



Plataforma web:
<http://rondocare.republicadeguineaecuatorial.com>

RondoCare™ AI:

<https://chatgpt.com/g/g-6a5cefb0b6e081919a3da7b43c93c73a-rondocaretm-ai-by-elena-rondotm>

RondoCare™

Primeros Auxilios: Actúa con Confianza

Guía Rápida de Primeros Auxilios

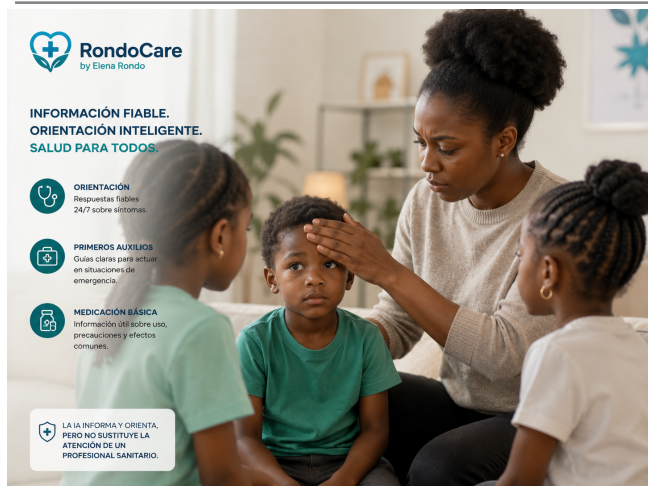
Versión Informativa

RondoCare™ by Elena Rondo™

Introducción

Los primeros auxilios son las acciones inmediatas que se realizan para ayudar a una persona enferma o lesionada antes de la llegada de los servicios de emergencia. Una actuación rápida, segura y adecuada puede reducir complicaciones y, en algunos casos, salvar vidas.

Importante: Esta guía ofrece información general y educativa. No sustituye la atención de médicos, enfermeros ni de los servicios de emergencias.





Plataforma web:
<http://rondocare.republicadeguineaecuatorial.com>

RondoCare™ AI:

<https://chatgpt.com/g/g-6a5cefb0b6e081919a3da7b43c93c73a-rondocaretm-ai-by-elena-rondotm>

Antes de actuar

Antes de ayudar a otra persona:

- ✓ Mantén la calma.
- ✓ Comprueba que el lugar es seguro.
- ✓ Protege tu propia seguridad.
- ✓ Valora el estado de la víctima.
- ✓ Llama a los servicios de emergencia si la situación es grave.

RondoCare
by Elena Rondo

RondoCare™ AI
te ofrece respuestas fiables 24/7 sobre síntomas, primeros auxilios y medicación básica.

Obtén orientación prudente antes de tu cita médica, siempre recordando que **no sustituye el diagnóstico profesional.**

Hola, soy RondoCare™ AI.
¿En qué puedo ayudarte hoy?

- SÍNTOMAS**
Obtén orientación sobre lo que puedes estar sintiendo.
- PRIMEROS AUXILIOS**
Aprende qué hacer en situaciones de emergencia.
- MEDICACIÓN BÁSICA**
Información útil sobre uso, precauciones y efectos comunes.

Información fiable. Orientación inteligente. Salud para todos.
La IA informa y orienta, pero no sustituye la atención de un profesional sanitario.

rondocare.republicadeguineaecuatorial.com

Cuidando tu salud, cada día.



Plataforma web:
<http://rondocare.republicadeguineaecuatorial.com>

RondoCare™ AI:

<https://chatgpt.com/g/g-6a5cefb0b6e081919a3da7b43c93c73a-rondocaretm-ai-by-elena-rondotm>

Pasos básicos de actuación (Protocolo PAS)

P – Proteger

- Evita nuevos riesgos.
 - Aleja a la víctima del peligro solo si es seguro hacerlo.
 - Utiliza guantes o barreras de protección cuando sea posible.
-

A – Avisar

Solicita ayuda inmediatamente si:

- la persona no responde;
 - presenta dificultad para respirar;
 - sangra abundantemente;
 - ha sufrido un accidente grave;
 - tiene convulsiones prolongadas;
 - presenta signos de infarto o ictus.
-

S – Socorrer

Presta ayuda básica mientras llega la asistencia sanitaria.

Nunca realices procedimientos para los que no estés capacitado.



Plataforma web:
<http://rondocare.republicadeguineaecuatorial.com>

RondoCare™ AI:

<https://chatgpt.com/g/g-6a5cefb0b6e081919a3da7b43c93c73a-rondocaretm-ai-by-elena-rondotm>

Emergencias frecuentes

Parada cardiorrespiratoria

Signos

- No responde.
- No respira normalmente.

Qué hacer

- Llama inmediatamente a emergencias.
- Inicia compresiones torácicas si sabes cómo realizarlas.
- Utiliza un desfibrilador (DEA) si está disponible y sabes emplearlo.
- Continúa hasta la llegada de ayuda.

Hemorragias

Qué hacer

- Presiona directamente sobre la herida con un paño limpio.
- Mantén la presión constante.
- Si es posible, eleva la extremidad afectada.
- No retires objetos incrustados en la herida.

Busca atención médica urgente si el sangrado no se controla.



