

RCP básica. Cómo aprender

Catalina Núñez Jiménez

Pediatra. CS de Trencadors. Palma de Mallorca



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Qué es la parada cardiorrespiratoria?

Es la interrupción brusca, inesperada y potencialmente reversible de la respiración y de la circulación espontánea.

Signos y síntomas

- **Inconsciencia:** ausencia de estímulos verbales y dolorosos. Hablar a la víctima, gritarla, pellizcarla.
- **Ausencia de respiración:** observar el movimiento del tórax, escuchar los ruidos respiratorios.
- **Ausencia de circulación:** palpar los pulsos (latido cardíaco o carotideo).

¿Cómo actuaremos ante una parada cardiorrespiratoria?

- Asegurar a la víctima y al reanimador.
- Comprobar que no reacciona: hablarla, gritarla, pellizcarla.



Pedir ayuda



Si la víctima no responde pero respira: colocarla en la posición lateral de seguridad.

Posición lateral de seguridad

1. Colocar a la víctima tumbada boca arriba.
2. El reanimador se colocará a la derecha de la víctima.
3. Estirarle el brazo derecho.
4. Doblarle el brazo izquierdo sobre el cuerpo.
5. Flexionarle la pierna izquierda.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Posición lateral de seguridad

6. Girarle el cuerpo haciéndola rodar hacia su derecha, de forma que quede de lado.
7. Colocarle la mano izquierda bajo su mejilla derecha.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Posición lateral de seguridad

La postura debe ser estable y debe permitir que la vía aérea continúe abierta.



Si se sospecha un traumatismo craneoencefálico o de la columna no se moverá a la víctima.

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

¿Cómo actuaremos ante una parada cardiorrespiratoria?

Si la víctima no responde
y no respira



RCP básica

RCP

Apertura de la vía aérea

Maniobra frente-mentón:

- Extensión moderada en el niño (2-14 años).
- Extensión neutra en el lactante (0-2 años).
- **No utilizar en traumatismos:** si creemos que hay lesión cervical
→ tracción mandibular.



RCP

Comprobar la respiración

- No perder mas de 10 segundos en comprobar si respira.
- Si no respira → ventilar.

Cómo ventilar

- En el lactante: ventilación boca-nariz. Cuello en posición horizontal y buen sellado.
- En el niño: ventilación boca-boca pinzando la nariz.
- Hacer cinco insuflaciones suaves y lentas (lo suficiente para que el pecho se eleve).



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES
CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

RCP

Comprobar la circulación

- No podemos perder más de 10 segundos.
- Comprobar **signos de vida:**
 - Lactante: pulso braquial o femoral.
 - Niño: pulso carotideo o femoral.

**Si hay signos de vida: 12-20
insuflaciones × minuto**

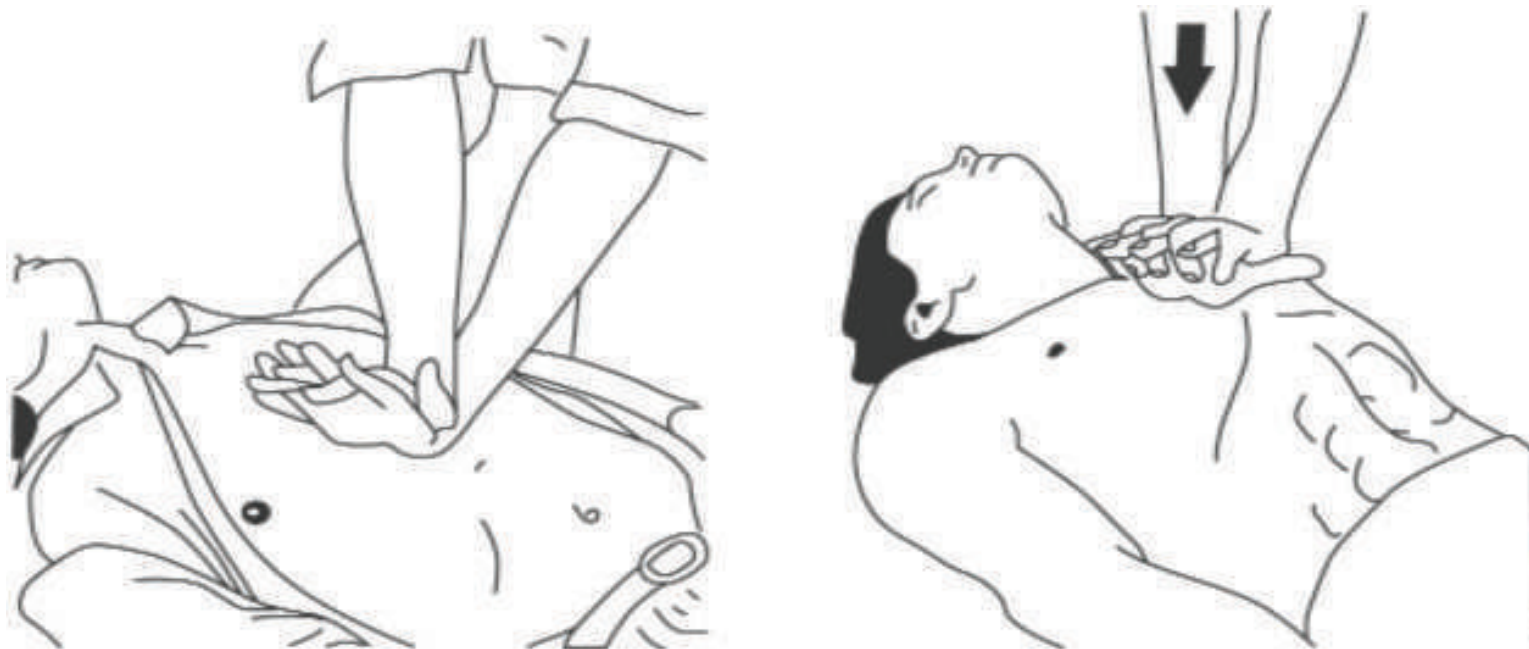
**Si no hay signos de vida:
compresiones torácicas**



Cómo realizar las compresiones torácicas

En el niño:

Hacer 30 compresiones con el talón de la mano o con ambas manos en el tercio inferior del esternón con una fuerza que deprima un tercio la profundidad del tórax.



GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

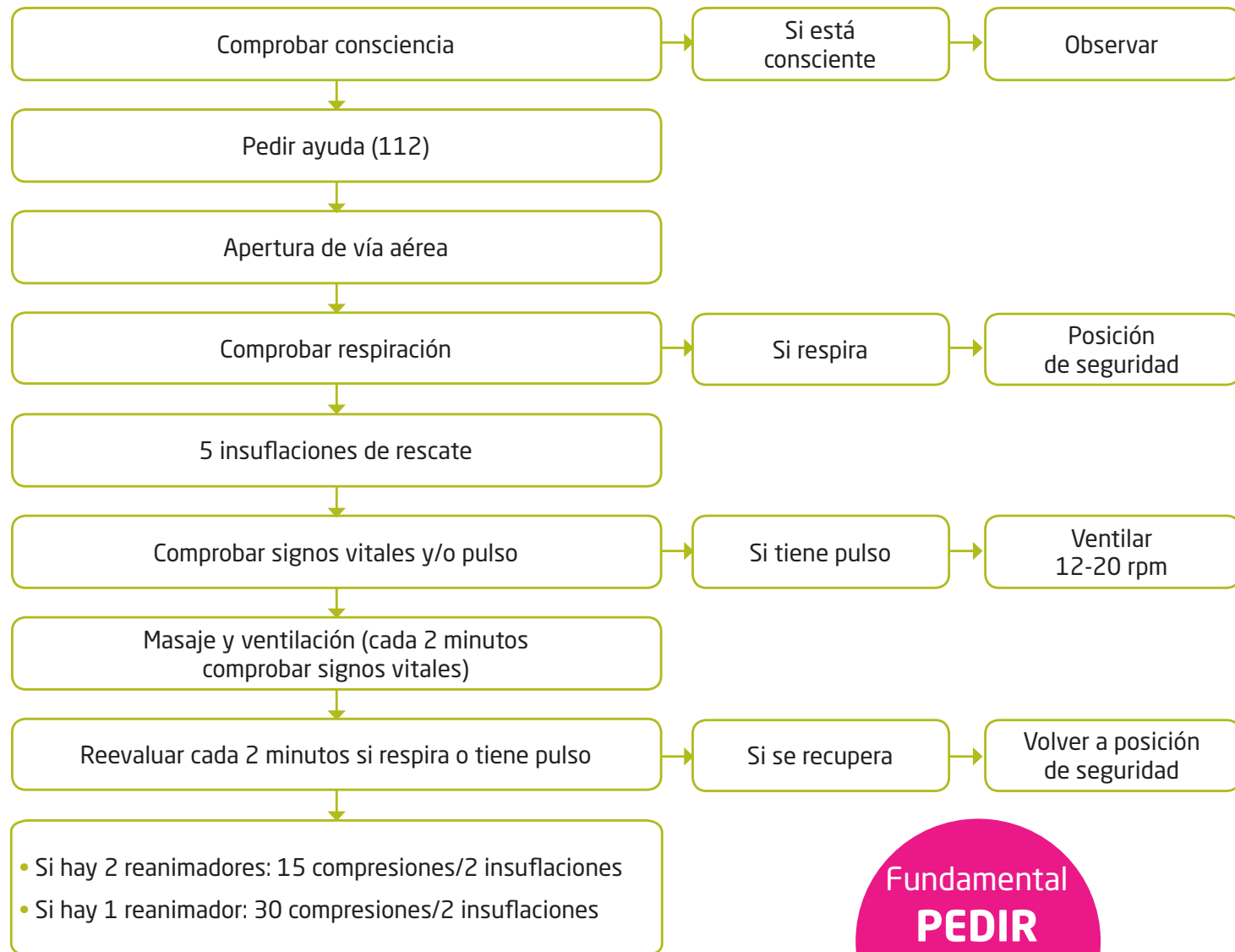
CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Cómo realizar las compresiones torácicas

En el lactante:

Con los dedos anular y medio, perpendicularmente al esternón un dedo por debajo de la línea intermamilar o un dedo por encima del apéndice xifoideo (tercio inferior del esternón) a ritmo 30/2.





Fundamental
**PEDIR
AYUDA**

GUÍA DE AYUDA

MANEJO PRÁCTICO DE LOS PROBLEMAS DE SALUD MÁS FRECUENTES EN CENTROS DOCENTES

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES

Fuentes de las imágenes

- Protocol de primers auxilis i altres problemes de salut als centres educatius. Conselleria d'educació i cultura de les Illes Balears. Servei de Salut de les Illes Balears. Conselleria de Salut i Consum. PM-377- 2011. Il·lustracions Assumpció Gallardo Bonet. Dibuixos: Madrid Salud, Fundación MAPFRE. Cristina Minguillón.
- Guía de emergencias sanitarias en centros educativos. Consejería de educación, universidades, cultura y deportes. Gobierno de Canarias. Dirección general de ordenación, innovación y promoción educativa. TF-540/2011.
- Ayuso Baptista F, Fonseca del Pozo FJ, Jiménez Moral G, García Criado E, Baptista García F, Martín Rioboó E. Actualización en soporte vital básico. SEMERGEN 2002;28:436-41.