



NOMBRE DE ESTUDIANTE:
Adly Candy Vázquez Hernández

DOCENTE:
Dr. Samuel Esau Fonseca Fierro

MATERIA:
Medicina Basada en Evidencias

TEMA:
“Resumen Reanimación Cardiopulmonar ”

CARRERA:
Medicina Humana

SEMESTRE:
8°

Tuxtla Gutiérrez, Chiapas

REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR

La reanimación cardiopulmonar (RCP) es una técnica para salvar vidas que es útil en muchas situaciones de emergencias, como un ataque cardíaco o un ahogamiento, en las que la respiración o los latidos del corazón de una persona se han detenido. La Asociación Americana del Corazón recomienda comenzar con RCP haciendo compresiones fuertes y rápidas en el pecho. Esta recomendación de RCP solo con las manos se aplica tanto a las personas sin capacitación como al personal de primeros auxilios.

Estos son algunos consejos de la Asociación Americana del Corazón:

- **Persona sin capacitación.** Si no has recibido capacitación en RCP o no estás seguro de si puedes hacer respiraciones de rescate, solamente haz RCP con las manos. Esto significa hacer compresiones ininterrumpidas en el pecho, entre 100 y 120 por minuto, hasta que lleguen los paramédicos.
- **Persona capacitada y lista para actuar.** Si estás bien capacitado y tienes confianza en tus habilidades, comprueba si hay pulso y respiración. Si dentro de los 10 segundos no hay pulso ni respiración, comienza a hacer compresiones en el pecho. Comienza la reanimación cardiopulmonar con 30 compresiones en el pecho antes de hacer dos respiraciones de rescate.
- **Persona con capacitación pero que hace tiempo que no práctica.** Si has recibido capacitación en RCP en el pasado, pero te sientes inseguro de tus habilidades, límitate a hacer entre 100 y 120 compresiones en el pecho por minuto.

Los consejos anteriores son válidos para situaciones en las que adultos, niños y bebés necesiten RCP, pero no para recién nacidos (bebés de hasta 4 semanas de edad).

La reanimación cardiopulmonar puede mantener la circulación de la sangre oxigenada hacia el cerebro y otros órganos hasta que un tratamiento médico de emergencia pueda restablecer el ritmo cardíaco normal. Cuando el corazón se detiene, el cuerpo ya no recibe sangre oxigenada. La falta de sangre oxigenada puede causar daño cerebral en solo unos minutos.

Si no has recibido capacitación y tienes acceso inmediato a un teléfono, antes de hacer RCP llama al 911 o a tu número local para emergencias. El operador te

dará instrucciones sobre los procedimientos adecuados hasta que llegue la ayuda. Para aprender a hacer RCP correctamente, debes tomar un curso acreditado de primeros auxilios que incluya RCP y que enseñe cómo utilizar un desfibrilador externo automático.

ANTES DE COMENZAR

Antes de comenzar la RCP, verifica lo siguiente:

- ¿La persona está en un entorno seguro?
- ¿La persona está consciente o inconsciente?
- Si la persona parece inconsciente, tócale o golpéale el hombro y pregúntale en voz alta "¿Te encuentras bien?".
- Si la persona no responde y estás con otra persona que puede ayudar, uno de ustedes llame al 911 o al número de emergencias local y traiga el DEA, si hay alguno disponible. La otra persona debe comenzar el RCP.
- Si estás solo y tienes acceso inmediato a un teléfono, llama al 911 o al número local de emergencias antes de comenzar la RCP. Si tienes un DEA cerca, tráelo.
- Tan pronto como tengas el DEA, proporciona una descarga si lo indica el dispositivo y, luego, comienza a hacer RCP.

La American Heart Association (Asociación Estadounidense del Corazón) utiliza las letras C-A-B para ayudar a las personas a recordar el orden en que se deben hacer los pasos para la RCP.

- **C:** compresiones (en inglés "compressions")
- **A:** vía respiratoria (en inglés "airway")
- **B:** respiración (en inglés "breathing")

Compresiones: restaurar el flujo sanguíneo

Las compresiones significan que usarás tus manos para presionar con fuerza y rápidamente de una manera específica sobre el pecho de la persona. Las compresiones son el paso más importante en la RCP. Sigue estos pasos para hacer compresiones de RCP:

1. Acuesta a la persona de espalda sobre una superficie firme.
2. Arrodíllate junto al cuello y los hombros de la persona.

