Junio de 2023 /2023ko ekaina

De a

La revista para los/as socios/as protectores/as de DYA, Nº 44

DYA

tik ra

DYAren bazkide babesleentzako aldizkaria, 44. zenbakia

Preparados para el verano

Actualidad:

Bizkaia dona más de 360.000 kilos de ropa para Siria
Bizkaiak 360.000 kilo arropa baino gehiago eman ditu Siriarako

Primeros Auxilios:

Primeros Auxilios playeros
Hondartzako lehen sorospenak

Un verano de gran actividad para la DYA

Con la llegada del buen tiempo se multiplican las actividades culturales y deportivas.

Se nota que la gente quiere disfrutar de los días largos y las temperaturas agradables, por no hablar de que es la época del año en la que se concentran la gran mayoría de las fiestas patronales de los municipios vizcaínos.

Por eso los meses de julio, agosto y septiembre son los de mayor actividad para un área fundamental de la DYA: los servicios preventivos.

Y es que, tomar las adecuadas medidas de protección que garanticen una correcta cobertura sanitaria, es una obligación en el caso de actividades que concentren un gran número de personas: existen normativas legales sobre medidas de seguridad y prevención exigidas para la organización de actos públicos.

Cubrimos la demanda de cobertura sanitaria exigida por la Ley a empresas, particulares e instituciones que quieran organizar actos públicos.

Además de operativos especiales en citas de gran envergadura a las que asisten decenas de miles de personas como son las Madalenas de Elantxobe o el Concurso de Paellas de Aixerrota (en Getxo), también nos encargamos de garantizar una asistencia sanitaria óptima en cientos de eventos más:

- Actividades deportivas: carreras ciclistas, pruebas atléticas, traineras, competiciones automovilísticas, maratones y triatlones, campeonatos de fútbol…
- Fiestas populares: conciertos y romerías, fuegos artificiales, comidas populares, puestos de socorro en recintos festivos, bajadas de goitiberas…
- Actos socio-culturales: conciertos y festivales (tanto al aire libre como en recintos cerrados), teatro, danza…

Formaciones de Primeros Auxilios en campamentos y colonias de verano

Este verano TXIKIDYA KLUBA no va a descansar con la llegada del fin de curso. Y es que, durante el mes de julio vamos a seguir ofreciendo formación práctica de Primeros Auxilios a niños y niñas en las colonias y campamentos de verano organizados por Campus-Bilbao, Ayuntamiento de Güeñes, Ayuntamiento de Durango, Colegio Escolapios de Bilbao, Galdakao Hiri Udalekuak, Colegio San Pelayo de Ermua, Colegio Salesianas de Barakaldo y Ayuntamiento de Gorliz.

Así, al resto de divertidas actividades que realicen en estos campamentos estivales podrán sumar el aprendizaje de cosas tan prácticas como: saber realizar una reanimación cardio-pulmonar (RPC) y cómo usar un desfibrilador, conocer los diferentes tipos de hemorragias que existen y cómo se debe actuar en cada caso, descubrir cómo es una ambulancia por dentro y el equipamiento del que dispone…

El Departamento de Atención Psicológica de la DYA

Verónica y Esther son dos psicólogas de emergencias de la DYA que forman parte de este departamento creado en 1998 por la Asociación para proporcionar una continuidad en la asistencia a las víctimas de accidentes de tráfico que habíamos atendido y que presentaban también secuelas de carácter psicológico y anímico.

Licenciadas en Psicología, Máster en Psicología General Sanitaria o integrante de la Red Nacional de Psicólogos para la Atención de las Víctimas del Terrorismo son algunas de las referencias que incluyen los currículos de ambas psicólogas, a las que hemos pedido que nos expliquen cómo es su día a día en este ámbito.

Asistencia a los familiares de una persona que se ha suicidado

Como indica Verónica *"Este tipo de activaciones suelen surgir a requerimiento de SOS-DEIAK en virtud del convenio de colaboración establecido con la DYA para que prestemos servicios en operaciones de protección civil y atención de emergencias… aunque también puede suceder que sea nuestra propia ambulancia la que requiera nuestra presencia".*

Así sucedió el pasado mes de marzo cuando a primera hora de la mañana se recibió en la Central de la DYA una llamada para que acudieran a una popular calle bilbaína.

