

QUÈ HEM DE FER SI UN FUTBOLISTA ES DESMAIA?

21 novembre, 2018

Sempre existeix la possibilitat al futbol de patir un fort xoc i desmaiar-se. Episodis com aquest no són habituals però sí que passen sobre un terreny de joc, ja que el futbol és un esport de contacte i sempre existeix aquesta possibilitat de xoc o caiguda.

Quan es produeix aquesta circumstància, els que estem al voltant del jugador estès, estem preparats per ajudar-lo? Una mala actuació dels companys a l'hora d'auxiliar a un esportista ferit pot provocar-li fins i tot una tetraplegia.

La primera cosa que hem de fer si un futbolista es desmaia és assegurar-nos que està respirant. Després, immediatament comprovar que la boca no estigui obstruïda per la llengua o pel vòmit. Hem de posicionar de forma correcta el cap, el coll i la mandíbula, utilitzant maniobres molt concretes. Si la persona està vomitant, s'ha de posicionar-la de costat ràpidament. És l'anomenada **PLS** o Posició Lateral de Seguretat, amb la finalitat que la boca pugui expulsar tot el vòmit i el jugador no s'ofegui.

Però el cas es pot complicar si hi ha una caiguda molt forta. Si el jugador s'ha desmaiat com a conseqüència d'una forta caiguda existeix la possibilitat que el coll s'hagi trencat. Si és el cas, s'han d'extremar al màxim les precaucions i tenir molta cura de com desplaçem al jugador. És molt important impedir que el coll es mogui. Aquesta acció s'aconsegueix mantenint el cap perfectament alineat amb el cos sense que aquesta s'inclini cap endavant o cap enrere.

Per regla general, si el jugador que s'ha desmaiat respira i no s'està ofegant millor no moure-la i esperar que arribi ajuda sanitària per **evitar produir lesions medul·lars**. Si el

jugador no respira i es troba en un lloc on no pot rebre assistència ràpida d'un professional, hem de posicionar-lo de costat intentant que l'eix del coll i el cap no es mogui.

Per això, des de la Mutualitat Catalana de Futbolistes recomanem fer cursos de Primers Auxilis de la Creu Roja. Que cada equip tingués jugadors capaços d'atendre als seus companys davant una emergència seria ideal.

Font: Creu Roja