

Reanimación Cardio Pulmonar Básica





Resultados de Aprendizajes

- Demuestra la maniobra de RCP básico efectiva en un adulto
- Trabajar colaborativamente en RCP



El tiempo es cerebro



Paro Cardio Respiratorio Extra Hospitalario (PCEH) para adulto



- Mirar
- Escuchar
- Sentir



Maniobra frente mentón

Respiración: No tome más de 10 segundos para ver si el tórax de la víctima se eleva y desciende.

*Si la víctima no respira o si solo jadea/boquea, no se considera una respiración normal y es un signo de paro cardíaco.

Pulso: Palpe el pulso sobre arteria carotídea en 10 seg. Si al cabo de 10 seg. no detecta pulso, inicia RCP de alta calidad.

*Localice tráquea y pulso en el lado más cercano a usted.



RCP usando sólo las manos para la compresión torácica

Paso	Acción
1	Sitúese a un lado de la persona.
2	Asegúrese de que la persona se encuentra tendida boca arriba sobre una superficie firme y plana.
3	Coloque sus manos y cuerpo para realizar las compresiones: <ul style="list-style-type: none">• Ponga el talón de una mano sobre el centro del tórax de la víctima, en la mitad inferior del esternón.• Coloque el talón de la otra mano encima de la primera.• Ponga los brazos firmes y coloque los hombros directamente sobre las manos.



Paso	Acción
4	Realice compresiones torácicas con una frecuencia de 100 a 120 compresiones por minuto (cpm).
5	Hunda el tórax al menos 5cm con cada compresión. Asegúrese de ejercer presión en línea recta sobre el esternón de la víctima.
6	Entre cada compresión, asegúrese de que el tórax vuelve a su posición normal.
7	Reduzca las interrupciones de las compresiones torácicas al mínimo.

RCP Usando solo las manos

Utilice el peso de su cuerpo para hacer la compresión

Espalda recta



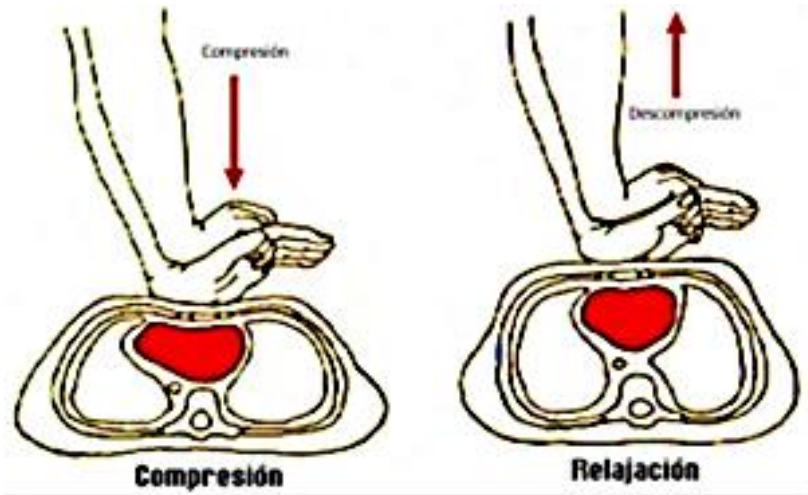
Hombro a la altura del
esternón del paciente

Brazo recto

Talón de la mano
dominante
sobre el esternón

Arrodillas al costado del
hombro de la persona

Posición de las manos



30 Compresiones es a 2 ventilaciones

30:2

Compresiones torácicas en adultos



<https://www.youtube.com/watch?v=uRZNdoXLnJ4>

Criterios de RCP de alta calidad

Iniciar las compresiones antes de ellos 10 segundos desde la identificación del paro cardiaco.

Comprimir fuerte y rápido. Realizar las compresiones con una frecuencia mínima de 100 compresiones por minuto y su profundidad de al menos 5 cm. (2 pulgadas para adulto).

Permitir una expansión torácica completa después de cada compresión.

Minimizar las interrupciones entre las compresiones (tratar de limitar las interrupciones a menos de 10 segundos).

Realizar ventilaciones eficaces para hacer que el tórax se eleve.

- Basic Life Support Provider Manual (2016). Recuperado de <http://www.international.heart.org>. AHA
- Lavonas Eric et al (2020) Aspectos Destacados de las guías de la American Heart Association para RCP Y AC. Recuperado de cpr.heart.org/-/media/cpr-files/cpr-guidelines/files/highlights/hghlghts_2020eccguidelines_spanish.pdf