"Al ser psicólogos de emergencia, estamos disponibles las 24 horas del día los 365 días del año, porque no sabes cuándo puede haber una activación. En este caso acabábamos de empezar la jornada cuando entró el aviso, pero otras veces nos ha pillado ya en casa con la cena puesta, como en el caso reciente de una persona que se suicidó en un pantano, o a la hora de recoger a los niños del colegio en el caso de un acompañamiento que hicimos el verano pasado a los padres de un trabajador fallecido en horario laboral".

¿Y qué es lo que puede hacer un psicólogo en estos casos?

"En las horas inmediatamente posteriores a un hecho como este, lo que la gente más suele necesitar es un acompañamiento que le ayude a desahogarse en un primer momento. Muchas veces se tiene miedo de mostrar los sentimientos delante de otros miembros de la familia para no contagiar el dolor y sumar todavía más carga emocional a la situación y por eso la presencia de alguien externo sirve como catalizador de esas emociones. Facilitamos el encarrilamiento del duelo".

"Además -apunta Esther- *el haber estado presentes en muchas situaciones similares nos da un conocimiento de los pasos a seguir y los trámites a realizar. Muchas veces en las conversaciones las personas con las que hablamos están desorientadas e inevitablemente surge la pregunta ¿y qué tengo que hacer ahora? Nosotras les explicamos el proceso, los tiempos…".*

Simulacro de accidente aéreo

El aeropuerto de Bilbao organiza bianualmente simulacros de accidente aéreo en sus pistas, como parte de sus protocolos de seguridad. El último, reproducía el choque de una avioneta contra un camión que transportaba productos químicos.

El equipo de psicólogos de emergencias de la DYA también participó en el simulacro junto a Ertzaintza, Bomberos, Cruz Roja, efectivos de protección civil…

"En este caso -al igual que haríamos si el accidente hubiera sido real- nuestra labor consiste en recibir a los familiares que se acerquen al aeropuerto para saber si sus seres queridos iban o no en el avión accidentado, si están muertos o vivos, conocer la gravedad de sus heridas…".

"En estos casos es fundamental aislar a los familiares de lo que está pasando fuera para evitar rumores y que solo reciban información veraz de primera mano. Se recomienda evitar las redes sociales -donde pueden circular videos o fotografías del accidente- e incluso en un simulacro anterior llegamos a desenchufar las televisiones".

Formación al voluntariado y Técnicos de emergencia Sanitaria

"Recientemente desde el departamento de atención psicológica también hemos impartido una serie de cursos al voluntariado y personal laboral de ambulancias sobre cómo actuar en caso de encontrarse durante el desempeño de su labor con víctimas de agresiones sexuales o con pacientes psiquiátricos".

La opinión del lector

Eskerrik asko bizitzak salbatzen erakusteagatik

Lerro labur hauen bidez, negu honetan antolatutako lehen sorospenetako doako tailerrengatik nire esker ona adierazi nahiko nioke DYAri. Hain zuzen ere, tailer horietako batzuetara joateko aukera izan dut: eztarriko trabamenduei buruzkora, desfibriladoreen erabilerari buruzkora eta erredurei arreta ematekoarenera. Zalantzarik gabe, oso ekimen ona da eta etorkizunean ere prestakuntza berriekin osatzen joango direla espero dut herritarrok, larrialdi-egoera baten aurrean, zer egin beharko genukeen jakiten lagun diezaguten.

Miren T. (Bilbao)

Tenéis un corazón de oro

Como seguramente nos pasó a todos, cuando vimos las imágenes del terremoto de Turquía y Siria se me heló el corazón. Por eso cuando me llegó la noticia de que la DYA estaba recogiendo ropa para hacérsela llegar a las víctimas de la catástrofe no dudé ni un minuto.

Pero debo reconocer que lo que más me sorprendió fue el panorama que me encontré cuando me acerqué a entregar la bolsa de ropa que había llevado para donar.

Montañas de prendas que llegaban casi hasta el techo, filas de cajas que ocupaban prácticamente todos los pasillos; una actividad frenética de personas: unas haciendo cajas, otras empaquetando, otras cargándolas en vehículos para llevarlas al almacén.

Así que no me quedó más remedio que quedarme a ayudar. Y la tarde que pasé en compañía de Gontzal, Belén, Leire, Arrate y decenas de personas más es de las que no se olvidan.

Sí, a la noche llegué a casa hecho polvo pero lleno de orgullo. Por lo que tenemos en Bizkaia y por mi pequeña contribución. ¡¡Seguid así!!

