

JOURNÉE FORMATION

RAPPEL DES GESTES D'URGENCE

- Samedi 13 octobre 2018 -

FORMATEURS : Dr Audrey LUCERO
Dr François PANTALONI



1^{ère} PARTIE : RAPPELS DU PSE 1 (ancien AFPS)

Rappels théoriques des conduites à adopter en cas d'urgence

Ateliers pratiques :

- ✓ Installation en PLS
- ✓ Évaluation de la situation
- ✓ Évacuation blessé (à 1, 2, 3 personnes)
- ✓ Ateliers sur mannequins : BAB (bouche à bouche) + MCE (massage cardiaque externe)
- ✓ Utilisation du DSA (défibrillateur semi-automatique)

2nde PARTIE : SPÉCIFIQUE TRIATHLON

❖ NATATION

Conduite à tenir (CAT) en cas de noyade

Hypothermie

❖ VÉLO

Gestion de la chute en pleine voie (athlète inconscient)

Quid du casque après chutes

Excoriations, brûlures post chute

Traumatisme épaule : réalisation et pose du mayoclinic

Plaies hémorragiques : pose du coussin hémostatique, etc.

❖ COURSE À PIED

Coup de chaleur lié à l'exercice

Entorse de cheville : connaître les bons gestes, maîtriser le protocole GREC, faire un strap d'urgence, confectionner une attelle d'urgence

➤ Trousse d'urgence dans un club de triathlon.

Et s'il reste du temps...

- Epistaxis, Corps étranger dans l'œil, etc.
- Gestion des Phlyctènes