

QUÈ FER QUAN LA LLENGUA D'UN JUGADOR OBSTRUEIX LES VIES RESPIRATÒRIES



No és correcte dir que un jugador de futbol s'ha empassat la llengua. En tot cas, si caiem inconscients a terra tres un fort contacte, la llengua es relaxa i ens pot arribar a obstruir les vies respiratòries, per la qual cosa ens podem quedar sense respiració. El Departament de Medicina de la FIFA dona les instruccions, en [aquest pòster](#), del protocol d'actuació quan la llengua d'un jugador obstrueixi les vies respiratòries.

La llengua és una estructura muscular l'arrel de la qual està unida a la mandíbula i als ossos hioides. Això significa dues coses:

- Quan un jugador es queda inconscient (sigui qual sigui el motiu), els músculs que formen la llengua es relaxen, per la qual cosa si el jugador o pacient està cap amunt, La llengua s'anirà cap a enrere pel seu propi pes i per acció de la gravetat, podent obstruint el pas de l'aire cap als pulmons.
- En segon lloc, donat que la llengua s'insereix en uns ossos, la única manera d'empassar-se la llengua seria tallant-la. Per tant, no podem dir la frase de "aquest jugador s'ha empassat la llengua".

La maniobra que s'utilitza per "retirar la llengua " en una persona inconscient es denomina "front-mentor" (el personal sanitari hauria de valorar l'ús d'alguna tècnica alternativa en cas de sospita de traumatisme). Per realitzar-la, s'ha de col·locar una mà en el front del pacient, altra sota de la barbeta i tirar-li el cap per enrere. D'aquesta manera, a l'elevat la mandíbula, com la llengua està inserida a la mateixa, aconseguirem elevar la llengua i desobstruir la via aèria.

Si el jugador segueix respirant adequadament bastarà amb girar-lo i posar-lo de costat PSL (posició de seguretat lateral).

També es pot utilitzar la cànula de Guedel, que és un simple tub corb faringi de material plàstic, que introduït a la boca del jugador, manté expeditiva la via aèria, impedit que la llengua i la musculatura obstrueixin l'aire. Aquest tub no resulta violent per al jugador. Es pot utilitzar en qualsevol jugador inconscient, traumàtic o no traumàtic.

Si el jugador no respira es que s'està produint una aturada cardíaca respiratòria i, per tant, és necessari iniciar una reanimació cardíaca pulmonar per la qual cosa seria necessari utilitzar un desfibril·lador extern automàtic.