Juan Pablo D.A. (Galdakao)

Pasatiempos: Sudoku

	2			3	4			
5		4	8			6		2
8	1			7			4	9
		2	4			7	9	1
	5		9					8
3			1					6
1					8	9		
		9			5	1		
					9			

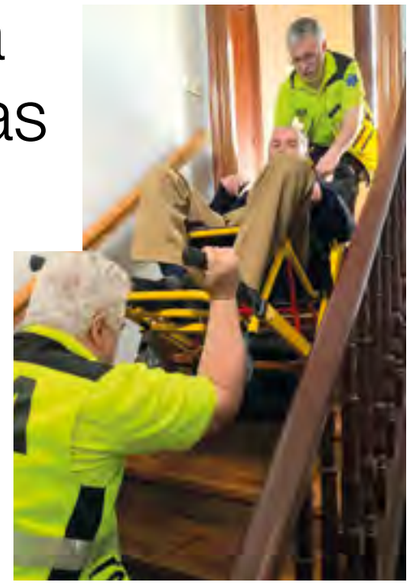
Para participar en el sorteo de una baliza señalizadora luminosa para el coche, responde utilizando los números destacados en los cuadros verdes a la pregunta:

¿Qué año se inauguró la tradicional base de la DYA de la Alameda San Mamés, en Bilbao?

Puedes enviarnos la respuesta a **concurso@dya.eus** ¡Buena Suerte!

El ganador del sorteo del anterior número de la revista ha sido: José Luis Alacano.

La DYA ayuda a votar a personas con problemas de movilidad



Al igual que en ediciones anteriores, en las elecciones municipales y forales del pasado 28 de mayo, la DYA puso en marcha en Bizkaia un operativo para acercar hasta los colegios electorales a personas con movilidad reducida para que pudieran ejercer su derecho al voto.

Este servicio estuvo dividido en dos áreas funcionales. Por un lado, un servicio de transporte en vehículos especialmente adaptados para trasladar a personas en silla de ruedas… y, por el otro, un equipo de voluntarios equipados con salvaescaleras para la superación de barreras arquitectónicas.

365 velas por la paz y la convivencia

El pasado 24 de febrero no podíamos dejar de asistir al emotivo acto que organizaron nuestros amigos de Ukrania SOS justo cuando se cumplía un año de la invasión rusa.

Un tiempo en el que hemos estado ayudándoles todo lo posible: llevando material sanitario y de primera necesidad, trayendo a Euskadi a refugiados de guerra, organizando una fiesta de Navidad para los niños y niñas ucranianas…

120.000 kilos de ropa enviados a las víctimas del terremoto de Siria

Con el fin de ayudar a las víctimas del terremoto que asoló Siria y Turquía el pasado mes de febrero, la DYA puso en marcha en Bizkaia una campaña de recogida de ropa de abrigo.

Aunque originalmente la ropa generosamente donada por vizcaínos y vizcaínas para los damnificados por el terremoto iba a ser destinada a Turquía, al final ha sido la población Siria la receptora de esta ola de solidaridad que superó hasta las previsiones más optimistas.

Y es que, desde Bizkaia han salido con destino a Siria, en envíos desde Madrid (por avión) y Barcelona (en barco) que se ha encargado de organizar la propia embajada de este país, más de 120.000 kilos de ropa.

En total, 7 trailers, o lo que es lo mismo, más de 240 palés con mantas y prendas de abrigo ya empaquetadas y clasificadas para facilitar su distribución.

Además, también se llegó a un acuerdo con la ONG Ukrania SOS, para que la ropa que quedaba fuera enviada lo antes posible hacia ese país que lleva ya más de un año en guerra.

También queremos aprovechar para agradecer de corazón la imprescindible ayuda que vizcaínos y vizcaínas nos prestaron para poder clasificar y empaquetar el inmenso volumen de ropa recibida; y también aplaudir a todas la empresas que contribuyeron con nuestra labor cediéndonos cajas para embalar... y espacio de almacenaje, en el caso de Mudanzas Puertas. Eskerrik Asko!

Programa pionero de la DYA para acercar la formación en Primeros Auxilios a la población reclusa

Los pasados 25 de febrero y 11 de marzo, el voluntariado de la DYA estuvo en el Centro Penitenciario de Basauri impartiendo cursos de Primeros Auxilios a la población reclusa.

Un proyecto formativo que, además de aportar conocimientos básicos como la Reanimación Cardiopulmonar (RCP), maniobra de Heimlich o uso de Desfibriladores Semiautomáticos (DESA), también buscaba despertar vocaciones socio-sanitarias que pudieran ayudar a la reinserción.

En esta fase piloto del programa, 21 personas recibieron la formación descrita.

