

Reanimación Cardiopulmonar

Guía Rápida para Docentes

¿ESTÁ EN PARADA CARDIORRESPIRATORIA?



INCONSCIENTE
(NO RESPONDE)



NO RESPIRA CON NORMALIDAD
(O SOLO JADEA/BOQUEA)

Inicia la actuación si cumple simultáneamente estos dos criterios

1. PROTEGER



Garantiza que la escena es segura. Retira peligros.

2. ALERTAR



Llama al 112. Pide el Desfibrilador (DEA).

3. SOCORRER



Inicia valoración y RCP sin demora.

SECUENCIA DE ACTUACIÓN: PASO A PASO

PASO A: Comprueba la consciencia



PASO B: Abre la vía aérea



PASO C: Valora la respiración (Máx. 10 s)



NO RESPIRA CON NORMALIDAD

Inicia la RCP inmediatamente.










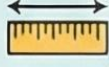




RESPIRA CON NORMALIDAD

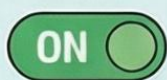
Coloca en Posición Lateral de Seguridad (PLS) y vigila.

TÉCNICAS DE RCP: ADAPTADAS A CADA EDAD

La calidad de las compresiones es clave: 100-120 por minuto, rápidas y fuertes, permitiendo reexpansión.

	 ADULTO	 NIÑO (1 año hasta pubertad)	 LACTANTE (< 1 año)
CAUSA MÁS COMÚN	 Origen cardíaco	 Origen respiratorio	 Origen respiratorio
VENTILACIONES INICIALES	No se realizan. Iniciar con compresiones.	Sí, 5 ventilaciones de rescate iniciales (si estás formado).	Sí, 5 ventilaciones de rescate iniciales (si estás formado).
TÉCNICA DE COMPRESIÓN	 Con una o dos manos, según tamaño.	 Con una o dos manos, según tamaño.	 Con dos dedos o abrazando el tórax con los dos pulgares.
PROFUNDIDAD	 5-6 cm	 1/3 del diámetro del tórax	 1/3 del diámetro del tórax (aprox. 4 cm)
RELACIÓN COMPRESIÓN:VENTILACIÓN	30:2	30:2 (1 reanimador) / 15:2 (2 reanimadores)	30:2 (1 reanimador) / 15:2 (2 reanimadores)

USO DEL DESFIBRILADOR EXTERNO AUTOMATIZADO (DEA)



1. Enciéndelo



2. Sigue las instrucciones de voz



3. Coloca los parches



4. Aléjate para el análisis y la descarga



5. Reinicia la RCP inmediatamente

POSICIÓN LATERAL DE SEGURIDAD (PLS)



Úsala **SÓLO** si está **INCONSCIENTE** pero **RESPIRA CON NORMALIDAD**. Protege la vía aérea.

¿CUÁNDO DETENER LA RCP?

- Personal sanitario llega
- Estás físicamente agotado
- La escena es insegura
- La víctima recupera signos claros de vida