

Manos Solamente RCP

Guía del Instructor



Porque se debe aprender Manos Solamente RCP:

- El 80% De los Parros Cardiacos Repentinos ocurren en la casa – es muy probable que las vidas que salvará serán de amigos o familiares.
- El Paro Cardíaco Repentino es un desorden eléctrico del corazón que causa que deje de latir. Sin el flujo sanguíneo el cerebro deja de funcionar y la víctima cae inconsciente.
- Los Servicios Médicos de Emergencia pueden reiniciar el corazón utilizando un desfibrilador (DEA) o medicamentos – pero toman 5 o más minutos para llegar.
- La respiración boca a boca no es necesaria – hay suficiente oxígeno en la sangre.

Como Realizar la RCP:

1. **Confirme** que no hay respuesta:
 - Agite a la persona y grite, “Esta bien?”
 - Si no hay respuesta, frote el esternón con sus nudillos.
 - Si todavía no hay respuesta, siga al paso número 2.
2. **Llame** al 9-1-1 o dígame a alguien que lo haga:
 - Si la persona no responde y respira lentamente o no respira.
3. **Compresiones:**
 - Posicione a la persona en el suelo, boca arriba.
 - Arrodílese directamente al lado de la persona con sus rodillas tocando el brazo de la persona inconsciente.
 - Coloque el talón de una mano en el centro del pecho (entre los pezones) y la otra mano encima de la primera.
 - Enderece sus codos, coloque sus hombros sobre el centro de el pecho de la persona, y pulse **CON FUERZA** directamente hacia abajo-por lo menos **dos pulgadas**.
 - Levante las manos del pecho ligeramente después de cada compresión para permitir que el pecho vuelva a expandirse completamente.
 - Comprima **RAPIDAMENTE** - a un ritmo de **100 por minuto**.
4. **Continúe** hasta que los Servicios Médicos de Emergencia lleguen:
 - No pare si la persona jadea. Jadeando no es un signo de recuperación – es porque usted esta haciendo un buen trabajo administrando la RCP.
 - Cuando se canse, cambie de posiciones con otra persona.

Es Todo!

- Para información adicional, refiera a la página de Preguntas más Frecuentes.
- Los participantes deben obtener una tarjeta de la cartera y la hoja de instrucciones (con fotografías).