sala de Emergencia están entrenados en medicina de emergencia para que maximices tu visita y obtengas los resultados esperados.

## ¿Cuáles son algunas situaciones de emergencia?

- Golpe en la cabeza y quedas inconsciente.
- Dificultad para respirar, que te impide hablar, sentirse asfixiado (a).
- Grandes quemaduras.
- Sangrado que no para.
- Envenenamiento.
- Fracturas óseas.
- Herida de bala.
- Diarreas y vómitos(4 ocasiones o más y en grandes cantidades).
- Aborto o síntomas de aborto.
- Víctima de un ataque sexual.
- Toser o vomitar sangre.
- Sentimientos suicidas.
- Fuerte dolor en el pecho.

## ¿QUÉ HACER ANTE UNA EMERGENCIA REAL?

- **Mantén la calma.**
- **Haz todo lo posible por colaborar con la persona que te provee el servicio o ayuda en el evento de salud.**
- **Llama al 911 de ser necesario e indica que es “una emergencia” para asistencia.**
- **Conduce al hospital en caso de poder ir en tu vehículo o coordina con un familiar para su ayuda.**

## ¿Cómo se pueden prevenir las emergencias?

Las emergencias ocurren cuando menos las esperas por lo general no las planificas, pero un cuidado inadecuado de salud puede poner de manifiesto condiciones de salud que te lleven a desarrollar situaciones de emergencia.

### Recuerda que puedes prevenir las emergencias:

- Seleccionando un médico de cabecera o médico primary para coordinar tu cuidado médico.
- Realizándote exámenes médicos regularmente ( por lo menos una vez al año).
- Llevando un estilo de vida saludable que incluya: una dieta sana y una rutina de ejercicios.
- Manejando responsablemente tu condición de salud, si ya tienes un diagnóstico de salud.
- Manteniendo el botiquín de primeros auxilios al día para manejar cualquier situaciones de urgencia que te surja.

## Después de una emergencias o una urgencia...

- Sigue las recomendaciones y tratamiento que te indicaron hasta que tu médico diga lo contrario.
- Contacta a tu médico de cabecera y explícale lo que te paso para que continúes con el tratamiento.
- De ser necesario guarda reposo hasta que el médico te indique lo contrario.



Para obtener información sobre éste y otros temas de salud contacta al Programa de Educación y Promoción de la Salud de MAPFRE y gustosamente aclararemos tus dudas.

Esta información tiene como propósito proveer información general sobre el manejo de la emergencia y urgencia, no pretende persuadirte para que no realices la visita a la sala de emergencia, si los síntomas presentados así lo requieren. Recuerda que solo tu decides finalmente si necesitas realizar la visita.

## ¿Qué es una urgencia y cómo manejarlas?



**Un dolor de espalda suele ser un evento de urgencia y no de emergencia.**

- La Organización Mundial de la Salud (O.M.S.) la define como la aparición inesperada en cualquier lugar o actividad de un problema.
- De causa diversa y gravedad variable.
- No pone en peligro de muerte inmediata,
- No causa un daño irremediable a la persona o a su familia.

### Para manejar efectivamente una urgencia recuerda:

- Coordina con tu médico una visita para evaluación del evento de salud y sus síntomas.
- Informa al médico sobre condiciones que tienes, medicamentos que tomas, dosis y frecuencia.
- Luego de la evaluación médica sigue las recomendaciones y tratamiento médico de inmediato.
- Coordina visitas de seguimiento para el manejo efectivo de tu condición de salud.