3. Coloca la parte inferior de la palma (base) de tu mano sobre el centro del pecho de la persona, entre los pezones.
4. Coloca tu otra mano encima de la mano que está sobre el pecho. Mantén los codos estirados y coloca tus hombros directamente encima de tus manos.
5. Presiona hacia abajo el pecho (comprime) al menos 2 pulgadas (5 centímetros), pero no más de 2,4 pulgadas (6 centímetros). Usa todo el peso de tu cuerpo (no solo tus brazos) cuando hagas compresiones.
6. Presiona el pecho con firmeza a un ritmo de 100 a 120 compresiones por minuto. La Asociación Americana del Corazón sugiere hacer compresiones al ritmo de la canción "Stayin' Alive". Deja que el pecho vuelva a su posición (retracción) después de cada compresión.
7. Si no estás capacitado en reanimación cardiopulmonar, continúa realizando compresiones en el pecho hasta que haya señales de movimiento o hasta que llegue el personal médico de emergencia. Si has recibido capacitación para hacer RCP, abre las vías respiratorias y proporciona respiración de rescate.

Vías respiratorias: abre las vías respiratorias

Si estás capacitado en RCP y has realizado 30 compresiones del pecho, abre las vías respiratorias de la persona mediante la maniobra de inclinarle la cabeza y levantarle el mentón. Coloca la palma de tu mano sobre la frente de la persona e inclínale suavemente la cabeza hacia atrás. Luego, con la otra mano, levántale suavemente el mentón hacia adelante para abrir las vías respiratorias.

Respiración: respira por la persona

La respiración de rescate puede ser boca a boca o boca a nariz, si la boca está gravemente lesionada o no se puede abrir. Las recomendaciones actuales sugieren hacer respiración de rescate usando un dispositivo con bolsa y mascarilla con un filtro de aire de alta eficiencia (HEPA).

1. Después de abrir las vías respiratorias (usando la maniobra de inclinarle la cabeza y levantarle el mentón), apriétale las fosas nasales para la respiración boca a boca y cubre la boca de la persona con la tuya, haciendo un sello.

2. Prepárate para dar dos respiraciones de rescate. Proporciona la primera respiración de rescate (de un segundo de duración) y observa si se eleva el pecho.
3. Si el pecho se eleva, proporciona la segunda respiración.
4. Si el pecho no se eleva, repite la maniobra de inclinarle la cabeza y levantarle el mentón y luego proporciona una segunda respiración. Treinta compresiones del pecho seguidas de dos respiraciones de rescate se consideran como un ciclo. Ten cuidado de no proporcionar demasiadas respiraciones o de respirar con demasiada fuerza.
5. Continúa con las compresiones del pecho para reiniciar el flujo sanguíneo.
6. Tan pronto como consigas un desfibrilador externo automático, aplícalo y sigue las instrucciones. Administra una descarga, luego reanuda las compresiones en el pecho durante dos minutos más antes de administrar una segunda descarga. Si no estás capacitado en el uso de un DEA, cualquier operador del 911 u otro operador médico de emergencia puede guiarte con instrucciones. Si no tienes a mano un DEA, ve al paso 5 a continuación.
7. Continúa haciendo RCP hasta que haya señales de movimiento o hasta que llegue el personal médico de emergencia.

REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR A UN NIÑO

El procedimiento para hacer RCP a un niño de 1 año hasta la pubertad es esencialmente el mismo que para un adulto; sigue los pasos C-A-B. La American Heart Association (Asociación Estadounidense del Corazón) recomienda no retrasar la RCP y te ofrece este consejo sobre cómo hacer RCP a un niño:

Compresiones: restaurar el flujo sanguíneo

Si estás solo y no viste al niño colapsar, empieza a hacer compresiones durante aproximadamente dos minutos. Luego llama lo antes posible al 911 o al número de emergencia local y busca un DEA si hay uno disponible.

Si estás solo y viste al niño colapsar, llama al 911 o al número de emergencias local. Luego busca el DEA si está disponible y empieza a hacer RCP. Si hay otra persona contigo, haz que esa persona pida ayuda y busca el DEA mientras tú comienzas el RCP.

1. Coloca al niño de espalda sobre una superficie firme.
2. Arrodíllate junto al cuello y los hombros del niño.
3. Coloca las dos manos (o solo una si el niño es muy pequeño) en la parte baja del hueso del tórax (esternón).
4. Con la palma de una o ambas manos, presiona hacia abajo (comprime) el pecho aproximadamente 2 pulgadas (unos 5 centímetros) pero no más de 2,4 pulgadas (unos 6 centímetros). Presiona con firmeza y rapidez, a un ritmo de 100 a 120 compresiones por minuto.
5. Si no estás capacitado en RCP, continúa haciendo compresiones en el pecho hasta que el niño se mueva o hasta que llegue el personal médico de emergencia. Si has recibido capacitación para hacer RCP, abre las vías respiratorias y proporciona respiración de rescate.

Vías respiratorias: abre las vías respiratorias

Si estás capacitado en RCP y has realizado 30 compresiones torácicas, abra las vías respiratorias del niño mediante la maniobra de inclinarle la cabeza y levantarle el mentón.

