

# Reanimación cardiopulmonar (CPR)

## [Cardiopulmonary resuscitation (CPR)]



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

- Pida a alguien que llame al 911 y que consiga el AED (desfibrilador automático externo) (si hay otra persona cerca). Entonces comience la CPR usando las instrucciones C-A-R descritas más adelante.
- Llame al 911 antes de comenzar la CPR si está solo con un adulto. O bien, llame mientras administra la CPR si tiene un teléfono celular y active el altavoz.
- Si está **solo con un bebé o niño**, administre 5 ciclos de 30 compresiones y dé 2 respiraciones antes de irse para llamar al 911. Puede llamar más pronto y mientras administra la CPR si tiene un teléfono celular en ese momento.

**C** – Comience con **COMPRESIONES DEL PECHO** si la persona no muestra signos de vida, como toser, moverse o respirar.

**A** – Abra la vía **AÉREA** levantando el mentón e inclinando la cabeza hacia atrás.

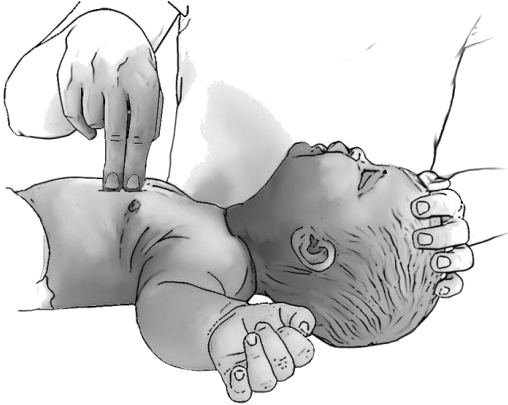


**R** – Dé 2 **RESPIRACIONES** para introducir aire, solo lo suficiente para hacer que el pecho se eleve.

Continúe con la CPR usando las instrucciones a continuación hasta que llegue la ayuda y le digan que se detenga o hasta que la persona muestre signos de vida como toser, moverse o respirar. Si alguien trae un AED antes de que llegue la ayuda, ábralo y siga las indicaciones. Es muy importante asegurarse de que todos sigan las instrucciones del AED cuando diga que no se debe tocar a la persona.

	<b>BEBÉ</b>	<b>NIÑO Y ADULTO</b>
<b>Edad</b>	Del nacimiento a 1 año	Niño: de 1 año hasta la pubertad; Adulto: cualquier persona después de la pubertad
<b>Compresiones del pecho</b>	100 a 120 por minuto	100 a 120 por minuto
<b>Cantidad de compresiones del pecho y respiraciones</b>	30 compresiones y 2 respiraciones (en cada ciclo)	30 compresiones y 2 respiraciones (en cada ciclo)
<b>Profundidad de la compresión del pecho (tiene que ser sobre una superficie dura)</b>	Presione fuerte y rápido (aproximadamente 1/3 de la profundidad total del pecho); alrededor de 1 ½ pulgadas. Permita que el pecho suba todo lo que pueda en cada ocasión.	Presione fuerte y rápido (aproximadamente 1/3 de la profundidad total del pecho); alrededor de 2 pulgadas para niños y al menos 2 pulgadas para adultos. Permita que el pecho suba todo lo que pueda en cada ocasión.
<b>Manos</b>	Use 2 dedos o los 2 pulgares (aplicando la técnica de rodear el pecho con las manos) sobre el esternón, justo por debajo de la línea de los pezones. Si no logra presionar aproximadamente 1/3 de la profundidad del pecho, use la base de la palma de una mano.	En niños pequeños, use el talón de una mano sobre el hueso entre los pezones. En niños más grandes y adultos, use las 2 manos, una sobre la otra. Siempre puede usar 2 manos si una sola parece difícil.





