



¿CÓMO ATENDER UNA CONVULSIÓN?

Estas son algunas medidas generales para ayudar a alguien que este teniendo una convulsión:

- Recueste a la persona en el piso.
- Voltee a la persona suavemente hacia un lado. Esto la ayudará a respirar.
- Retire del área alrededor de la persona los objetos duros o filosos para prevenir lesiones.
- Ponga la cabeza de la persona sobre algo suave y plano, como una chaqueta doblada.
- Si tiene anteojos, quíteselos.
- Suéltele la corbata o cualquier cosa que tenga alrededor del cuello que pueda dificultar su respiración.
- Tome el tiempo que dure la convulsión. Llame al 911 si la convulsión dura más de 5 minutos.



Epilepsy Foundation of America. (2016). Actividad convulsiva – Adulto [Dibujo].

¿Qué hacer ante una crisis convulsiva? (2018). <https://www.brainandlife.org/the-magazine/spanish/2018/verano-2018/que-hacer-ante-una-crisis-convulsiva/>

También es importante tener conocimiento de las acciones que no debemos realizar ante una convulsión:

- No trate de sujetar a la persona o evitar que se mueva.
- No ponga nada en la boca de la persona porque podría lesionarle los dientes o la mandíbula. Una persona con una convulsión no se puede tragar la lengua.
- No intente darle respiración boca a boca (como RCP). Por lo general, las personas comienzan a respirar de nuevo por su cuenta después de una convulsión.
- No le ofrezca agua ni alimentos a la persona hasta que no esté completamente alerta.

Asimismo, para llamar al 911 se deben de considerar lo siguiente:

- La convulsión dura más de 5 minutos.
- La persona tiene otra convulsión poco después de la primera.
- La persona se lesiona durante la convulsión.
- La convulsión se presenta cuando la persona está en el agua.
- La persona tiene otra afección como diabetes, enfermedad cardíaca o está embarazada.

De igual modo estas son algunas recomendaciones para tratar a la persona afectada:

- Permanezca con la persona hasta que la convulsión haya pasado.
- Cuando la persona se encuentre consciente explíquelo lo sucedido.
- Manténgase calmado.
- Comuníquese con el 911 o acompañe a la persona hasta un lugar seguro.



CulturaOcio. (s. f.). Epilepsia, ¿cuáles son los principales desencadenantes de las convulsiones? [imagen]. infosalus.com.
<https://www.infosalus.com/salud-investigacion/noticia-epilepsia-cuales-son-principales-desencadenantes-convulsiones-20170222071442.html>



Referencias:

Centro Nacional para la Prevención de Enfermedades Crónicas y Promoción de la Salud. (2018).

Primeros auxilios para las convulsiones | Epilepsia | CDC. cdc.gob.

<https://www.cdc.gov/epilepsy/spanish/primeros-auxilios.html>

Stanfordchildrens. Stanford Medicine Children's Health. (s. f.-c). Stanfordchildrens.

<https://www.stanfordchildrens.org/es/topic/default?id=convulsiones-y-la-epilepsia-90-P05731>

Mayo Clinic. (2023). Convulsiones - Síntomas y causas. [https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-](https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/seizure/symptoms-causes/syc-20365711)

[conditions/seizure/symptoms-causes/syc-20365711](https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/seizure/symptoms-causes/syc-20365711)

Todd, L. (2021). Síntomas de convulsiones: Signos tempranos, posteriores a la convulsión y más.

<https://www.medicalnewstoday.com/articles/es/sintomas-de-las-convulsiones#resumen>