



RCP

Reanimación Cardiopulmonar Básico



MANUAL USUARIO 2014

1. RCP Y DEA EN ADULTOS

Definiciones y acciones clave

RCP es la sigla de reanimación cardiopulmonar. Consiste en comprimir el tórax (compresiones) y realizar ventilaciones.

En este curso, por adulto se entiende a cualquier persona que ha pasado o está en fase puberal. En caso de duda, trate a la víctima como adulto.

Se dice que alguien “responde” si se mueve, habla, parpadea o reacciona de alguna forma cuando le golpea suavemente y le pregunta si se encuentra bien. Una persona “no responde” si no hace nada cuando le golpea suavemente y le pregunta si se encuentra bien.

Temas tratados

- Realización de la RCP
- Uso de un DEA
- Evaluación y llamada al número local de emergencias
- Recapitulación

REALIZACIÓN DE LA RCP: COMPRESIONES Y VENTILACIONES

Definiciones y acciones clave

La RCP comprende 2 técnicas principales: compresiones y ventilaciones.

Comprimir fuerte y rápido en el tórax es la parte más importante de la RCP. Las compresiones torácicas provocan el bombeo de la sangre al cerebro y al corazón.

COMPRESIONES

Definiciones y acciones clave

Una compresión es el acto de comprimir en el tórax.

A menudo, no se comprime lo bastante fuerte por temor a lesionar a la víctima. Aun cuando esto es poco probable, una lesión es preferible a la muerte. Es mejor comprimir demasiado fuerte que con poca fuerza.

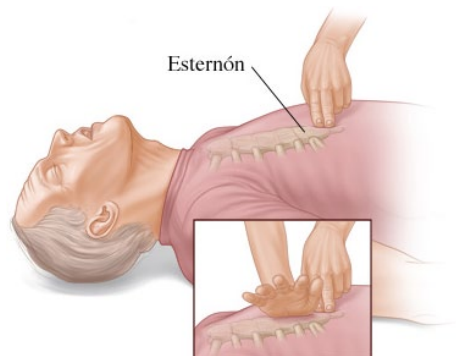
Acción: comprimir fuerte y rápido

Siga estos pasos para comprimir fuerte y rápido.



Paso Acción

1	Asegúrese de que la víctima está tumbada de espaldas, en una superficie plana y firme.
2	Quite las ropas.
3	Coloque el talón de la mano en la mitad inferior del esternón. Coloque el talón de la otra mano encima de la primera.
4	Comprima al menos 5 cm a una frecuencia mínima de 100 compresiones por minuto.
5	Tras cada compresión, deje que el tórax vuelva a su posición normal.



Nota

Las compresiones son muy importantes, y realizarlas correctamente resulta agotador. Cuanto más cansado esté, menos efectivas serán. Si hay alguien más que sepa cómo hacerlas, túrnense. Cambien las funciones cada 2 minutos; háganlo rápidamente para no interrumpir las compresiones. Trabajen recordándose mutuamente que deben comprimir al menos 5 cm y a una frecuencia mínima de 100 compresiones por minuto, y dejando que el tórax vuelva a su posición normal tras cada compresión.

VENTILACIONES

Definiciones y acciones clave

Las compresiones son la parte más importante de la RCP. Si también sabe realizar las ventilaciones, su ayuda será aún más valiosa. Cuando realice las ventilaciones, deberá hacer que el tórax se eleve; esto indicará que la víctima ha recibido aire suficiente.

Acción: abrir la vía aérea

Antes de las ventilaciones, abra la vía aérea. Siga estos pasos para abrir la vía aérea:

Paso Acción

1	Ponga una mano en la frente y los dedos de la otra mano en el hueso del mentón.
2	Eche la cabeza hacia atrás y levante el mentón.



Nota

Evitar presionar la parte blanca del cuello o bajo el mentón.

Acción: realizar las ventilaciones

Paso	Acción
1	Mientras mantiene abierta la vía aérea, cierre la nariz de la víctima.
2	Realice una ventilación. Ponga su boca sobre la boca de la víctima.
3	Realice 2 ventilaciones (espire durante 1 segundo en cada una). Observe si hay elevación torácica con cada ventilación.



Importante

Si realiza las ventilaciones en alguien y no aprecia elevación torácica, deje que la cabeza vuelva a su posición normal. A continuación, abra la vía extendiendo la cabeza y elevando el mentón. Vuelva a repetir la ventilación. Compruebe que hay elevación torácica.

No tarde más de 10 segundos en las ventilaciones para interrumpir al mínimo las compresiones. Si no hay elevación torácica a los 10 segundos, vuelva a comprimir fuerte y rápido en el tórax.

USO DE UNA MASCARILLA

Definiciones y acciones clave

Por lo general, dar ventilaciones de boca a boca a una persona no implica riesgos. Durante la RCP es poco probable que se contagie con una enfermedad. No obstante, algunos lugares de trabajo requieren que los rescatadores usen mascarillas.

