

EMERGENCIAS

cuando un minuto salva una vida



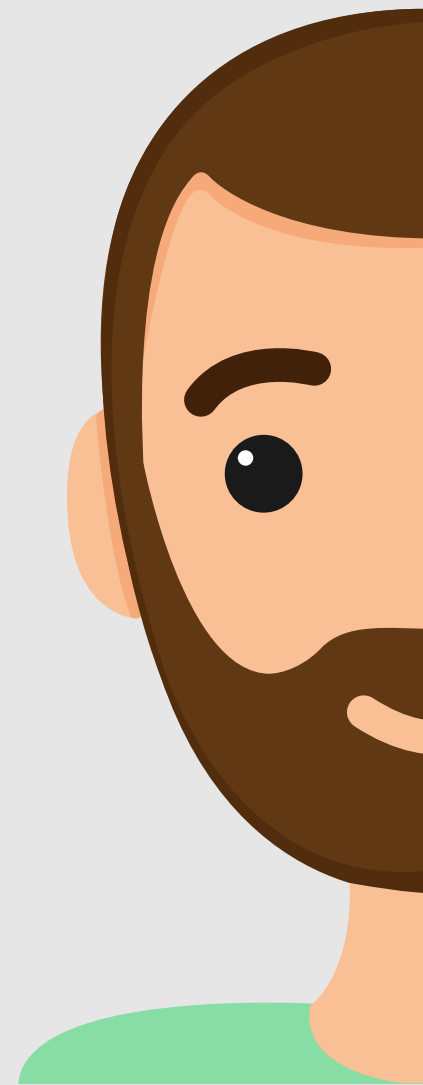
¿QUÉ ES LA REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR?

La **reanimación cardiopulmonar (RCP)** es un procedimiento de emergencia para salvar vidas, que se utiliza cuando una persona ha dejado de respirar y el corazón ha cesado de latir. Esto puede suceder después de una descarga eléctrica, un ataque cardíaco, ahogamiento o cualquier otra circunstancia que interrumpa la actividad cardíaca.



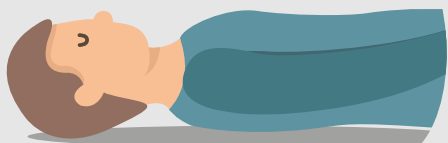
CADENA DE SUPERVIVENCIA O PASOS A SEGUIR EN LA RCP

- ◆ **Descartar la existencia de riesgo manifiesto al acercarse a la víctima** (choque eléctrico, intoxicación por gases, vehículos circulando, violencia, etc.) Caso contrario, esperar a la actuación de personal especializado sobre el peligro.
- ◆ **Evaluar el estado de conciencia de la víctima.** Tomar a la persona por los hombros, con leve sacudida evaluar si respira normalmente y preguntarle en voz alta: *"¿Me escucha? o ¿Qué le pasa?"*
- ◆ **Llamar a Emergencias Médicas local**, para solicitar una ambulancia o ayuda policial. Averiguar si el lugar dispone de desfibrilador externo automático (DEA).



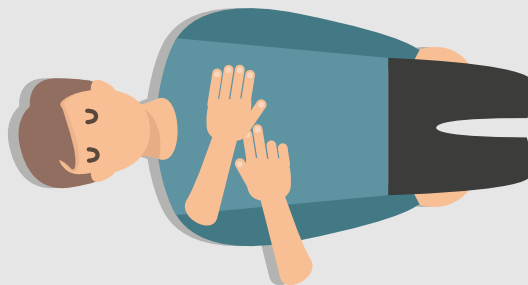
¿CÓMO EJECUTAR MANIOBRAS BÁSICAS DE RCP?

1



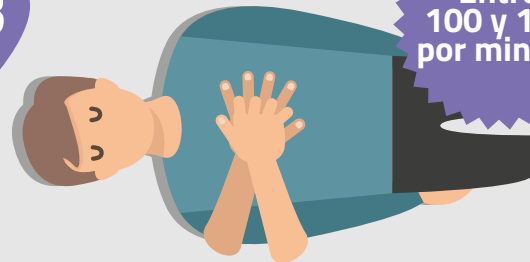
Colocar a la víctima boca arriba, sobre una superficie dura (piso o tabla).

2



Localizar el esternón. Colocar en el centro el talón de una mano y la otra mano por encima.

3



Entre
100 y 120
por minuto

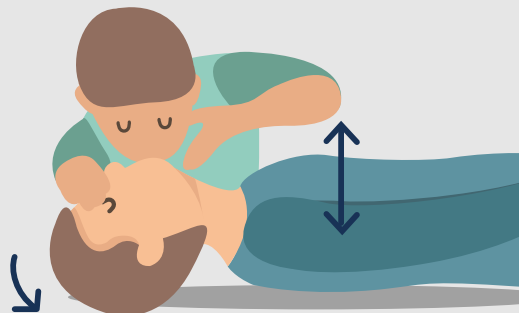
Entrelazar los dedos, comenzar a aplicar presión con las manos. Repetir compresiones a ritmo rápido y sostenido.

4



Abrir la vía aérea, levantar la barbilla y verificar la presencia de algún cuerpo extraño.

5



Cubrir con su boca, la boca de la víctima. Cerrar la nariz con los dedos e insuflar aire hasta expandir el tórax.

6



Verificar que el aire que ingresó en la víctima, salga. Repetir el procedimiento hasta restaurarle su respiración.

En caso de no saber, no querer o no poder hacer respiraciones, continuar sólo las compresiones torácicas.

RECOMENDACIONES *útiles*



¿POR QUÉ SOLO COMPRESIONES?

- Si el paciente no respira o presenta respiración alterada (jadea/boquea), iniciar la RCP.
- Las compresiones torácicas son más importantes que la respiración, contribuyen a generar circulación artificial de la sangre. Aplicarlas rítmica y sostenidamente sobre el esternón, en el centro del tórax, consigue que el corazón comprima contra la columna vertebral, bombeando sangre.
- Realizar treinta compresiones (30), a razón de 100 a 120 por minuto. Conviene familiarizarse con este ritmo entrenándose con un cronómetro, metrónomo o cantando mentalmente alguna canción que tenga esa métrica, mientras se cuenta el número de compresiones efectuadas.

¿PORQUÉ LA DESFIBRILACIÓN?

La mayoría de los paros cardíacos ocurren fuera de los hospitales, muchos de ellos causados por fibrilación ventricular, arritmia que desordena la activación de las fibras musculares cardíacas, impidiendo la contracción sincrónica de los ventrículos. De este modo, el corazón pierde su función de bomba impulsora de sangre.

