

Pérdida Transitoria del Conocimiento

De forma repentina, la persona pierde el conocimiento y el tono muscular. No responde si hablamos con ella o la movemos, pero respira en todo momento y se recupera sin ninguna secuela.

En ocasiones, la persona puede tener síntomas antes de perder el conocimiento (lipotimia): mareo, sudoración o náuseas. Las posibles causas son diversas: bajadas de azúcar, de la tensión, dolor intenso, exposición al calor, mantenerse en pie demasiado tiempo, etc. Por lo tanto, se puede prevenir si se evita la exposición a estas situaciones. Si la persona empieza a notar síntomas y **todavía no ha perdido el conocimiento**, podemos ayudarla tumbándola en el suelo y levantándole las piernas.

En otras ocasiones, la pérdida de conocimiento sucede de forma repentina, sin síntomas previos (síncope). En este caso, las causas que la desencadenan deben ser estudiadas por el médico o médica.

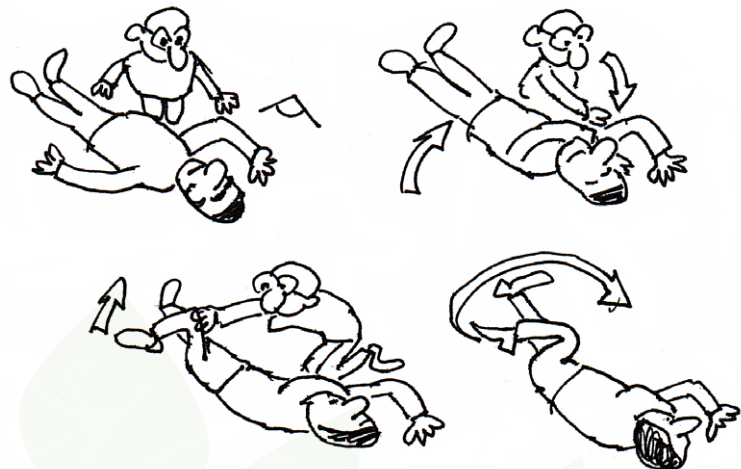
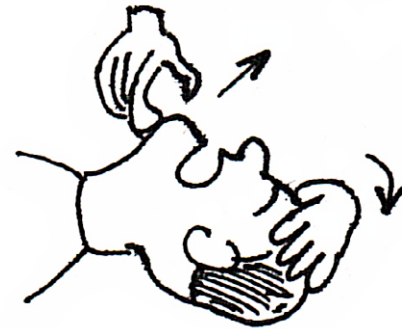
¿Qué hacer si la persona ha perdido el conocimiento?

1. Antes de hacer nada, debemos asegurarnos de que no hay ningún peligro, ni para ella, ni para nosotros. No debe correrse ningún peligro.
2. Llamamos al 112 y explicamos la situación. Activamos el “manos libres” si utilizamos el teléfono móvil, para seguir hablando mientras la ayudamos.
3. La dejamos donde la hemos encontrado y solo la cambiamos de lugar si hay peligro: tránsito, incendios, temperaturas extremas, posibilidad de intoxicaciones, etc.
4. Comprobamos si respira:
 - Observamos durante 10 segundos si respira, si notamos su aliento en nuestra mejilla o si el tórax se mueve.
 - **Si tenemos dudas y no ha sufrido un accidente o una caída**, podemos hacer la maniobra frente-mentón para ayudar a abrir la vía aérea: una mano en la frente y la otra en la barbilla, y movemos la barbilla

hacia arriba y la frente hacia abajo. Si ha sufrido un accidente o una caída, no podemos moverle la cabeza ni la nuca.

5. Si respira, la ponemos en **posición lateral de seguridad**:

- Cara arriba, con el brazo más cercano a nosotros en ángulo recto.
- Cruzamos el otro brazo y ponemos el dorso de su mano bajo el pómulo de nuestro lado.
- Flexionamos la pierna que nos queda más lejos.
- Giramos todo el cuerpo hacia nosotros.



6. **Hasta que llegue la ambulancia:**

- No dejamos nunca sola a la persona.
- Comprobamos a menudo si respira.
- Podemos aflojarle la ropa, el cinturón, la corbata...
- Evitamos que esté expuesta a temperaturas extremas.
- No le damos nada de beber o comer.

Si no respira, hay que iniciar maniobras de reanimación cardiopulmonar.