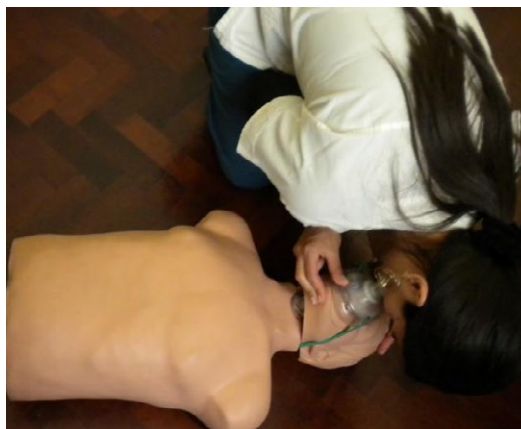
Las mascarillas están fabricadas de plástico y cubren la boca o la boca y nariz de la persona enferma o lesionada. En ocasiones, podría tener que montar la mascarilla antes de usarla.



www.cpeccsp.com.ar

Acciones

Paso	Acción
1	Ponga la mascarilla sobre la boca y la nariz de la víctima.
2	Extienda la cabeza y eleve el mentón mientras fija la mascarilla en el rostro. Mientras eleva el mentón, es importante conseguir un sello hermético entre el rostro de la víctima y la mascarilla para mantener abierta la vía aérea.
3	Realice 2 ventilaciones (espire durante 1 segundo en cada una). Observe si hay elevación torácica con cada ventilación.



USO DE UNA DEA

Definiciones y acciones clave

En ocasiones, el corazón no funciona correctamente. Un DEA es una máquina que tiene incorporado un ordenador que puede emitir la descarga al corazón y ayudarlo a funcionar bien de nuevo. Si inicia la RCP y a los pocos minutos usa un DEA, tendrá más probabilidades de salvar la vida de la víctima.

Los DEA son seguros, precisos y fáciles de usar. El DEA es una máquina que calcula si una persona necesita una descarga y le alerta cuando es necesario aplicarla, indicándole incluso el momento de realizarla para que pueda asegurarse de que nadie esté tocando a la víctima. Los parches usados para las descargas tienen un diagrama que facilitan su colocación. Siga el diagrama.

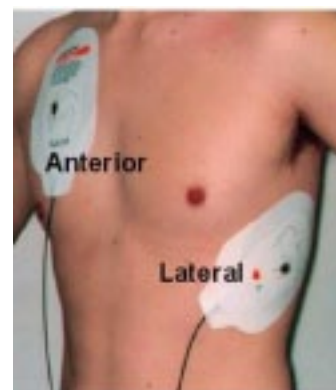
Los métodos más comunes para encender un DEA son oprimir el botón de encendido o quitar la tapa. Una vez encendido, el DEA le informará de todo lo necesario.



Acciones

Use un DEA si alguien no responde y no respira o solo jadea/bloquea. Hay 2 pasos para utilizar un DEA:

Paso	Acción
1	Encienda el DEA.
2	Siga las instrucciones que verá y oirá.



Importante

Si tiene acceso a un DEA, úselo a la mayor brevedad. Antes de pulsar el botón de descarga, asegúrese de que nadie está tocando a la víctima. Si no puede localizar un DEA rápidamente, comience la RCP. Comprima fuerte y rápido.

EVALUACIÓN Y LLAMADO AL NÚMERO LOCAL DE EMERGENCIA

Definiciones y acciones clave

Ante alguien que no responde y no respira o solo jadea/bloquea, tendrá que realizar la RCP.
En caso de duda. Hágalo igualmente. Es preferible practicar la RCP en alguien que no lo necesita que no hacerlo cuando si se necesita.

Acción: comprobar que la escena sea segura

Antes de evaluar si es necesario la RCP, asegúrese de que la escena es segura. Mire a su alrededor para descartar que haya algo que pueda lesionarle. No se trata de que usted también acabe siendo una víctima.

Acción: golpear suavemente a la víctima y dirigirse a ella en voz alta

Compruebe si la víctima responde. Golpéele ligeramente y pregunte en voz alta: "¿Está bien?". Si ni se mueve, habla, parpadea o reacciona, significa que la víctima no responde.



www.cpeccsp.com.ar

Acción: llamar al número de emergencias y conseguir un DEA

Si la víctima no responde, es importante conseguir ayuda. Llame o encargue a alguien que llame al número local de emergencias. Si hace falta, grite para pedir ayuda. Consiga un DEA si hay alguno disponible.

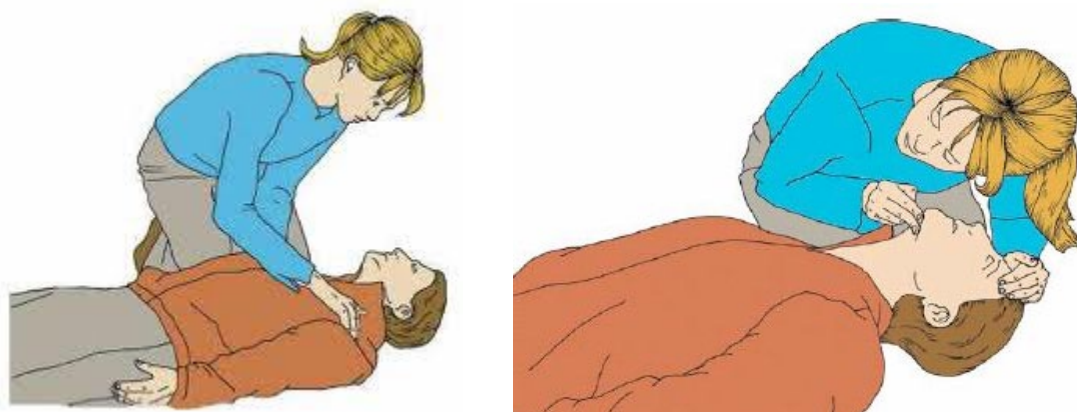
Importante

No cuelgue hasta que el operador telefónico de emergencias le diga que puede hacerlo. Responder a las preguntas del operador no retrasará la llegada de la ayuda.