(Nuestro agradecimiento a la dirección y el funcionariado del citado centro de Basauri por las gestiones y facilidades aportadas).

“¡Ahora mismo vamos!”

“¡Ahora mismo vamos!” es una frase que nos ha acompañado toda la vida.

La respuesta que nos sale del corazón cada vez que alguien nos pide ayuda; nuestra seña de identidad desde hace más de 57 años.

Una declaración de intenciones que llama a la esperanza y que los próximos meses no va a dejar de escucharse a lo largo y ancho de nuestra tierra.

Porque en verano la DYA no cierra por vacaciones.

De hecho, está más viva que nunca.

Y este año no va ser una excepción.

Empezando por los amplios dispositivos sanitarios que desplegaremos con motivo de las Madalenas de Elantxobe, las Paellas de Getxo, las Fiestas del Carmen en Santurtzi y las decenas de fiestas patronales, conciertos, competiciones deportivas y eventos culturales que se celebran en nuestra provincia…

… Y continuando con los cursos de Primeros Auxilios para niños y niñas que vamos a impartir en campamentos, campus y colonias de verano.

Todo ello, a la vez que seguimos dando apoyo al Servicio BetiOn del Gobierno Vasco, a la Red de Transporte Urgente de Osakidetza y a las personas con problemas de movilidad que necesiten ayuda para ir a votar el próximo día 23 de julio.

Porque es en verano cuando el voluntariado tiene más tiempo libre.

Y por eso también es la época ideal para dar pasos firmes hacia la recuperación de la esencia de nuestra misión.

Un camino que continuaremos en otoño con la puesta de marcha de varios proyectos en los que ya estamos trabajando: incremento de la cartera de servicios socio-sanitarios que ofrecemos, más cursos de formación para la ciudadanía, nuevos certificados de profesionalidad, ampliación de TXIKIDYA Kluba…

En definitiva, todo lo que demanda una sociedad en constante evolución como la nuestra, a la que seguiremos respondiendo de inmediato “¡Ahora mismo vamos!” cada vez que recibamos cualquier llamada de auxilio.

Operativo desplegado con motivo de la BASQUE COUNTRY CUP

Del 23 al 26 de marzo estuvimos dando cobertura sanitaria a esta prueba deportiva organizada por la Federación Vasca de Esquí Náutico y Motonáutica en Getaria que contó con la presencia de pilotos de todo el mundo.

Servicios Preventivos de alto nivel

En los últimos meses hemos estado presentes en un gran número de grandes eventos entre los que destacan: el concierto “Yo fui a EGB” de BEC con más de 10.000 asistentes, la Romería de Cornites en el monte Serantes, el tradicional Vía Crucis de Balmaseda, la etapa de la Itzulia que salía y llegaba a Santurtzi, la Semana Coral…

Lehen sorospenetako ikastaroa Trueba ikastetxean

Apirilaren 17an Bilboko Artxandako Trueba ikastetxean izan ginen 3, 4 eta 5 urteko geletako haurrei lehen sorospenetako oinarrizko nozio batzuk erakusten (desfibriladorea erabiltzea, bihotz-arnasetako bizkortzea eta hemorragiak identifikatzea). Zalantzarik gabe, oso ikasgai dibertigarria eta ezberdina izan zen, eta haien pelutxe gogokoenekin batera etorri ziren.

Primera promoción de Técnicos en Transporte Sanitario (TTS)

El pasado mes de enero comenzó a impartirse en la Escuela de Formación de Garellano nuestro primer curso como centro autorizado en Formación por Lanbide. En total, 15 alumnos y alumnas han obtenido ya su certificado de profesionalidad tras asistir a las clases y superar los exámenes correspondientes. El próximo mes de septiembre se abrirán dos nuevas convocatorias: en horario de mañana para el certificado TTS y en horario de tarde para el certificado IMV.

Talleres gratuitos de formación sanitaria

Este invierno la DYA ha impartido un gran número de Talleres de Primeros Auxilios gratuitos a los que han asistido decenas de personas. Unas formaciones que se imparten los sábados a la mañana en la Base de la DYA en Bilbao. En la actualidad son tres los temarios que se ofrecen: “Taller gratuito de manejo del desfibrilador”, “Taller gratuito antiatragantamientos” y “Taller gratuito de atención de quemaduras”.

Apoyo al Servicio de Teleasistencia del Gobierno vasco

Desde el pasado mes de abril, además de colaborar con el Servicio de Teleasistencia del Gobierno Vasco BetiON durante las noches, también hemos comenzado a apoyar este servicio en horario diurno de lunes a viernes.