- Coloca tu palma de la mano sobre la frente del niño e inclínale suavemente la cabeza hacia atrás.
- Con la otra mano, levántale suavemente el mentón hacia adelante para abrir las vías respiratorias.

Respiración: respira por el niño

Sigue estos pasos para hacerle respiración boca a boca al niño.

1. Después de usar la maniobra de inclinarle la cabeza y levantarle el mentón, aprieta las fosas nasales del niño. Cubre la boca del niño con la tuya y asegúrate de que no escape aire.
2. Proporciona una respiración en la boca del niño durante un segundo y observa si se eleva el pecho. Si se eleva, proporciona la segunda respiración. Si el pecho no se eleva, repite primero la maniobra de inclinarle la cabeza y levantarle el mentón y luego proporciona la segunda respiración. Ten cuidado de no proporcionar demasiadas respiraciones o de respirar con demasiada fuerza.
3. Después de las dos respiraciones, comienza de inmediato el siguiente ciclo de compresiones y respiraciones. Nota: si hay dos personas disponibles para hacerle RCP al niño, cambien de

rescatista cada dos minutos, o más rápido si el rescatista está cansado, y proporcionen una o dos respiraciones cada 15 compresiones.

4. Tan pronto como haya un DEA disponible, aplícalo y sigue las instrucciones. Tan pronto como haya un DEA disponible, aplícalo y sigue las instrucciones. Usa parches pediátricos para los niños de más de 4 semanas de edad y de hasta 8 años. Si no tienes parches pediátricos disponibles, usa parches para adultos. Administra una descarga, luego reanuda la RCP (comenzando con compresiones del pecho) durante dos minutos más antes de administrar una segunda descarga. Si no estás capacitado en el uso de un DEA, cualquier operador del 911 u otro operador médico de emergencia puede guiarte en su uso.

Continúa hasta que el niño se mueva o llegue la ayuda.

RCP EN UN BEBÉ DE 4 SEMANAS O MÁS

El paro cardíaco en bebés generalmente se debe a la falta de oxígeno, como por ejemplo por un atragantamiento. Si sabes que el bebé tiene una obstrucción en las vías respiratorias, hazle primeros auxilios para atragantamiento. Si no sabes por qué no respira el bebé, haz RCP.

Primero, evalúa la situación. Toca al bebé y espera una respuesta, como un movimiento. No lo sacudas.

Si no responde, llama al 911 o al número de emergencia local, y luego comienza a hacer RCP de inmediato.

Para un bebé de menos de 1 año, sigue con el procedimiento de compresiones, de vías respiratorias y de respiración (C-A-B) (excepto en recién nacidos, que incluye a los bebés de hasta 4 semanas de edad):

Si viste al bebé colapsar, busca un DEA si tienes uno cerca antes de empezar con la RCP. Si hay otra persona disponible, haz que esa persona pida ayuda y busque el DEA inmediatamente mientras tú te quedas con el bebé y comienzas la RCP.

Compresiones: restaurar el flujo sanguíneo

1. Coloca al bebé de espalda sobre una superficie firme y plana, como una mesa o el piso.

2. Imagina una línea horizontal dibujada entre los pezones del bebé. Coloca dos dedos de una mano justo por debajo de esta línea, en el centro del pecho.
3. Comprime el pecho con cuidado a aproximadamente 1,5 pulgadas (unos 4 centímetros).
4. Cuenta en voz alta mientras presionas a un ritmo bastante rápido. Debes presionar con firmeza a un ritmo de 100 a 120 compresiones por minuto, como si le estuvieses haciendo RCP a un adulto.

Vías respiratorias: abre las vías respiratorias

Después de 30 compresiones, inclina la cabeza con cuidado hacia atrás levantando el mentón con una mano y haciendo presión en la frente con la otra mano.

Respiración: respira por el bebé

1. Cubre la boca y la nariz del bebé con tu boca.
2. Prepárate para dar dos respiraciones de rescate. Usa la fuerza de tus mejillas para dar inhalaciones suaves de aire (en lugar de respiraciones profundas de tus pulmones) para respirar lentamente en la boca del bebé una vez, tomándote un segundo para la respiración. Observa si se eleva el pecho del bebé. Si se eleva, proporciona la segunda respiración de rescate. Si el pecho no se eleva, repite la maniobra de inclinarle la cabeza y levantarle el mentón y luego proporciona la segunda respiración.
3. Si el pecho del bebé aún no se eleva, continúa con las compresiones en el pecho.
4. Proporciona dos respiraciones después cada 30 compresiones de pecho. Si dos personas están haciendo la RCP, proporciona una a dos respiraciones después cada 15 compresiones de pecho.
5. Continúa con la RCP hasta que veas signos de vida o hasta que llegue el personal médico.