Acción: comprobar la respiración

Si la víctima no responde, compruebe la respiración. Si no respira o lo hace de forma agónica, es necesario iniciar la RCP.

Cuando una persona jadea/bloquea, suele tomar aire muy rápido. Podría abrir la boca y mover la mandíbula, la cabeza o el cuello. Las respiraciones agónicas pueden parecer forzadas o débiles, y podría pasar un tiempo entre una y otra, ya que suelen darse con una frecuencia baja. Pueden sonar como un resoplido, ronquido o gemido, ya que no se trata de una respiración normal ni regular. Son un signo de paro cardíaco en alguien que no responde.



Nota

Si la víctima respira pero no responde, póngale de costado y espere a que llegue alguien más preparado y asuma el control. Colocar a alguien en la posición lateral de seguridad ayuda a que la vía aérea se mantenga despejada por si se producen vómitos. Si la víctima deja de respirar o solo jadea/boquea, recuéstela y evalúe la necesidad de practicar la RCP.



RECAPITULACIÓN

Definiciones y acciones clave

La RCP consiste en realizar series de 30 compresiones y 2 ventilaciones. Comprima al menos 5 cm a una frecuencia mínima de 100 compresiones por minuto. Tras cada compresión, deje que el tórax vuelva a su posición normal.

Intente no interrumpir las compresiones más de 10 segundos, incluso al realizar las ventilaciones.

Acción: RCP en adulto

Paso	Acción
1	Compruebe que la escena es segura.
2	Golpee suavemente a la víctima y diríjase a ella en voz alta.
3	Grite pidiendo ayuda. Pida a alguien que llame al número local de emergencias y busque el DEA, o encárguese personalmente.
4	Compruebe la respiración.
5	Si la víctima no respira o solo jadea/boquea, realice la RCP.
6	Realice 30 compresiones a una frecuencia mínima de 100 por minuto y a una profundidad mínima de 5 cm. Tras cada compresión, deje que el tórax vuelva a su posición normal.
7	Abra la vía aérea y realice 2 ventilaciones.
8	Continúe con las series de 30 compresiones y 2 ventilaciones hasta que llegue el DEA, la persona comience a responder o hasta que llegue alguien más preparado y asuma el control.

Nota

Use una mano para las compresiones. Si no puede comprimir unos 5 cm con una mano, use las dos. Una mano no es mejor que dos, ni al contrario. Actúe como sea necesario para que las compresiones torácicas alcancen los 5 cm.



2. RCP Y DEA EN NIÑOS

Definiciones y acciones clave

La RCP consiste en comprimir fuerte y rápido el tórax y alternar con ventilaciones. Se realiza cuando el corazón ha dejado de bombear sangre.

En este curso, por niño se entiende a un menor de más de 1 año y que aún no ha alcanzado la pubertad.

En caso de duda de si tratar a alguien como adulto o niño, trátelo como adulto.

Un niño “responde” si se mueve, habla, parpadea o reacciona de alguna forma cuando le golpea suavemente y le pregunte si se encuentra bien. Un niño “no responde” si no hace nada cuando le golpea suavemente y le pregunta si se encuentra bien.

Temas tratados

- Realización de la RCP: compresiones y ventilaciones
- Uso de un DEA
- Evaluación y llamada al número local de emergencias
- Recapitulación

REALIZACIÓN DE LA RCP: COMPRESIONES Y VENTILACIONES

COMPRESIONES

Definiciones y acciones clave

Comprimir fuerte y rápido en el tórax (compresiones) es la parte más importante de la RCP. Las compresiones torácicas provocan el bombeo de la sangre al cerebro y al corazón.

A menudo, no se comprime lo bastante fuerte por temor a herir al niño. Aun cuando esto poco probable, una lesión es preferible a la muerte. Es mejor comprimir demasiado fuerte que sin la fuerza suficiente.

Acción: comprimir fuerte y rápido

Siga estos pasos para comprimir fuerte y rápido.

Paso	Acción
1	Asegúrese de que el niño esté tumbada de espaldas, en una superficie plana y firme.
2	Quite las ropas.
3	Coloque el talón de la mano en la mitad inferior del esternón.
4	Comprima al menos 5 cm a una frecuencia mínima de 100 compresiones por minuto.
5	Tras cada compresión, deje que el tórax vuelva a su posición normal.





Importante

Si realiza las ventilaciones en un niño y no aprecia elevación torácica, deje que la cabeza vuelva a su posición normal. A continuación, abra la vía extendiendo la cabeza y elevando el mentón. Vuelva a repetir la ventilación. Compruebe que hay elevación torácica.

No tarde más de 10 segundos en las ventilaciones para interrumpir al mínimo las compresiones. Si no hay elevación torácica a los 10 segundos, vuelva a comprimir fuerte y rápido en el tórax.

