

REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR BÁSICA (RCP) (II)

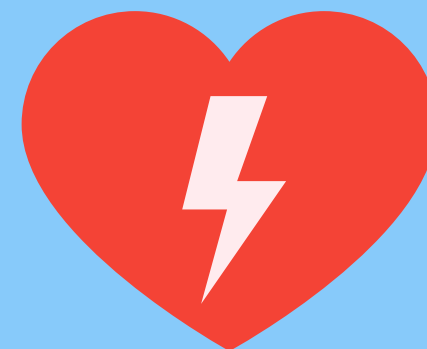
¿Qué hacer si alguien no respira o tiene respiración agónica? (Parada cardiorrespiratoria)

REANIMACIÓN

- **Iniciar las compresiones torácicas con 30 compresiones**, seguidas de 2 ventilaciones (1 ciclo).
- Continuar hasta completar **5 ciclos** (acabando los 5 con las 2 ventilaciones).
- Una vez realizados los 5 ciclos (2 minutos aproximadamente), **comprobar la presencia o ausencia de respiración durante 5 - 10 segundos**.

¡Ojo!, en los recién nacidos es otra relación

- Si respira, pero sigue inconsciente, **colocar a la persona en posición lateral de seguridad**.
- **Si continúa sin respirar, repetir la maniobra** (5 ciclos de 30 compresiones + 2 ventilaciones) y tras las últimas 2 ventilaciones, comprobar de nuevo si respira; si no lo hace, seguir.



¿CÓMO SE REALIZAN LAS COMPRESIONES?

- **Se coloca a la víctima boca arriba y quien reanima se arrodilla a su lado**, con las rodillas a la altura del pecho de la víctima.
- Se elige el **punto de compresión, en el centro del tórax** (entre los pezones) y se colocan las manos entrelazadas.
- Durante las compresiones torácicas, **el reanimador no debe apoyar sus dedos en el tórax del paciente para así asegurarse de que la presión que ejerce no se aplica en las costillas**. Tampoco hay que hacer presión en el abdomen ni en la parte final del esternón.
- La **profundidad de cada compresión será de 4-5 cm** y, tras cada compresión, el tórax debe recuperar su posición inicial. Hay que apretar con firmeza y rapidez.
- **Frecuencia de compresiones: 100 – 200 / minuto.**
- El tiempo empleado en comprimir – descomprimir debe ser el mismo. Relación compresión – ventilación: 30/2 en todas las víctimas, **excepto en recién nacidos.**
- Se debe **intentar limitar el número de interrupciones** de las compresiones torácicas. **Cada vez que se interrumpen, la sangre deja de circular.**



CÓMO SE REALIZAN LAS VENTILACIONES (“BOCA A BOCA”)

- Hay que **asegurarse de que la vía aérea esté bien abierta**, mediante la maniobra frente – mentón.
- **Mantener tapada la nariz del paciente**, para evitar que el aire se escape. Quien reanima ha de realizar una inspiración normal (no profunda) y colocar los labios alrededor de la boca del paciente.
- **Insuflar aire al paciente durante 1 segundo**, observando a la vez que el tórax se eleva.
- **Manteniendo la apertura de la vía aérea**, el reanimador se ha de separar del paciente para **ver como el tórax se deprime** cuando sale el aire; mientras aprovechará para tomar aire para volver a repetirlo una vez más.

