

Reanimación Cardiopulmonar (RCP) y Asfixia



Usted puede salvar una vida si tiene conocimientos básicos de RCP

Dé palmaditas y sacuda a la persona para ver si reacciona. Si no reacciona:

- Pida a alguien que llame al 911 y consiga el desfibrilador automático externo (AED, en inglés). Luego, comience con las maniobras de RCP siguiendo las instrucciones CVI que se describen a continuación.
- Si está solo con un adulto que no reacciona, llame al 911 antes de comenzar la RCP. Si tiene un teléfono celular, llame mientras realiza las maniobras de RCP y póngalo en altavoz.
- Si está solo con un bebé o niño que no reacciona, realice 5 ciclos de 30 compresiones y 2 insuflaciones antes de llamar al 911. Si tiene un teléfono celular, puede llamar al 911 mientras realiza las maniobras de RCP.

C Comience con **compresiones torácicas** si la persona no tiene signos vitales (no tose, no se mueve ni respira).

V Abra la **vía respiratoria** levantando el mentón e inclinando la cabeza hacia atrás.

I Realice 2 **insuflaciones**, lo suficiente como para que el pecho se eleve.

Continúe con las maniobras de RCP según las instrucciones que se indican a continuación hasta que llegue la asistencia médica y se haga cargo o hasta que la persona dé signos de vida (la persona tose, se mueve o respira). Si alguien trae un desfibrilador antes de que llegue la asistencia médica, ábralo y siga las instrucciones. Es muy importante que todos sigan las instrucciones del AED cuando indique que no se debe tocar a la persona.

	Bebés	Niños y adultos
Edad	Desde el nacimiento hasta 1 año	Niño: de 1 año hasta la pubertad Adulto: cualquier persona después de la pubertad
Compresiones torácicas	100 a 120 compresiones por minuto	
Cantidad de compresiones torácicas e insuflaciones	30 compresiones y 2 insuflaciones (en cada ciclo)	
Profundidad de la compresión torácica (se debe realizar sobre una superficie firme).	Presione fuerte y rápido (aproximadamente un tercio de la profundidad total del pecho); alrededor de 1 ½ pulgadas. Permita que el pecho se eleve por completo cada vez.	Presione fuerte y rápido (aproximadamente un tercio de la profundidad total del pecho); alrededor de 2 pulgadas para niños y al menos 2 pulgadas para adultos. Permita que el pecho se eleve por completo cada vez.

	Bebés	Niños y adultos
Manos	Use 2 dedos o 2 pulgares (rodeando el pecho con las manos) sobre el esternón, justo por debajo de la línea de los pezones. Si no puede empujar hacia abajo aproximadamente un tercio de la profundidad total del pecho use el talón de la mano.	En niños pequeños, use el talón de la mano sobre el esternón entre los pezones. En niños más grandes y adultos, use las dos manos, una sobre la otra. Siempre puede usar dos manos si le cuesta usar una sola.

Pautas CVI para realizar las maniobras de RCP

	Bebés
C Compresiones	 <ul style="list-style-type: none">• Use 2 dedos o 2 pulgares (rodeando el pecho con las manos) sobre el esternón, justo por debajo de la línea de los pezones. Si no puede presionar hacia abajo aproximadamente un tercio de la profundidad total del pecho use el talón de la mano.• Presione fuerte y rápido, al menos 100 veces por minuto. Cuente en voz alta.• Permita que el pecho se eleve por completo cada vez.
V Vía aérea	 <ul style="list-style-type: none">• Ponga 1 mano en la frente del bebé. Con la otra mano, ponga 2 dedos debajo del mentón del bebé e incline suavemente la cabeza hacia arriba.• No incline la cabeza demasiado hacia atrás.
I Insuflaciones	 <ul style="list-style-type: none">• Realice 30 compresiones y luego 2 insuflaciones.• Cubra la nariz y la boca del bebé con su boca.• Cada insuflación deberá ser lo suficiente como para que el pecho se eleve por solo 1 segundo.• Continúe con las maniobras de RCP siguiendo las pautas CVI hasta que llegue la asistencia médica y le indiquen que se detenga o hasta que el bebé recupere los signos vitales.• Si alguien trae un AED antes de que llegue el equipo de atención médica, ábralo, enciéndalo y siga las instrucciones.

Niños y adultos



- En niños pequeños, use el talón de 1 mano sobre el esternón entre los pezones.
- En niños más grandes y en adultos, use las 2 manos.
- Presione fuerte y rápido, **al menos 100 veces por minuto**. Cuente en voz alta.
- Permita que el pecho se eleve por completo cada vez.



- Abra la vía aérea levantando el mentón e inclinado la cabeza hacia atrás.
- Coloque la mano sobre el mentón, no sobre la garganta ni la vía aérea.