USO DE UN DEA

Definiciones y acciones clave

Si inicia la RCP y a los pocos minutos usa un DEA, tendrá más probabilidades de salvar la vida de la víctima.

Los DEA son seguros, precisos y fáciles de usar. Los métodos más humanos para encender un DEA son oprimir el botón de encendido o quitar la tapa. Una vez encendido, el DEA le informará de todo lo necesario.

El DEA es una máquina que identifica si el niño necesita una descarga y le alerta cuando es necesario aplicarla, indicándole incluso el momento de realizarla para que pueda asegurarse de que nadie esté tocando al niño. Los parches usados para las descargas tienen un diagrama que facilitan su colocación.

Siga el diagrama.

Acción

Use un DEA solo en los niños que necesitan RCP. Hay 4 pasos simples para utilizar un DEA en un niño:

Paso	Acción
1	Encienda el DEA.
2	Busque parches para niños o bien el adaptador pediátrico.
3	Use los parches para niños o bien el adaptador pediátrico.
4	Siga las instrucciones que verá y oirá.



Nota

Las compresiones son muy importantes, y realizarlas correctamente resulta agotador. Cuanto más cansado esté, menos efectivas serán. Si hay alguien más que sepa cómo hacerlas, túrnense. Cambien las funciones cada 2 minutos; háganlo rápidamente para no interrumpir las compresiones. Trabajen recordándose mutuamente que deben comprimir al menos 5 cm y a una frecuencia mínima de 100 compresiones por minuto, y dejando que el tórax vuelva a su posición normal tras cada compresión.

VENTILACIONES

Definiciones y acciones claves

El corazón de los niños suele sano. Por lo general, cuando el corazón de un niño se detiene es porque no puede respirar o lo hace con dificultad. Por tanto, en el caso de los niños, es de suma importancia practicarle la ventilación de boca a boca además de realizarle compresiones.

Cuando realice las ventilaciones, deberá hacer que el tórax se eleve; esto indicará que el niño ha recibido aire suficiente. Las compresiones son la parte más importante de la RCP. Si también sabe realizar las ventilaciones, su ayuda será aún más valiosa.

Acción: abrir la vía aérea

Antes de las ventilaciones, abra la vía aérea. Siga estos pasos para abrir la vía aérea:

Paso	Acción
------	--------

- | | |
|---|--|
| 1 | Ponga la mano en la frente y los dedos de la otra mano en el hueso del mentón. |
| 2 | Eche la cabeza hacia atrás y levante el mentón. |

Importante

Evite presionar la parte blanca del cuello o bajo el mentón.

Acción: realizar las ventilaciones

Siga estos pasos para realizar las ventilaciones en un niño:

Paso	Acción
------	--------

- | | |
|---|---|
| 1 | Mientras mantiene abierta la vía aérea, cierre la nariz de la víctima. |
| 2 | Realice una ventilación. Ponga su boca sobre la boca del niño. |
| 3 | Realice 2 ventilaciones (espire durante 1 segundo en cada una). Observe si hay elevación torácica con cada ventilación. |
-



Importante

Si no hay parches pediátricos ni adaptador pediátrico, use los parches para adultos. Asimismo, deberá utilizar los parches para adultos si el niño tiene más de 8 años. (Si cree que el niño podría tener más de 8 años, dé por hecho que los tiene y utilice los parches para adultos). Ponga los parches en el tórax de forma que no se toquen entre sí. Si el niño es muy pequeño, tendrá que poner 1 parche en el tórax y otro en la espalda.

Si tiene acceso a un DEA, úsele a la mayor brevedad. Antes de pulsar el botón de descarga, asegúrese de que nadie está tocando al niño. Si no encuentra un DEA rápidamente, no espere. Inicie la RCP.

RECAPITULACIÓN

Definiciones y acciones clave

Los corazones de los niños suelen estar sanos y los problemas cardíacos suelen deberse a dificultades respiratorias, por lo que es importante dar aire al niño lo más rápido posible. Por esta razón, debe realizar 5 series de RCP antes de llamar para pedir ayuda o buscar un DEA. (Si hay alguien cerca, dígame que llame y busque el DEA de inmediato).

Las compresiones son muy importantes, son la parte fundamental de la RCP. Intente no interrumpir las compresiones más de unos pocos segundos, incluso al realizar las ventilaciones.

Acción: administre 5 ciclos de RCP

La RCP consiste en realizar series de 30 compresiones y 2 ventilaciones. Comprima unos 5 cm a una frecuencia mínima de 100 compresiones por minuto. Tras cada compresión, deje que el tórax vuelva a su posición normal.

Si el niño no responde o no respira o solo jadea/boquea, realice 5 series de RCP (una serie=30 compresiones y 2 ventilaciones).

Acción: llamar y conseguir un DEA

Tras 5 series RCP, llame al número de emergencias y busque un DEA, si aún nadie lo ha hecho. Tan pronto como tenga el DEA, úselo.

Acción: hasta cuándo continuar

Tras llamar al número de emergencias, continúe con las series de 30 compresiones y 2 ventilaciones hasta que el niño empiece a responder o hasta que alguien más preparado llegue y asuma el control.

Nota: cómo responder a las preguntas del operador telefónico de emergencias

No cuelgue hasta que el operador telefónico de emergencias le diga que puede hacerlo.

