U1. Posición Lateral de Seguridad (PLS)

Acabas de ver a un alumno al final del pasillo tumbado en el suelo, solo, inconsciente. Te acercas corriendo, te arriodillas junto a él y compruebas que mantiene una respiración espontánea eficaz... ¡rápido, tienes que pensar en qué y cómo hacer algo!

Baste con esta introducción para empezar... te aseguramos que lo aprenderás en 10 minutos de tu tiempo.

¿Qué es la PLS?

Como has comprobado a lo largo de los textos anteriores la PSL es la posición en la que debe colocarse un paciente inconsciente hasta la atención médica.

- **Consiste en** tumbar a la persona sobre un costado, con la cabeza apoyada en un brazo y la pierna libre flexionada.
- **Es útil porque** evita que, en caso de producirse vómitos, éstos sean aspirados a las vías respiratorias y que la lengua las obstruya.

Importante

Indicación de la PLS:

- Inconsciente
- Sin traumatismos en columna o cráneo
- Con respiración estable
- Con pulso estable

Lo que tienes que hacer es:

- Arrodillarte a un costado de la persona

Copyright 2026

- Estirar hacia atrás el brazo más cercano a ti
- Flexionar la rodilla más lejana a ti
- Coger al paciente por la muñeca del brazo que no ha movido, y con la otra mano, por la rodilla flexionada
- Tira hacia ti con suavidad, así el paciente se ladeará hacia tu lado
- Apoya en el suelo el brazo y la pierna sobre los que has traccionado
- Reajusta la posición de la cabeza y permanece junto al paciente, vigilando sus constantes vitales: consciencia, respiración y pulso hasta que llegue la ayuda solicitada.

Lo que no es recomendable que hagas es:

- Abandonar al paciente injustificadamente sin que haya llegado la ayuda solicitada
- Administrarle sólidos o líquidos por la boca

Es recomendable que además permitas un ambiente aireado, evitando aglomeraciones de personas, sobre todo niños que se acercan a ver y pueden asustarse, consiguiendo de esta manera mejor aireación del espacio en el que está el individuo tumbado.

Revision #3
Created 2022-04-04 14:41:51 CEST by Equipo CATEDU
Updated 2022-04-15 17:51:46 CEST by Felipe Juanas

Copyright 2026