Gauero zerbitzuaren jardueraren laburpena

Jarduera handiko hainbat hilabeteren ondoren, apirilaren 20an, Gauero zerbitzua datorren udazkenera arte "eten" genuen. Programa aktibo egon den bost hilabete horietan, DYAren arlo sozio-sanitarioko boluntarioak 35 gauez atera dira salda beroa, mantak, elikagaiak, lotarako zakuak eta esterak banatzera kalean lo egiten duten etxerik gabeko pertsonen artean. Guztira, 813 laguni eskaini zieten arreta.

Cobertura Sanitaria en la Itzulia femenina

El pasado mes de mayo estuvimos colaborando con DYA Gipuzkoa para dar cobertura sanitaria a la primera etapa de la Itzulia Basque Country Women, que transcurrió por carreteras de Bizkaia.

Ironman de Marbella

El fin de semana del 6, 7 y 8 de mayo nos bajamos hasta Marbella para dar, junto a la DYA de Málaga y DYA Gipuzkoa, cobertura sanitaria a la quinta edición del IRONMAN® 70.3® Marbella celebrado en esta ciudad andaluza.

Vuelta a León BTT

El mismo fin de semana del 6, 7 y 8 de mayo también estuvimos acompañando a nuestros compañeros de DYA León en el amplio despliegue puesto en marcha para dar cobertura sanitaria a la Vuelta a León BTT.

Día De La Luz

El 11 de abril, lunes de Pascua, nos acercamos hasta el municipio extremeño Arroyo de la Luz para formar parte -junto a compañeros de DYA Extremadura y DYA Navarra- del operativo sanitario desplegado con motivo de la celebración del Día de la Luz 2023.

Romería de El Rocío

Un año más, efectivos de la DYA de Bizkaia se sumaron a finales de mayo a sus compañeros de DYA Gipuzkoa, DYA Málaga y DYA Extremadura para dar cobertura sanitaria a esta tradicional romería que cada edición reúne a cientos de miles de devotos.

DYAk 50 urte bete ditu Gipuzkoan

Guztia 1973ko ekainaren 21ean "*Gipuzkoan Errepidean Laguntza emateko Elkarte bat sortu behar da*" izenburupean argitaratu zuten artikulu batekin hasi zen.

Horren bidez, "sorosleak trebatzeko eta anbulantzien sarea sortzeko ideia zoro" hura errealitate bihurtu zen. Ideia hori Jose Antonio Maloren buruan sortu zen DYAren ibilgailu batekin Gipuzkoan zirkulatzen ari zen Rafael Cañada ustekabean ezagutu zuenean. Topaketa haren ondoren, Juan Antonio Usparitza doktorearekin, elkartearen sortzailearekin, egindako bilera iritsi zen.

Handik gutxira, elkartearen Gipuzkoako lehen presidenteak, Jose Luis Barrero Garridok, eta haren Batzordeak egindako ahaleginari esker, Gipuzkoa Donostia Kutxak (gaur egun Kutxabank) lehen anbulantzia bat uztea lortu zuten. Haren ondoren, bigarren anbulantzia bat (Donostiako Aurrezki Kutxak dohaintzan emandakoa), tailer-auto bat eta errepideko postu gisa erabiltzeko etxola bat iritsi ziren (Orioko gainean).

Hala, Gipuzkoako DYA abian zegoen! Eta halaxe jarraitu du gaur egun arte. Orain, 50. urteurrena ospatzen ari da eremu ugaritan laguntza eskaintzen duten 400 boluntario baino gehiagorekin: presazko laguntza, gizarte-ongizatea, osasun-prestakuntza, istripuen prebentzioa, hondartzen zaintza, erreskatea, laguntza humanitarioa…

"DYAtik DYAra"* boletinean zure publizitatea jarri nahi ezkero, bidali email bat publizitate arduradunari revista@dya.eus helbidera.

*Tirada: 40.000 ale DYAko bazkide direnen artean zuzenean banatzen dena.
Argitaratzaile: DYA (Bidelaguntza Elkartea). Debekaturik dago artikuluak, irudiak eta gainerako edukiak osorik edo eta zatika berriro ekoiztea.

Si desea anunciarse en el boletín "De DYA a DYA"*, puede ponerse en contacto con el responsable de la revista enviando un email a revista@dya.eus

*Tirada: 40.000 ejemplares que se distribuyen por suscripción directa entre los socios de la DYA de la provincia de Bizkaia. Edita: la DYA (Asociación de Ayuda en Carretera). Prohibida la reproducción total o parcial de los artículos, ilustraciones y demás contenidos.