El operador le preguntará acerca de la emergencia. También podría darle instrucciones para auxiliar al niño hasta que llegue un equipo especializado y asuma el control.



Responder a las preguntas del operador no retrasará la llegada de la ayuda. Si puede, llévese el teléfono consigo para que pueda estar junto al niño mientras habla con el operador.

Acción: RCP en niños

NO RESPONDE + NO RESPIRA O SOLO JADEA/BABEA = REALIZAR **RCP**

La siguiente tabla muestra los pasos para la RCP en niños:

Paso	Acción
1	Compruebe que la escena es segura.
2	Golpee suavemente a la persona y diríjase a ella en voz alta.
3	Grite pidiendo ayuda.
4	Compruebe la respiración.
5	Si el niño no responde y no respira o solo jadea/boquea, realice 5 series de 30 compresiones y 2 ventilaciones, llame al número de emergencia y busque un DEA.
6	Continúe con las series de compresiones y ventilaciones hasta que la víctima empiece a respirar o moverse, o hasta que alguien más preparado llegue y asuma el control.

Importante

Si hay alguien con usted mientras realiza la RCP, o si grita para pedir ayuda y consigue que alguien acuda, encargue a quien sea que llame al número de emergencias mientras usted empieza a comprimir fuerte y rápido y a realizar las ventilaciones. Usted realice las compresiones y las ventilaciones; la otra persona, llama por teléfono y consigue un DEA.

La siguiente tabla resume las diferencias entre la RCP en niños y en adultos.

Diferencias	Qué hacer ante un adulto	Qué hacer ante un niño
Cuándo llamar al número de emergencias	Llame después de comprobar si responde.	Llame después de realizar las 5 series de compresiones y respiraciones, si está usted sólo.
Uso de un DEA	Use los parches para adultos.	• Busque si existe un adaptador pediátrico. • Use los parches pediátricos. • Si no hay parches pediátricos, utilice los parches para adultos. • Si utiliza los parches para adultos, compruebe que no se tocan entre sí.
Profundidad de las compresiones	Comprima al menos 5 cm.	Comprima aproximadamente 5 cm.



3. CÓMO AYUDAR A UN NIÑO ATRAGANTADO

Definiciones y acciones clave

Un problema de atragantamiento se produce por algún alimento y otro objeto que queda atorado en la vía o la garganta. El objeto evita que el aire pase a los pulmones.

Algunas obstrucciones son más leves que otras. Si es grave, actúe rápido. Extraiga el objeto para que el niño pueda respirar.

Temas

- Obstrucción leve y grave.
- Cómo ayudar a un niño atragantado.
- Cómo ayudar a un niño atragantado inconsciente.

ATRAGANTAMIENTO LEVE Y GRAVE

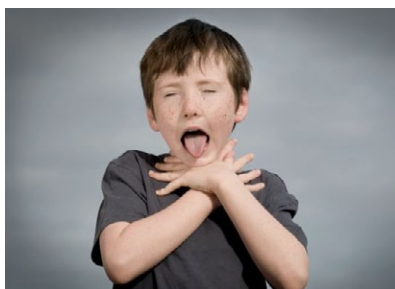
Acción

Guíese por la siguiente tabla para identificar si un niño sufre una obstrucción leve o grave y qué debe hacer:

Si el niño	La obstrucción de la vía aérea es	Por lo que debe
• Puede emitir sonidos. • Tose ruidosamente.	LEVE	• Permanecer junto a la persona y hacer que tosa. • Si le preocupa cómo respira, llame al número de emergencias local.
• No puede respirar, o • Tiene tos silenciosa, o • No puede hablar ni emitir sonidos, o • Realiza el signo de obstrucción.	GRAVE	• Actuar rápidamente. • Seguir los pasos para auxiliar a un niño con obstrucción.

Nota: signo de atragantamiento

Si un niño tiene un atragantamiento, podría indicárselo con el signo de atragantamiento (se agarra el cuello con una o ambas manos).



CÓMO AYUDAR A UN NIÑO ATRAGANTADO

Definiciones y acciones clave

Ante una obstrucción grave, hay que comprimir ligeramente por encima del ombligo del niño. Estas compresiones abdominales se conocen como la maniobra de Heimlich. Con cada compresión, se empuja aire desde los pulmones como una tos. De esta forma, el objeto que obstruye la vía aérea puede salir expulsado.

Acción: ayudar a un niño atragantado

Siga estos pasos para auxiliar a un niño atragantado:

Paso	Acción
1	Si el niño parece estar ahogándose, pregunte “¿Te estás ahogando?”. Si asiente con la cabeza, indíquele que le va a ayudar.
2	Colóquese detrás. Rodéele desde atrás con los brazos, de tal forma que las manos queden delante.
3	Cierre una mano en puño.
4	Coloque el puño (por la parte del pulgar) ligeramente por encima del ombligo y bastante por debajo del esternón.
5	Sujete el puño con la otra mano y comprima rápido y hacia arriba en el abdomen.
6	Siga con las compresiones hasta que el objeto salga y la víctima pueda respirar, toser y hablar, o hasta que quede inconsciente.



Acción: ayudar a un niño de complexión grande atragantado

Si el niño que sufre la obstrucción es muy grande y no alcanza a rodearle la cintura con los brazos, comprima en el tórax en lugar del abdomen.