Plataforma web:

<http://rondocare.republicadeguineaecuatorial.com>

RondoCare™ AI:

<https://chatgpt.com/g/g-6a5cefb0b6e081919a3da7b43c93c73a-rondocaretm-ai-by-elena-rondotm>

Quemaduras

Qué hacer

- Enfría la zona con agua corriente durante aproximadamente 20 minutos.
- Retira anillos o ropa ajustada si no están adheridos a la piel.
- Cubre la quemadura con un apósito limpio.

No hacer

- ✗ No aplicar pasta dental.
 - ✗ No usar mantequilla.
 - ✗ No romper ampollas.
-

Atragantamiento

Si la persona puede hablar o toser:

- Anímla a seguir tosiendo.

Si no puede respirar:

- Solicita ayuda de inmediato.
 - Si sabes realizar maniobras de desobstrucción de la vía aérea, aplícalas siguiendo la formación recibida.
-



Plataforma web:

<http://rondocare.republicadeguineaecuatorial.com>

RondoCare™ AI:

<https://chatgpt.com/g/g-6a5cefb0b6e081919a3da7b43c93c73a-rondocaretm-ai-by-elena-rondotm>

Convulsiones

- Protege la cabeza de la persona.
- Retira objetos peligrosos del entorno.
- Afloja la ropa ajustada.

No sujetes a la persona ni introduzcas objetos en su boca.

Solicita atención médica si la convulsión dura más de cinco minutos, se repite o es la primera que presenta.

Desmayo

- Coloca a la persona acostada.
 - Eleva las piernas si no sospechas lesiones.
 - Afloja la ropa ajustada.
 - Vigila su respiración.
-

Fracturas

- Evita mover la extremidad lesionada.
 - Inmovilízala si sabes hacerlo.
 - Aplica frío envuelto en un paño para reducir la inflamación.
 - Busca atención médica.
-



Plataforma web:
<http://rondocare.republicadeguineaecuatorial.com>

RondoCare™ AI:

<https://chatgpt.com/g/g-6a5cefb0b6e081919a3da7b43c93c73a-rondocaretm-ai-by-elena-rondotm>

Picaduras y mordeduras

- Lava la zona con agua y jabón.
- Aplica frío local.
- Observa si aparecen signos de reacción alérgica.

Si hay dificultad para respirar, hinchazón de la cara o pérdida de conciencia, solicita ayuda urgente.

Botiquín básico recomendado

Un botiquín doméstico debería incluir:

- Gasas estériles.
 - Vendas.
 - Esparadrapo.
 - Guantes desechables.
 - Antiséptico.
 - Suero fisiológico.
 - Tijeras de punta roma.
 - Pinzas.
 - Compresas frías instantáneas.
 - Termómetro.
 - Analgésicos de venta libre (según indicación del prospecto o de un profesional sanitario).
-



Plataforma web:
<http://rondocare.republicadeguineaecuatorial.com>

RondoCare™ AI:

<https://chatgpt.com/g/g-6a5cefb0b6e081919a3da7b43c93c73a-rondocaretm-ai-by-elena-rondotm>

Cuándo llamar inmediatamente a emergencias

Busca ayuda urgente si la persona presenta:

- pérdida de conciencia;
- dificultad para respirar;
- dolor intenso en el pecho;
- hemorragia abundante;
- quemaduras extensas;
- traumatismo grave;
- sospecha de ictus;
- convulsiones prolongadas;
- reacción alérgica grave.

Prevención salva vidas

Muchas emergencias pueden prevenirse mediante:

- uso de cinturón de seguridad y casco;
 - supervisión de niños;
 - almacenamiento seguro de medicamentos y productos químicos;
 - formación en primeros auxilios y RCP;
 - mantenimiento de un botiquín actualizado.
-



Plataforma web:
<http://rondocare.republicadeguineaecuatorial.com>

RondoCare™ AI:

<https://chatgpt.com/g/g-6a5cefb0b6e081919a3da7b43c93c73a-rondocaretm-ai-by-elena-rondotm>

Mensaje de RondoCare™

En una emergencia, mantener la calma y actuar con rapidez puede marcar la diferencia. La mejor preparación es la prevención y la formación continua.

RondoCare™ promueve el acceso a información sanitaria fiable para ayudar a las personas a actuar con mayor seguridad mientras reciben atención profesional.

Aviso importante

Esta guía tiene fines exclusivamente informativos y educativos. No sustituye la valoración, el diagnóstico ni el tratamiento realizados por profesionales sanitarios. Ante una urgencia médica o una situación potencialmente grave, contacta inmediatamente con los servicios de emergencia de tu país o acude al centro sanitario más cercano.

RondoCare
by Elena Rondo

INFORMACIÓN QUE CUIDA. ACCIONES QUE SALVAN.

RondoCare™ te ofrece orientación rápida y fiable sobre primeros auxilios, síntomas y medicación básica.

- Información fiable**
Guías claras y verificadas para tu seguridad.
- Siempre contigo**
Lleva conocimiento esencial dondequiera que vayas.
- Salud para todos**
Orientación inteligente para proteger a los tuyos.

La información orienta, pero nunca sustituye la atención de un profesional sanitario.

- PRIMEROS AUXILIOS**
Actúa con confianza en emergencias.
- SÍNTOMAS**
Entiende lo que tu cuerpo te dice.
- MEDICACIÓN BÁSICA**
Información útil sobre uso y precauciones.
- ACCESO 24/7**
Orientación fiable cuando más lo necesitas.

rondocare.republicadeguineaecuatorial.com | Cuidando tu salud, cada día.