

---

# Primeros auxilios: Choque o shock

El choque o shock ocurre cuando los órganos vitales del cuerpo no reciben suficiente sangre oxigenada. Sin suficiente oxígeno, el cuerpo no puede funcionar adecuadamente y la persona se puede morir. El choque puede ocurrir de varias maneras. Es posible que usted entre en choque porque perdió mucha sangre (choque hemorrágico o hipovolémico). También puede deberse a un caso grave de infección (choque septicémico), reacción alérgica (choque anafiláctico) o de lesión a la médula espinal (choque neurógeno). Otra forma de choque puede ocurrir cuando el corazón no está funcionando correctamente y no puede bombear la sangre por el cuerpo (choque cardíaco). En muchos casos, los primeros auxilios solo retardan la progresión de esta afección que puede causar la muerte.

## Cuándo llamar al 911

Llame al 911 ante el primer signo.

## Señales de choque

- Palidez de la piel o del tejido rosáceo dentro del labio inferior.
- La piel puede sentirse fría y húmeda.
- Los labios o las uñas pueden volverse azules en las personas de tez clara. En las personas de tez oscura, los labios y las uñas pueden parecer grises.
- El pulso puede ser tan débil que apenas puede sentirlo. O quizás esté tan acelerado que no puede contar las pulsaciones.
- La persona que lo sufre puede estar confundida o incapaz de concentrarse o no tener ninguna expresión en el rostro. A medida que pasa el tiempo, puede quedar inconsciente.

## Qué hacer

### Paso 1. Atienda las señales de peligro de muerte

- Llame al 911.
- Dé la RCP si fuese necesario.
- Controle toda hemorragia abundante para evitar que el estado de choque empeore. Use guantes u otra forma de protección para evitar el contacto con la sangre de la persona afectada. Aplique presión directa sobre la herida para controlar el sangrado.

### Paso 2. Cuidados en caso de choque

- Llame al 911.
- Si la persona está inconsciente pero respira, mueva la cabeza y el cuello a la posición adecuada para mantener abierta la vía aérea. Si no hay signos de lesión en la cabeza, el cuello, la espalda o la cadera, gire a la persona de lado. Apóyele la cabeza sobre el brazo extendido y flexiónele ambas rodillas.

- 
- Si la persona reacciona y respira con normalidad, acuéstela boca arriba. Levántele los pies unos 15 a 30 centímetros (6 a 12 pulgadas). Haga esto solamente si no hay evidencia de quebraduras de huesos o de lesiones en la cadera, la espalda o la cabeza. Pero no lo haga si le causa dolor a la persona.
  - Si es necesario, coloque una manta sobre la persona para mantener la temperatura del cuerpo.
  - Mantenga a la persona tranquila y en silencio. Al hablar se utiliza oxígeno y esto puede empeorar los efectos del choque.
  - No le dé nada de comer ni de beber.