Siga los mismos pasos, pero coloque los brazos y las manos en un lugar diferente. Rodee por las axilas y coloque las manos sobre la mitad inferior del esternón. Tire hacia atrás cuando realice las compresiones torácicas.

Nota

Un profesional de la salud deberá examinar a los niños en los que se han practicado maniobras de desobstrucción.

CÓMO AYUDAR A UN NIÑO ATRAGANTADO INCONSCIENTE

Definiciones y acciones clave

Si con las compresiones en el abdomen no logra extraer el objeto que obstruye la vía aérea, el niño quedará inconsciente. Comprimir en el tórax podría funcionar.

Acción: ayudar a un niño inconsciente

Si el niño queda inconsciente, siga estos pasos:

Paso	Acción
1	Recueste al niño en una superficie firme y plana.
2	Golpee suavemente a la persona y diríjase a ella en voz alta.
3	Grite pidiendo ayuda.
4	Compruebe la respiración.
5	Realice 30 compresiones.
6	Tras las 30 compresiones, abra la vía aérea. Si ve algún objeto en la boca, sáquelo.
7	Realice 2 ventilaciones.
8	Repita las series de 30 compresiones y 2 ventilaciones, examinando la boca tras cada serie de compresiones por si hay algún objeto dentro.
9	Tras 5 series de 30 compresiones y 2 ventilaciones, llame al número local de emergencias y busque un DEA.
10	Realice series de 30 compresiones y 2 ventilaciones, examinando la boca tras cada serie por si hubiera algún objeto dentro. Continúe hasta que el niño empiece a responder o hasta que alguien más preparado llegue y asuma el control.

Importante

Si está acompañado cuando el niño cae inconsciente, o si grita para pedir ayuda y alguien acude, encargue a quien sea que llame al número local de emergencias y que busque un DEA mientras usted se dedica a comprimir rápido y fuerte y realizar las respiraciones. Usted realice las compresiones y las ventilaciones; la otra persona, llama por teléfono y consigue un DEA.



4. RCP PARA LACTANTES

Definiciones y acciones clave

La RCP consiste en comprimir fuerte y rápido el tórax y alternar con ventilaciones. Se realiza cuando el corazón ha dejado de bombear sangre.

Para este curso, por lactante se entiende a un menor de menos de 1 año.

Se dice que un lactante “responde” si se mueve, hace sonidos, parpadea o reacciona de alguna forma cuando le golpea suavemente y le llama por su nombre. Se dice que un lactante “no responde” si no hace nada cuando le golpea suavemente y le habla en voz alta.

Temas tratados

- Realización de la RCP.
- Evaluación y llamada al número local de emergencias.
- Recapitulación.

REALIZACIÓN DE LA RCP: COMPRESIONES Y VENTILACIONES

COMPRESIONES

Definiciones y acciones clave

Comprimir fuerte y rápido en el tórax (compresiones) es la parte más importante de la RCP. Las compresiones torácicas provocan el bombeo de la sangre al cerebro y al corazón.

A menudo, no se comprime lo bastante fuerte por temor a herir al lactante. Aun cuando este es poco probable, una lesión es preferible a la muerte. Es mejor comprimir demasiado fuerte que con poca fuerza. Si es posible, coloca al lactante en una superficie firme y plana, no directamente sobre el suelo, por ejemplo, sobre una mesa. Así le resultará más fácil realizar la RCP.

Acción: comprimir fuerte y rápido

Siga estos pasos para comprimir fuerte y rápido.

Paso	Acción
------	--------

1	Asegúrese de que el lactante está tumbado de espaldas, en una superficie plana y firme. Si es posible, que no esté directamente sobre el suelo.
---	---

2	Quite las ropas.
---	------------------

3	Ponga 2 dedos de una mano en el esternón, justo por debajo de la línea de los pezones.
---	--

4	Comprima el tórax del lactante unos 4 cm a una frecuencia mínima de 100 compresiones por minuto.
---	--

5	Tras cada compresión, deje que el tórax vuelva a su posición normal.
---	--





Nota

Las compresiones son muy importantes en la RCP, y realizarlas correctamente resulta agotador. Cuando más cansado esté, menos efectivos serán. Si hay alguien más que sepa cómo hacerlas, túrnense. Cambien las funciones cada 2 minutos; háganlo rápidamente para no interrumpir las compresiones. Trabajen recordándose mutuamente comprimir unos 4 cm y a una frecuencia mínima de 100 compresiones por minuto, y dejando que el tórax vuelva a su posición normal tras cada compresión.

VENTILACIONES

Definiciones y acciones clave

Los lactantes suelen tener corazones sanos. Por lo general, el corazón de un lactante se para porque no puede respirar o lo hace con dificultad. Por tanto, en el caso de los lactantes, es muy importante que realice ventilaciones además de las compresiones.

Cuando realice las ventilaciones, deberá observar si hay elevación torácica; es indicativo de que el lactante ha recibido aire suficiente. Las compresiones son la parte más importante de la RCP. Si también sabe realizar las ventilaciones, su ayuda será aún más valiosa.