D.L. BI 768-97

Porque nada es tan natural como cuidarse...

CALDO DE HUESOS
ecolagen
Lo hacemos por ti

Producto ecológico
Contiene colágeno

COCCIÓN 24 HORAS A FUEGO LENTO

ELABORACIÓN ARTESANAL
SIN ADITIVOS NI CONSERVANTES NI COLORANTES

INGREDIENTES 100% NATURALES
LIBRE DE ALÉRGENOS

DISFRUTA DE LA EXPERIENCIA ECOLAGEN

Ecolagen es el caldo de huesos con certificación ecológica que te ayuda a cuidarte y a cuidar de los tuyos gracias al gran aporte de colágeno, minerales y aminoácidos que contiene. Porque nada es tan natural como querer sentirse bien.

VARIEDADES

CALDO DE HUESOS DE POLLO CON VERDURAS

CALDO DE HUESOS DE TERNERA CON VERDURAS

CALDO DE HUESOS DE POLLO Y TERNERA CON VERDURAS

Realiza ahora tu pedido en ecolagen.com e introduce el codigo DYA10 para conseguir un 10% descuento

Cualquier plan que necesite un autocar conduce a

ZurekinBus

Porque en ZurekinBus contamos con una amplia gama de autocares para adaptarse a todas las necesidades (transporte escolar, viajes de grupos, rutas turísticas, excursiones, transporte adaptado para personas con movilidad reducida...) con capacidad desde 12 hasta 60 pasajeros, y espacios configurables y climatizados para que los pasajeros viajen con la mayor comodidad.

zurekinbus.biz I 944 720 357

¿Qué misiones prefieres que asuma la DYA?

Por favor, valora las siguientes misiones que ya desarrolla -o que podría desarrollar en el futuro- la DYA para ayudar a la sociedad vizcaína en base a lo que tú consideras más prioritario, siendo el 10 muy prioritario y el 1 poco prioritario. ¡Gracias!

Nombre y apellidos:

Teléfono móvil:

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Impartir formación sanitaria y de Primeros Auxilios a la ciudadanía: tanto a niños como a adultos.										
Reforzar con ambulancias a la Red de Transporte Sanitario Urgente de Osakidetza y SOS_Deiak 112.										
Dar cursos de conducción segura que complementen la formación recibida en las autoescuelas y sirvan para recuperar puntos del carnet.										
Acompañar a personas mayores en situación de soledad en su hogar (o residencia) y a visitas al médico, realización de compras, organizar excursiones y actividades para ellas…										
Ofrecer ayuda y transporte a personas con movilidad reducida en vehículos adaptados, usando salva-escaleras…										
Ayudar a personas sin techo y/o en riesgo de exclusión social mediante reparto de alimentos y mantas, atención sanitaria y psicológica…										
Apoyar a las personas inmigrantes facilitando su integración y ofreciéndoles asistencia sanitaria, apoyo psicológico…										
Generar zonas cardioprotegidas en ciudades y pueblos: instalación de desfibriladores y enseñar a usarlos a vecinos/as.										
Crear casas de acogida para refugiados y desplazados por razones políticas, catástrofes naturales, guerras, hambrunas…										
Colaborar con el Gobierno Vasco en labores de protección civil en caso de inundaciones, incendios, temporales de nieve y búsqueda de personas desaparecidas.										

Puedes hacernos llegar la hoja con tus respuestas enviándola en un sobre a “DYA, Plaza Garellano 15-17, 48013 Bilbao”. Si lo prefieres, también puedes enviarnos una fotografía por email a revista@dya.eus o por WhatsAPP al teléfono que hemos habilitado para recibir estos cuestionarios: 651 082 232.

Las 100 primeras respuestas que recibamos se llevarán de regalo una manta bordada de la DYA. Un detalle pensado para agradecer vuestra implicación y devolveros un poco del cariño y el calor que nos transmitís. Porque todos somos la DYA.

Primeros Auxilios playeros

Con la llegada del buen tiempo a todos nos gusta disfrutar de las numerosas playas que tenemos en nuestro litoral.

Algo que, durante esta época estival, incrementa el riesgo de sufrir patologías como la deshidratación, la insolación o las picaduras marinas; y es que… ¿quién no ha pisado alguna vez un Salvario?

