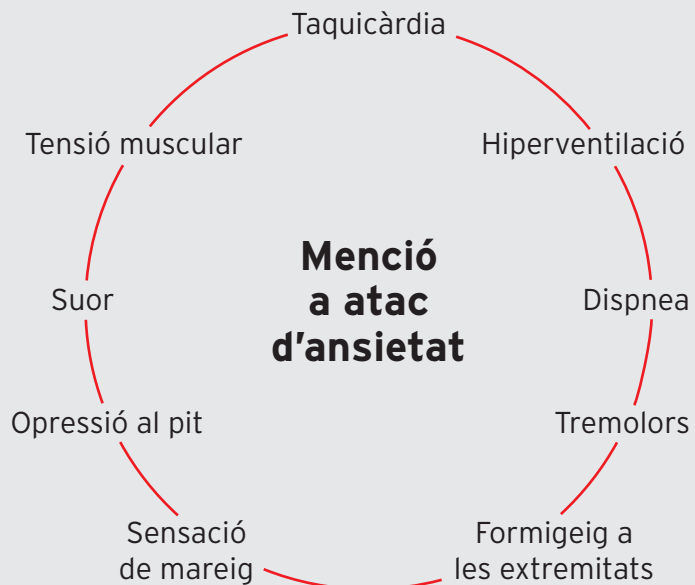


Salut Mental - Primers Auxilis

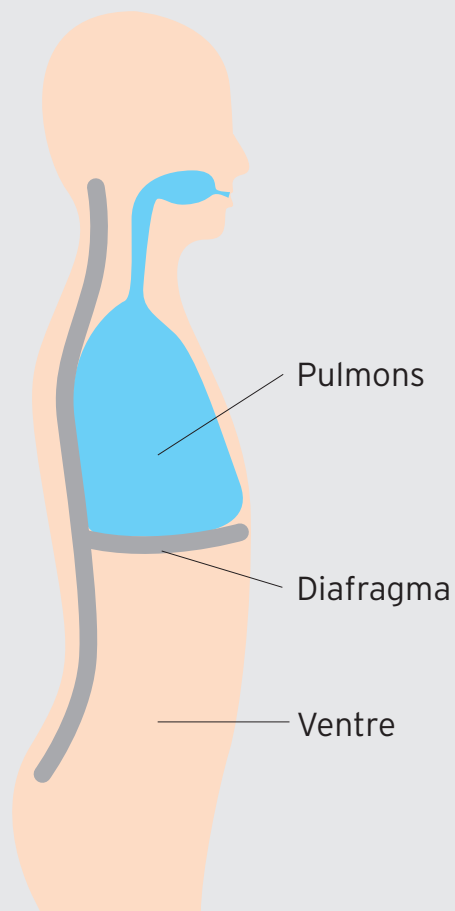
Atac d'ansietat



Portar a la persona a un lloc segur i calmat. Evitar aglomeracions de gent.

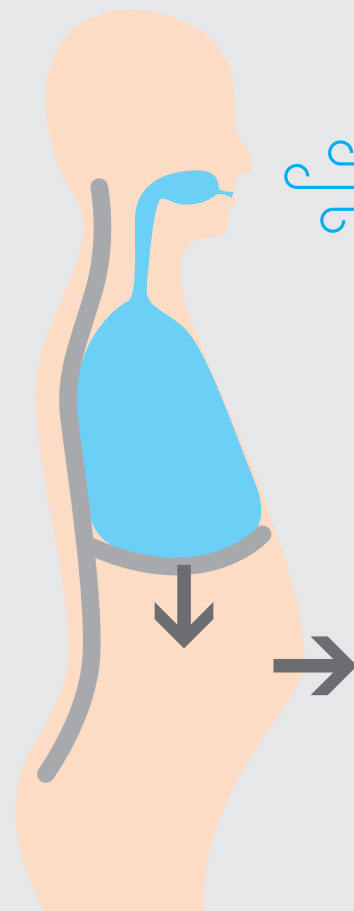


Guiar tècnica de respiració



Inspiració

4 segons
Nas



Expiració

6 segons
Boca