Acción: abrir la vía aérea

Antes de las ventilaciones, abra la vía aérea. Siga estos pasos para abrir la vía aérea:

Paso	Acción
1	Ponga una mano en la frente y los dedos de la otra mano en el hueso del mentón.
2	Eche la cabeza hacia atrás y levante el mentón.

Importante

Cuando extienda la cabeza del lactante, no la ponga demasiado atrás, porque podría bloquear la vía aérea. Evite presionar la parte blanca del cuello o bajo el mentón.



Acción: realizar las respiraciones

Siga estos pasos para realizar las ventilaciones en un lactante:

Paso	Acción
1	Mientras abre la vía aérea del lactante, inspire normalmente.
2	Cubra la boca y la nariz del lactante con su boca.
3	Realice 2 ventilaciones (espire durante 1 segundo en cada una). Observe si hay elevación torácica con cada ventilación.



Nota: consejos para las ventilaciones

Si su boca es muy pequeña para abarcar la nariz y la boca del lactante, póngala sobre la nariz y realice las ventilaciones a través de ella. (Quizá deba tapar la boca del lactante para que el aire no se salga por ella).

Importante

Si se realiza las ventilaciones en un lactante y no aprecia elevación torácica, deje que la cabeza vuelva a su posición normal. A continuación, abra la vía extendiendo la cabeza y elevando el mentón. Vuelva a repetir la ventilación. Compruebe que hay elevación torácica.

No tarde más de 10 segundos en las ventilaciones para interrumpir al mínimo las compresiones. Si no hay elevación torácica a los 10 segundos, vuelva a comprimir fuerte y rápido en el tórax.

EVALUACIÓN Y LLAMADO AL NÚMERO LOCAL DE EMERGENCIAS

Definiciones y acciones clave

Ahora que sabe cómo practicar la RCP, conviene repasar en qué situaciones resulta necesaria. Si el lactante no responde y no respira o solo jadea/boquea, tendrá que realizar la RCP.

En caso de duda hágalo igualmente. Es preferible practicar la RCP en alguien que no lo necesita que no hacerlo cuando sí se necesita.

Acción: comprobar que la escena es segura

Antes de realizar la RCP, compruebe que la escena es segura. Mire a su alrededor para descartar que haya algo que pueda lesionarle. No se trata de que usted también acabe siendo una víctima.



www.cpeccsp.com.ar

Acción: golpear suavemente a la víctima y dirigirse a ella en voz alta

Compruebe si el lactante responde. Golpéele suavemente el pie y llámele por su nombre en voz alta. Si no se mueve, no hace ningún sonido, no parpadea o no reacciona de ninguna otra forma, se trata de un lactante que no responde.



Acción: grite pidiendo ayuda

Grite pidiendo ayuda. Si acude alguien, dígame que llame al número de emergencias. Tanto si acude alguien como si no, compruebe la respiración del lactante.

Acción: comprobar la respiración

Si el lactante no responde, compruebe la respiración. Si no respira o lo hace de forma agónica, es necesario iniciar la RCP.

Cuando una persona jadea/boquea, suele tomar aire muy rápido. Podría abrir la boca y mover la mandíbula, la cabeza o el cuello. Las respiraciones agónicas pueden parecer forzadas o débiles, podría pasar un tiempo entre una y otra, ya que suelen darse con una frecuencia baja. Pueden sonar como un resopido, ronquido o gemido, ya que no se trata de una respiración normal ni regular. Son un signo de paro cardíaco en alguien que no responde.

RECAPITULACIÓN

Definiciones y acciones clave

Los corazones de los lactantes suelen estar sanos y es la dificultad respiratoria la que a menudo les causa algún problema cardíaco, por eso es importante dar aire al lactante lo más rápido posible. Por esta razón, debe realizar 5 ciclos de RCP antes de llamar para pedir ayuda. (Si hay alguien cerca, dígame que llame de inmediato).

Las compresiones son muy importantes, ya que son la parte fundamental de la RCP. Intente no interrumpir las compresiones más de unos pocos segundos, incluso al realizar las ventilaciones.

Acción: administre 5 ciclos de RCP

La RCP en lactantes consiste en realizar series de 30 compresiones y 2 ventilaciones. Comprima unos 4 cm a una frecuencia mínima de 100 compresiones por minuto. Tras cada compresión, deje que el tórax vuelva a su posición normal.

Si el lactante no está lesionado y se encuentra solo, tras 5 series de 30 compresiones y 2 ventilaciones, llévelo en brazos y vaya a llamar al número de emergencias.



Acción: llamada al número de emergencias

Tras 5 series de RCP, llame al número de emergencias, si aún nadie lo ha hecho. Si es posible, lleve al lactante con usted.

Acción: hasta cuándo continuar

Tras llamar, continúe con las series de 30 compresiones y 2 ventilaciones hasta que el lactante empiece a responder hasta que alguien más preparado llegue y asuma el control.

Nota: cómo responder a las preguntas del operador telefónico de emergencias

No cuelgue hasta que el operador telefónico de emergencias le diga que puede hacerlo.

El operador le preguntará acerca de la emergencia. También podría darle instrucciones para auxiliar al lactante hasta que un equipo especializado llegue y asuma el control.

Responder a las preguntas del operador no retrasará la llegada de la ayuda. Si puede, llévese el teléfono consigo para estar junto al lactante mientras habla con el operador.