Además de las patologías mencionadas, también queremos aprovechar estas líneas para recordar que, en verano, cuando más calor hace y más pega el sol, la práctica deportiva puede entrañar riesgos muy graves: golpes de calor, lipotimias, deshidratación e incluso pérdidas de conocimiento y posibles fallos orgánicos.

DESHIDRATACIÓN

¿Qué es?

Una deshidratación se produce cuando el cuerpo no tiene los líquidos que necesita para funcionar correctamente. Los motivos pueden ser varios: no tomar suficiente agua, sudar mucho, o tener problemas intestinales que generen vómitos o diarrea.

Síntomas característicos:

Lengua y boca secas o pegajosas y piel seca o no elástica (si uno pellizca la piel el pliegue no vuelve a su lugar) y orina de color oscuro.

Cómo actuar:

Haciendo que la persona afectada ingiera líquidos frescos (agua, alguna bebida isotónica o incluso comer gelatinas). También se puede preparar un suero de reanimación disolviendo en un litro de agua el jugo de dos limones, una cucharadita de sal y azúcar. Sin embargo, si el sujeto sufre mareos, desmayos o taquicardias, nos encontramos ante un caso de deshidratación grave, por lo que es necesaria una hospitalización de urgencia.

INSOLACIÓN

¿Qué es?

Una insolación se produce cuando alguien se expone durante un periodo prolongado al sol sin ningún tipo de protección.

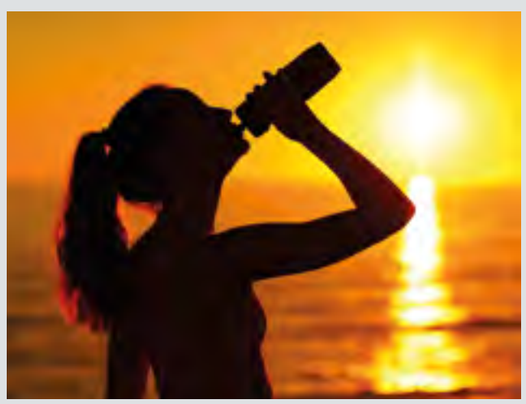
Síntomas característicos:

Los síntomas más característicos suelen ser dolor de cabeza, mareos, fatiga, enrojecimiento de la piel… y en los casos más graves, aceleración del ritmo cardíaco, pérdida de consciencia, convulsiones, daño cerebral e incluso la muerte.

Cómo actuar:

Si la víctima está consciente, hay que ponerla a la sombra, quitarle la ropa y aplicar sobre su cuerpo trapos o compresas con agua fría en frente, axilas y nuca. También es recomendable darle agua o suero de reanimación (un litro de agua con una cucharada de sal).

Si está inconsciente, no hay que darle agua -se puede atragantar- y se la debe llevar a un centro de salud o esperar a una ambulancia, colocándola en la llamada "posición lateral de seguridad" (acostada sobre su lado izquierdo, con la cabeza sobre el brazo) para que si vomita estando inconsciente no se ahogue con su vómito.



PICADURAS MARINAS

Lo primero que debe hacerse es intentar identificar el origen de la picadura inspeccionando la herida: una laceración más o menos profunda con restos de aguijón, nos hará sospechar de una raya; mientras que una, dos o varias heridas punzantes nos orientarán hacia el Kabratxo o Pez Escorpión (si el fondo marino es rocoso) o hacia un Pez Araña, Salvario o Faneca si el fondo es arenoso.

Cómo actuar:

1. Limpiar la herida con suero salino frío para arrastrar restos de aguijón y provocar una vasoconstricción local que reduzca la cantidad de veneno que entra en el organismo.
2. La lesión debe explorarse concienzudamente para impedir que queden restos del aguijón, ya que contiene glándulas venenosas que pueden seguir inyectando veneno.
3. Sumergir el miembro herido en agua caliente durante unos 30-90 minutos para aliviar el dolor e intentar inactivar el veneno.
4. También conviene utilizar analgésicos no morfínicos para aliviar el dolor ya que, en ocasiones, éste puede ser tan intenso que se necesite la presencia de personal sanitario.
5. Una vez tratado, el miembro herido deberá quedar en reposo y algo elevado. El uso de relajantes musculares también puede ser útil.

NUNCA SE DEBE… hacer un torniquete, cortar, cauterizar, poner hielo o chupar la herida.

