

# GUÍA BÁSICA RCP



RNE Araucanía



En algún momento, en cualquier lugar alguien puede necesitar TÚ ayuda

**Corporación Ciudadana  
Red Nacional de Emergencia**

*“Un país informado y comunicado,  
es un país más preparado”*



[www.RNEAraucania.cl](http://www.RNEAraucania.cl)

**4** Incline hacia atrás la frente y eleve el mentón del paciente



**5**

Repita los pasos 3 y 4 hasta que llegue ayuda especializada o la persona recupere la conciencia.



Comprime fuerte y rápido en el centro del tórax



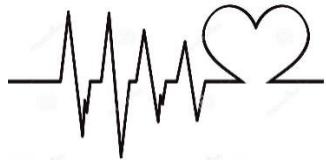
Inclínele la cabeza hacia atrás y levante la barbilla



Da 2 ventilaciones boca a boca y vuelve a comprimir

# ¿Qué es RCP?

Reanimación Cardio Pulmonar, técnica simple, en la que se aplica compresión rítmica sobre el pecho de la víctima, la que permite que llegue sangre oxigenada a los órganos vitales de la persona que haya sufrido un paro cardio respiratorio.



Desde el 2020, la principal causa de muerte son los problemas cardio vasculares. Entre estos, el más crítico es el Paro Cardio Respiratorio, pues no se sabe cuándo pueda este ocurrir. Por eso es importante estar siempre preparados. No sabemos quién lo pueda necesitar.

## RCP EN 5 PASOS RÁPIDOS

- 1 Coloque a la víctima boca arriba
- 2 Pida a otra persona que llame al número de emergencias local

Protija el cuello durante esta maniobra

131



### 3 Inicie RCP

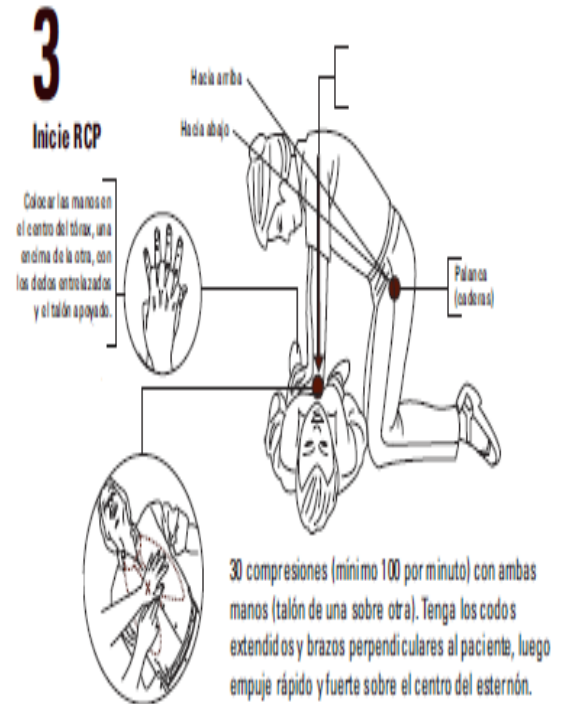
Colocar las manos en el centro del tórax, una encima de la otra, con los dedos entrelazados y el talón apoyado.

Hacia arriba

Hacia abajo

Palanca (rodilla)

30 compresiones (mínimo 100 por minuto) con ambas manos (talón de una sobre otra). Tenga los codos extendidos y brazos perpendiculares al paciente, luego empuje rápido y fuerte sobre el centro del esternón.



**Mantén la continuidad de las compresiones, hasta la llegada de un DESFIBRILADOR O PERSONAL DE SALUD**

## ESQUEMA RESUMEN

Componente	Adultos y adolescentes	Niños (entre 1 año de edad y la pubertad)	Lactantes (menos de 1 año de edad, excluidos los recién nacidos)
<b>Seguridad del lugar</b>	Asegúrese de que el entorno es seguro para los reanimadores y para la víctima.		
<b>Reconocimiento del paro cardíaco</b>	Comprobar si el paciente responde El paciente no respira o solo jadea/boquea (es decir, no respira normalmente). No se detecta pulso palpable en un plazo de 10 segundos. (La comprobación del pulso y la respiración puede realizarse simultáneamente en menos de 10 segundos.)		
<b>Activación del sistema de respuesta a emergencias</b>	Si está usted solo y sin teléfono móvil, deje a la víctima para activar el sistema de respuesta a emergencias y obtener el DEA antes de comenzar la RCP.  Si no, mande a alguien en su lugar e comience la RCP de inmediato; use el DEA en cuanto esté disponible.	<b>Colapso presenciado por alguna persona</b> Siga los pasos para adultos y adolescentes que aparecen a la izquierda.  <b>Colapso no presenciado</b> Realice la RCP durante 2 minutos. Deje a la víctima para activar el sistema de respuesta a emergencias y obtener el DEA. Vuelva a donde esté el niño o lactante y reinicie la RCP; use el DEA en cuanto esté disponible.	
<b>Relación compresión-ventilación sin dispositivo avanzado para la vía aérea</b>	<b>1 o 2 reanimadores</b> 30:2	<b>1 reanimador</b> 30:2  <b>2 o más reanimadores</b> 15:2	
<b>Relación compresión-ventilación con dispositivo avanzado para la vía aérea</b>	Compresiones continuas con una frecuencia de 100 a 120 cpm. Proporcione 1 ventilación cada 6 segundos (10 ventilaciones por minuto)		
<b>Frecuencia de compresiones</b>	100-120 lpm		
<b>Profundidad de las compresiones</b>	Al menos 5 cm (2 pulgadas)*	Al menos un tercio del diámetro AP del tórax Al menos 5 cm (2 pulgadas)	Al menos un tercio del diámetro AP del tórax Alrededor de 1½ pulgadas (4 cm)
<b>Colocación de la mano o las manos</b>	2 manos en la mitad inferior del esternón	2 manos o 1 mano (opcional si es un niño muy pequeño) en la mitad inferior del esternón	<b>1 reanimador</b> 2 dedos en el centro del tórax, justo por debajo de la línea de los pezones  <b>2 o más reanimadores</b> 2 pulgares y manos alrededor del tórax, en el centro del tórax, justo por debajo de la línea de los pezones
<b>Descompresión torácica</b>	Permita la descompresión torácica completa después de cada compresión; no se apoye en el pecho después de cada compresión.		
<b>Reduzca al mínimo las interrupciones.</b>	Limite las interrupciones de las compresiones torácicas a menos de 10 segundos		