**En caso de una emergencia o inquietud urgente, llame al 911.**

# Reanimación cardiopulmonar (CPR), continuación

	BEBÉ	NIÑO Y ADULTO
<b>C</b> <b>Compresiones</b>	  <ul style="list-style-type: none"><li>• Use 2 dedos o los 2 pulgares (aplicando la técnica de rodear el pecho con las manos) sobre el esternón, justo por debajo de la línea de los pezones. Si no puede presionar lo suficiente, use la base de la palma de una mano.</li><li>• Presione fuerte y rápido, al menos 100 veces por minuto. Cuente en voz alta.</li><li>• Permita que el pecho suba todo lo que pueda en cada ocasión.</li></ul>	 <ul style="list-style-type: none"><li>• En niños pequeños, use el talón de una mano sobre el hueso entre los pezones. En niños más grandes y en adultos, use las 2 manos.</li><li>• Presione fuerte y rápido, al menos 100 veces por minuto. Cuente en voz alta.</li><li>• Permita que el pecho suba todo lo que pueda en cada ocasión.</li></ul>

En caso de una emergencia o inquietud urgente, llame al 911.

# Reanimación cardiopulmonar (CPR), continuación

	BEBÉ	NIÑO Y ADULTO
<b>A</b> <b>Vía aérea</b>	 <ul style="list-style-type: none"><li>• Coloque una mano en la frente de su bebé. Con su otra mano, coloque dos dedos bajo el mentón de su bebé para inclinar levemente la cabeza hacia atrás.</li><li>• Evite inclinarla demasiado.</li></ul>	 <ul style="list-style-type: none"><li>• Abra la vía aérea levantando el mentón e inclinando la cabeza hacia atrás.</li><li>• Coloque la mano sobre el mentón, no sobre la garganta ni la vía aérea.</li></ul>
<b>R</b> <b>Respiración</b>		

En caso de una emergencia o inquietud urgente, llame al 911.

## Reanimación cardiopulmonar (CPR), continuación

	BEBÉ	NIÑO Y ADULTO
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Haga 30 compresiones y luego dé 2 respiraciones.</li> <li>• Cubra la nariz y la boca del bebé con la suya.</li> <li>• Cada respiración deberá ser solo lo suficiente para hacer que el pecho se eleve y deberá durar solamente 1 segundo.</li> <li>• Continúe con la RCP usando las instrucciones C-A-R hasta que llegue la ayuda y le digan que se detenga o hasta que el bebé muestre signos de vida.</li> <li>• Si alguien trae un AED antes de que llegue la ayuda, ábralo, enciéndalo y siga las indicaciones.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Haga 30 compresiones y luego dé 2 respiraciones.</li> <li>• Cubra la boca del niño o adulto con la suya mientras oprime la nariz con los dedos para cerrarla.</li> <li>• Cada respiración deberá ser solo lo suficiente para hacer que el pecho se eleve y deberá durar solamente 1 segundo.</li> <li>• Continúe con la RCP usando las instrucciones C-A-R hasta que llegue la ayuda y le digan que se detenga o hasta que la persona muestre signos de vida.</li> <li>• Si alguien trae un AED antes de que llegue la ayuda, ábralo, enciéndalo y siga las indicaciones.</li> </ul>

### CPR solo con las manos

Los rescatistas no profesionales pueden usar la compresión sola (lo que se conoce como CPR solo con las manos) en adultos que se desploman repentinamente. CPR solo con las manos:

- Pida a alguien que llame al 911 y que consiga el AED (desfibrilador automático externo) si hay otra persona cerca. Si está solo, vaya primero y llame si no tiene el teléfono cerca. Si tiene un teléfono con usted, marque el 911 y comience la CPR solo con las manos. Es muy importante asegurarse de que todos sigan las instrucciones del AED cuando diga que no se debe tocar a la persona.
- Comience las compresiones del pecho y continúe administrándolas sin parar hasta que llegue la ayuda y ellos se hagan cargo de la situación.
- Si alguien trae un AED antes de que llegue la ayuda, ábralo, enciéndalo y siga las indicaciones.

No se recomienda la CPR solo con las manos cuando se necesita por razones de oxígeno. Esto incluye ahogamiento, asfixia, reacciones alérgicas, sobredosis de narcóticos o sedantes (medicamentos) y problema respiratorio que causa desmayo en la persona. **Puesto que la mayoría de los bebés y niños necesitan CPR por razones de oxígeno, deberá usarse la CPR C-A-R.** La CPR solo con las manos deberá administrarse solamente en bebés y niños si el rescatista no profesional no puede dar respiraciones.

**En caso de una emergencia o inquietud urgente, llame al 911.**