- Haga **30 compresiones** y luego **2 insuflaciones**.
- Cubra la boca del niño o adulto con su boca mientras oprime la nariz con los dedos para cerrarla.
- Cada insuflación deberá ser solo lo suficiente como para hacer que el pecho se eleve por solo 1 segundo.
- Continúe con las maniobras de RCP siguiendo las pautas CVI hasta que llegue la asistencia médica y le digan que se detenga o hasta que la persona recupere los signos vitales.
- Si alguien trae un AED antes de que la persona reciba asistencia médica, ábralo, enciéndalo y siga las indicaciones.

RCP solo con las manos

Los rescatistas no profesionales pueden usar el método de solo compresión (RCP solo con las manos) en adultos que pierden el conocimiento de forma repentina. Durante la RCP solo con las manos:

- Si hay personas a su alrededor, pídale a alguien que llame al 911 y que consiga el AED (desfibrilador automático externo). Si está solo y no tiene cerca su teléfono celular, vaya a llamar al 911. Si lleva consigo un teléfono celular, póngalo en altavoz, marque el 911 y comience la RCP solo con las manos. Es muy importante que todos sigan las instrucciones del AED cuando indique que no se debe tocar a la persona.
- Comience las compresiones del pecho y continúe administrándolas sin parar hasta que llegue la asistencia médica y se hagan cargo de la situación.
- Si alguien trae un AED antes de que llegue la asistencia médica, ábralo, enciéndalo y siga las instrucciones.

La RCP solo con las manos no se recomienda en los casos en que se necesita hacer por motivos relacionados con falta de oxígeno. Esto incluye ahogamiento, asfixia, reacciones alérgicas, sobredosis de narcóticos o sedantes (medicamentos) y problemas respiratorios que ocasionan un desmayo. **Puesto que la mayoría de los bebés y niños necesitan RCP por razones de oxígeno, se deberá seguir con las pautas CVI de RCP.** La RCP solo con las manos deberá realizarse solamente en bebés y niños si el rescatista no profesional no puede dar insuflaciones.



Qué hacer cuando una persona comienza a asfixiarse

	Bebés	Niños y adultos
Señales de problemas	<ul style="list-style-type: none"> • Puede ponerse de color morado (azul) • No puede toser ni gritar • Está asustado o agitado • Puede estar arqueado y rígido 	<ul style="list-style-type: none"> • Puede ponerse de color morado (azul) • No puede hablar, llorar ni emitir sonidos para hablar o toser • Puede sujetarse la garganta
Qué debe hacer	<ul style="list-style-type: none"> • Pida a alguien que llame al 911 de inmediato; si está solo, proceda primero a rescatar. • Ponga al bebé boca abajo con la cabeza más baja que el cuerpo, golpee entre sus omóplatos 5 veces con el talón de la mano. Mantenga al bebé en sus brazos y apoyado en su regazo. • Dé vuelta al bebé, siempre manteniendo la cabeza más baja que el cuerpo. Realice 5 compresiones torácicas sobre el esternón (hueso del pecho) justo por debajo de la línea de los pezones. • No intente introducir la mano en la boca para sacar el objeto ni meter el dedo a ciegas. • Repita los golpes en la espalda y las compresiones torácicas hasta que el bebé ya no se esté asfixiando o deténgase si pierde el conocimiento (se desmaya). • Obtenga atención médica de inmediato después de un grave episodio de asfixia. 	<ul style="list-style-type: none"> • Pida a alguien que llame al 911 de inmediato; proceda primero al rescate. • De pie y apoyado detrás de la persona, coloque el puño, del lado del pulgar, contra el estómago, justo por encima del ombligo. • Sujete el puño con la otra mano. Use ambas manos para empujar hacia arriba. • No intente introducir la mano en la boca para sacar el objeto ni meter el dedo a ciegas. • Repita las compresiones hasta que la persona ya no se esté asfixiando o deténgase si pierde el conocimiento (se desmaya). • Obtenga atención médica de inmediato después de un grave episodio de asfixia.
Si la persona se desmaya	<p>Para todas las edades:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pida a alguien que llame al 911 (si aún no lo ha hecho). • Comience las maniobras de RCP. Revise la boca de la víctima antes de soplar en ella para comprobar si hay algún cuerpo extraño que se pueda sacar. • Llame al 911 después de realizar 5 ciclos de RCP (si está solo y nadie pudo llamar antes). 	



Esta es solo información general, no es una recomendación médica específica para su hijo. Si tiene preguntas o inquietudes respecto a la atención o salud de su hijo consulte siempre al médico o a otro proveedor de atención médica.

Si tiene alguna inquietud urgente o una emergencia, llame al 911 o acuda a la sala de urgencias de inmediato.