

Reanimación cardiopulmonar (RCP): de la pubertad a la edad adulta

Cardiopulmonary Resuscitation (CPR): Puberty to Adult (Spanish)

La reanimación cardiopulmonar, también llamada RCP, es una forma de salvar la vida de una persona si deja de respirar o se le para el corazón. Combina bombeos (compresiones) en el pecho que mueven la sangre desde el corazón al organismo y de respiración boca a boca que envía oxígeno a los pulmones.

Cómo funcionan el corazón y los pulmones

El propósito de los pulmones es inhalar aire que está hecho de oxígeno, que necesitamos para vivir. El corazón bombea sangre a los pulmones y al organismo. El corazón y los pulmones trabajan juntos para enviar el oxígeno de la sangre al resto del cuerpo.

Si el niño deja de respirar o el corazón deja de latir

Si su hijo deja de respirar, no está recibiendo el oxígeno necesario para mantenerse con vida. Si se detiene la respiración, el corazón también se detendrá pronto.

DEBE HACER LO SIGUIENTE DE INMEDIATO:

- Bombear el corazón del niño con la mano (comprimir).
- Enviar aire a los pulmones del niño (ventilar).

Práctica

- **IMPORTANTE:** Debe practicar la RCP en un muñeco (maniquí) con un enfermero para asegurarse de que lo está haciendo correctamente. Esto debe hacerse antes de marcharse del hospital con su hijo.

- Si desea obtener la certificación en RCP, comuníquese con la American Heart Association® o con la Red Cross® en su comunidad.

Cómo hacer la RCP

Haga lo siguiente si piensa que el niño no está respirando:

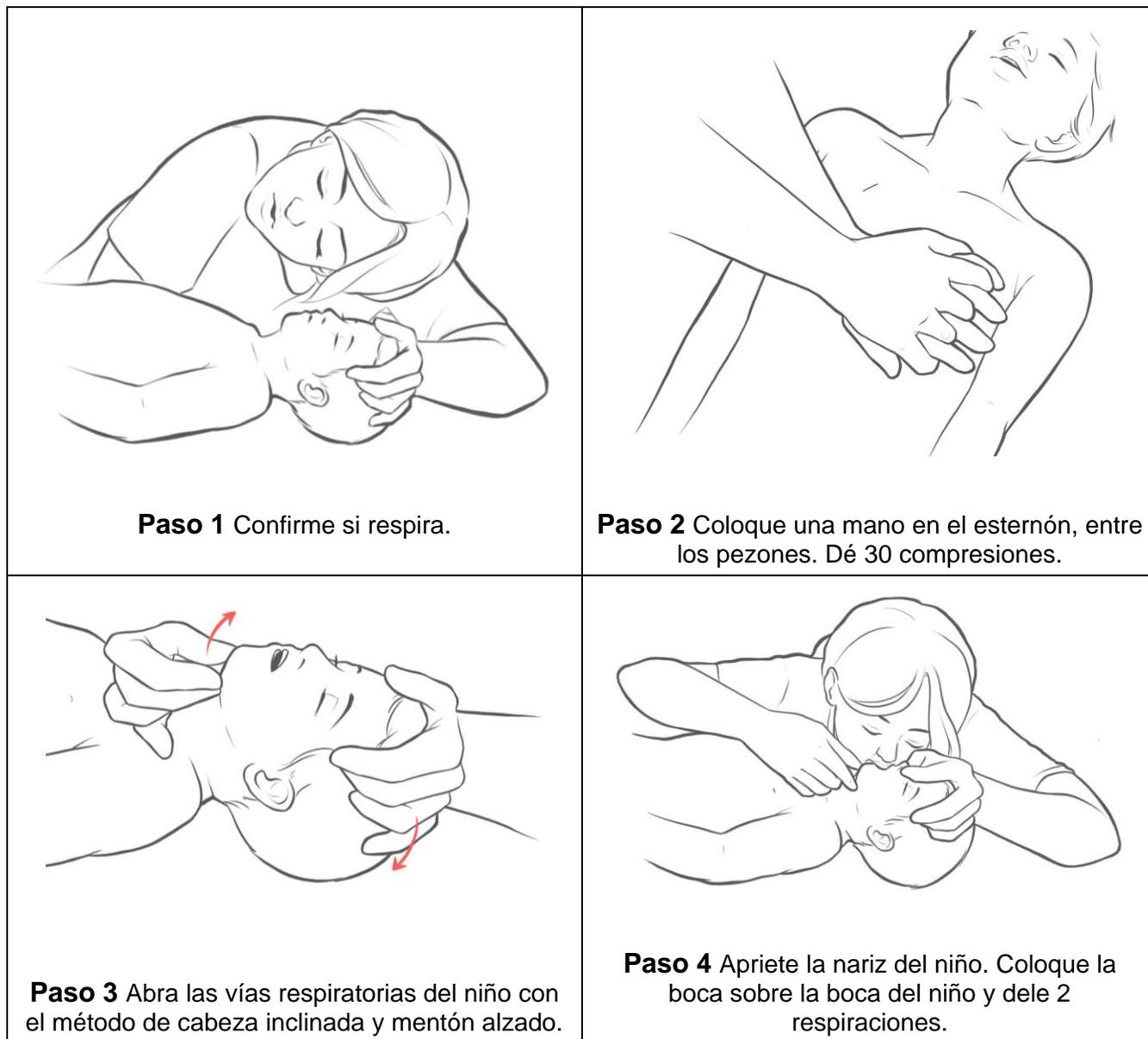
1. Compruebe si el niño puede responderle. Dele golpecitos y sacúdale los hombros para comprobar si se mueve.
2. Llame al niño por su nombre y pregúntele si está bien.
3. Si no responde, **pídale** a alguien que llame al 911 o use su teléfono celular para llamar al 911 y póngalo en altavoz mientras comienza la RCP.
4. Colóquelo en el suelo. La RCP se debe realizar sobre una superficie **dura** para que funcione.
5. Póngalo boca arriba.
6. Mire el rostro y el pecho del niño para ver si está respirando. Mire durante al menos 5 segundos, pero no más de 10 segundos.
7. Quítele la ropa del pecho.
8. Coloque la base de una mano sobre la mitad inferior del esternón entre los pezones. Coloque la base de la otra mano encima de la primera mano (página 3, paso 2). Comprima el corazón del niño 30 veces presionando el esternón hacia adentro aproximadamente 2 pulgadas. Las compresiones se realizan rápido, a una frecuencia de 100 a 120 por minuto. Se sentirá como que está presionando con fuerza. Deje que el pecho vuelva a subir a su posición normal después de cada compresión.
9. Después de haber comprimido el pecho 30 veces, abra las vías respiratorias del niño para darle respiración boca a boca con el método de cabeza inclinada y mentón alzado (consulte la tabla en la página 3, paso 3). Incline la cabeza hacia atrás con una mano en la frente. Use las puntas de los dedos de la otra mano para levantar el mentón. Tenga cuidado de no cerrar por completo la boca del niño.
10. Dé 2 respiraciones (consulte la tabla en la página 3, paso 4). Para hacerlo, apriete la nariz del niño y cúbrale la boca con la suya para formar un sello hermético. Respire solo el aire suficiente como para hacer que el pecho se eleve. Aparte la boca después de cada respiración para dejar que el aire salga.
11. Repita 30 compresiones y 2 respiraciones hasta que llegue la ayuda.

12. Si aún no ha llamado al 911 debido a que está solo y no tiene un teléfono celular, llame al 911 después de 5 series de compresiones y respiraciones. Siga haciendo la RCP hasta que llegue la ayuda. Si la ayuda ya está en camino y el niño no se mueve ni respira, continúe con la RCP.

Recurso: Guías de la Asociación Estadounidense del Corazón (American Heart Association, AHA) de 2015: actualización de la RCP y los CCE

Referencia rápida para RCP

(Péguela en una pared en un lugar adecuado).



Números de teléfono de emergencia

Llene los números de teléfono, guárdelos en su teléfono y péguelos junto a este:

Escuadrón de Emergencias:

Médico:
