

REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR BÁSICA (RCP)_(I)

Se entiende por **parada cardiorrespiratoria** la **interrupción súbita y reversible de la circulación y respiración**. Una RCP básica precoz y de calidad es fundamental.

AUTOPROTECCIÓN

- **Nunca se debe realizar una RCP en lugar o situación que suponga peligro** para la persona que reanima o la reanimada.
- Acercarse a la víctima y **determinar el nivel de conciencia**, sacudiéndole los hombros y hablándole con voz alta.
- **Si responde, dejarla en la misma posición si no comporta riesgo para ella**, y solicitar ayuda.
- **Si la víctima no responde pedir ayuda**.
- Si se puede, evaluar al paciente en la posición en la que está; si no, **colocarle en “posición lateral de seguridad”**.



APERTURA DE LA VÍA AÉREA: MANIOBRA DE EXTENSIÓN DE LA CABEZA - ELEVACIÓN DEL MENTÓN

- Con la **cabeza en hiperextensión moderada** se **levanta el mentón**, a la vez que se va **abriendo la boca**. **Comprobar respiración**.
- **Ver, oír y sentir durante 5-10 segundos**. ¡Ojo!, no es lo mismo una respiración normal que una agónica. Es posible que con la apertura de la vía aérea la víctima respire por sí misma.
- **¿Respira, pero está inconsciente?**: Al estar inconsciente puede producirse una **caída de lengua, evitando la entrada de aire**. **Para evitarlo**, se debe colocar al paciente en **“posición lateral de seguridad”**, si sus lesiones lo permiten.



POSICIÓN LATERAL DE SEGURIDAD

- 1. En caso de que lleve gafas, quitárselas.** Arrodillarse delante del paciente y **colocar sus piernas estiradas. Colocar el brazo más cercano al que reanima en ángulo recto con su cuerpo,** codo doblado y palma de la mano hacia arriba. **El otro brazo se coloca por encima de su tórax** y se sujeta el dorso de la mano contra la mejilla contraria (la más cercana al reanimador).
- 2. Se sujeta la pierna del paciente que queda más alejada del reanimador a la altura de la rodilla,** y se dobla de forma que el pie quede apoyado en el suelo. En esa posición, y sujetando al paciente, girarlo hacia quien reanima, colocando la pierna, cabeza y brazo de manera que quede en una posición segura.
- 3. Asegurarse de que tiene la vía aérea abierta,** y comprobar regularmente que el paciente mantiene una respiración espontánea.