Acción: realizar la RCP Pediátrica

NO RESPONDE + NO RESPIRA O SOLO JADEA/BLOQUEA = REALIZAR RCP

La siguiente tabla muestra los pasos para la RCP en lactantes:

Paso	Acción
1	Compruebe que la escena es segura.
2	Golpee suavemente a la víctima y diríjase a ella en voz alta.
3	Grite pidiendo ayuda.
4	Compruebe la respiración.
5	Si el lactante no respira o solo jadea/boquea, realice 5 series de 30 compresiones y 2 ventilaciones, llame al número de emergencias y busque un DEA.
6	Continúe con las series de compresiones y ventilaciones hasta que el niño empiece a respirar o moverse, o hasta que alguien más preparado llegue y asuma el control.

Importante

Si hay alguien con usted mientras realiza la RCP, o si grita para pedir ayuda y consigue que alguien acuda, encargue a quien sea que llame al número de emergencias mientras usted empieza a comprimir fuerte y rápido y a realizar las ventilaciones. Usted realice compresiones y respiraciones, mientras que la otra persona llama por teléfono.



5. CÓMO AYUDAR A UN LACTANTE ATRAGANTADO

Definiciones

Un problema de atragantamiento se produce por algún alimento u otro objeto que queda atorado en la vía aérea o la garganta. El objeto evita que el aire pase a los pulmones.

Algunas obstrucciones son más leves que otras. Si es grave, actúe rápido. Extraiga el objeto para que el lactante pueda respirar.

Temas

- Obstrucción leve y grave.
- Cómo ayudar a un lactante atragantado.
- Cómo ayudar a un lactante atragantado inconscientemente.

ATRAGANTAMIENTO LEVE Y GRAVE

Acción

Guíese por la siguiente tabla para identificar si un lactante sufre una obstrucción leve o grave y qué debe hacer:

Si el lactante	La obstrucción de la vía aérea es	Por lo que debe
• Puede emitir sonidos. • Tose ruidosamente.	LEVE	• Permanecer junto a la persona y hacer que tosa. • Si le preocupa cómo respira, llame al número de emergencias local.
• No puede respirar, o • Tiene tos silenciosa, o • No puede hablar ni emitir sonidos, o • Realiza el signo de obstrucción.	GRAVE	• Actuar rápidamente. • Seguir los pasos para auxiliar a un niño con obstrucción.

CÓMO AYUDAR A UN LACTANTE ATRAGANTADO

Definiciones y acciones clave

Si un lactante sufre una obstrucción grave, dele palmadas en la espalda y comprímale en el tórax para que expulse el objeto que obstruye la vía aérea.



Acción: ayudar a un lactante atragantado

Paso	Acción
1	Sujete al lactante en brazos y colóquelo boca abajo. Sostenga la cabeza y la mandíbula del lactante con la mano.
2	Dele 5 palmadas en la espalda con el talón de la otra mano, entre los omóplatos.
3	Si el objeto no sale tras las 5 palmadas, ponga boca arriba al lactante sujetándole la cabeza.
4	Realice 5 compresiones torácicas con los 2 dedos de la otra mano, comprimiendo en el mismo punto donde practica la RCP.
5	Repita alternando 5 palmadas en la espalda y las 5 compresiones torácicas hasta que el lactante respire, tosa o llore, o bien hasta que quede inconsciente.



Nota

Un profesional de la salud deberá examinar a los lactantes en los que se ha practicado palmadas en la espalda y compresiones en el tórax.

CÓMO AYUDAR A UN LACTANTE ATRAGANTADO INCONSCIENTE

Definiciones y acciones clave

Si tras las palmadas en la espalda y las compresiones en el tórax no extrae el objeto que bloquea la vía aérea, el lactante quedará inconsciente. Comprimir en el tórax podría funcionar.

Acción: ayudar a un lactante atragantado inconsciente

Si el lactante queda inconsciente, siga estos pasos:

Paso	Acción
1	Coloque al lactante en una superficie firme y plana, no directamente sobre el suelo, por ejemplo, sobre una mesa.
2	Golpee suavemente a la víctima y diríjase a ella en voz alta.
3	Grite pidiendo ayuda.
4	Compruebe la respiración.
5	Comprima el tórax 30 veces.
6	Tras las 30 compresiones, abra la vía aérea. Si ve algún objeto en la boca, sáquelo.
7	Realice 2 ventilaciones.
8	Repita las series de 30 compresiones y 2 ventilaciones, examinando la boca tras cada serie de compresiones por si hay algún objeto dentro.
9	Tras 5 series de 30 compresiones y 2 ventilaciones, llame al número local de emergencias.
10	Realice series de 30 compresiones y 2 ventilaciones, examinando la boca tras cada serie por si hubiera algún objeto dentro. Continúe hasta que el lactante empiece a responder o hasta que alguien más preparado llegue y asuma el control.

Importante

En los lactantes, sólo dé palmadas en la espalda y comprima en el tórax. Si comprime en el abdomen podría causar daños graves.

Si está acompañado cuando el lactante queda inconsciente, o si grita para pedir ayuda y alguien acude, encargue a quien sea que llame al número local de emergencias mientras usted se dedica a comprimir rápido y fuerte y realizar las ventilaciones. Usted realice compresiones y ventilaciones, mientras que la otra persona llama por teléfono.