Por fin un centro de día que se adapta a tus necesidades

(y no al revés)

Al elegir el Centro de Día Acacias, también puedes elegir:

- El horario que prefieras: jornada completa, media jornada, horas sueltas…
- Servicio de transporte en vehículo especial adaptado: sí o no
- Estancias de lunes a viernes, o días sueltos cada semana o mes
- Incluir o no servicio de comedor con menús adaptados a las necesidades nutricionales

Acacias es el primer Centro de Día “a la carta” de Bizkaia. Un revolucionario concepto en el que tú mismo configuras el servicio que mejor se adapte a las necesidades de cuidado de tus mayores.

Y todo ello, en unas modernas instalaciones situadas en el corazón de Neguri (Getxo) y con la atención personalizada que tus seres queridos se merecen; porque nuestro objetivo es que se sientan como en casa.

Llama ahora al **94 602 32 00**: sin listas de espera, tramitación de admisiones en solo 24 horas.

Centro de DYA acacias | DYA

Además, si eres socio-protector de la DYA, podrás beneficiarte de una bonificación especial del 15%

La histórica sede de Alameda San Mamés

El pasado mes de marzo, hicimos pública nuestra intención de volver a nuestra histórica base de Alameda San Mamés, junto al busto en honor del fundador de la Asociación, Juan Antonio Usparicha y cerca del lugar en el que estuvo la clínica del mismo nombre regentada por el Doctor.

Toda una declaración de intenciones que deja clara la vuelta a los orígenes de la institución y que nos devolverá, en cuanto finalicen las obras de acondicionamiento que se están realizando, a la que durante casi 30 años fue la Central de la DYA en Bizkaia.

Una sede que se inauguró el 20 de marzo de 1991 coincidiendo con la celebración del 25 aniversario de la institución en un emotivo acto al que asistieron el entonces alcalde de la Villa, Jesús María Duñabeitia Vidal y numerosas autoridades.

Totalmente acondicionada y equipada con los equipos de comunicaciones más avanzados de la época, la Central de Alameda San Mamés incluía en sus modernas instalaciones, además de diversos despachos y un salón de actos totalmente equipado para impartir formaciones, dormitorios, vestuarios y un txoko con cocina para el voluntariado, que también tenía a su disposición una sala de descanso en la que realizar las guardias.

Martxoan jakinarazi genuen Santimami zumarkaleko gure egoitza historikora itzultzeko asmoa genuela. Tokia elkartea sortu zuenaren, Juan Antonio Usparitzaren, ohoretan jarritako bustoaren ondoan dago, eta doktore hark zuzendu zuen izen bereko klinika kokatuta egon zen tokitik gertu.

Erabaki horrekin, beraz, argi utzi dugu erakundeak bere jatorrietara itzuli nahi duela eta, egiten ari diren egokitzapenlanak amaitu bezain pronto, ia 30 urtez DYAren Bizkaiko zentrala izan zen tokira itzuliko gara.

Egoitza 1991ko martxoaren 20an inauguratu zuten erakundearen 25. urteurrenarekin batera. Ekitaldi hunkigarria izan zen eta bertan izan ziren hiribilduko orduko alkatea, Jesus Maria Duñabeitia Vidal, eta beste hainbat agintari.

Erabat ekipatuta eta egokituta zegoen garai hartako komunikazio-ekipo aurreratuenekin. Gainera, Santimami zumarkaleko zentralak, bere instalazio modernoetan, honako hauek guztiak zituen: bulegoak eta prestakuntzak eskaintzeko erabat ekipatuta zegoen aretoa, logelak, aldagelak eta boluntarioentzako sukaldea zituen txokoa. Gainera, boluntarioek guardiak egin ahal izateko atseden hartzeko areto bat ere bazuten erabilgarri.

Un amigo es alguien que acude en los buenos tiempos si lo llamas. Y en los malos aunque no lo llames.

En la DYA siempre hemos tratado de ser esa persona que se presenta cuando más se la necesita, aunque no la hayas llamado.

Para salvar una vida, buscar a un montañero desaparecido, acompañar a una persona mayor, llevar caldo a la gente sin hogar o mantas a Ucrania y Siria...

Ahora es la DYA la que atraviesa momentos difíciles por decisiones que no debieron tomarse, ajenas a su misión social.

Y aunque no hemos pedido ayuda, ha sido la sociedad la que ha acudido con su comprensión, su ayuda y su amistad para darnos su apoyo.

Emocionados por tanta generosidad, estamos más decididos que nunca a seguir adelante.

En nombre de nuestro fundador, el doctor Uspariche, y de la nueva junta directiva…

Gracias, amigo.
Gracias, amiga.

Juan Antonio Usparicha
Fundador de la DYA

ASOCIACIÓN D A Y AYUDA EN CARRETERA

DYA

Todos somos la DYA