

RCP básica. Cómo aprender

Margarita Escudero Lirio

Pediatra. CS San Martín de Valdeiglesias. Madrid.



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

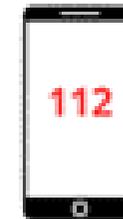
- **Inconsciencia:** ausencia de estímulos verbales y dolorosos. Hablar a la víctima, gritarle, pellizcarlo.
- **Ausencia de respiración:** observar el movimiento del tórax, escuchar los ruidos respiratorios.
- **Ausencia de circulación:** ausencia de signos vitales claros (respiración, tos, movimientos).

¿Cómo actuaremos ante una parada cardiorrespiratoria?

- Asegurar a la víctima y al reanimador.
- Comprobar que no reacciona: hablarle, gritarle, pellizcarlo.



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. Estirarle el brazo más cercano hacia arriba con flexión de 90°.
3. Doblarle el brazo más alejado sobre el cuerpo.
4. Flexionar la pierna más alejada.



Posición lateral de seguridad

5. Girarle el cuerpo haciéndole rodar hacia nosotros, de forma que quede de lado.
6. La postura debe ser estable. Debe permitir una correcta respiración.



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

¿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.
- **No utilizar en traumatismos:** si creemos que hay lesión cervical
→ Tracción mandibular



RCP

Comprobar la respiración

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

Cómo ventilar

- En el niño: ventilación boca-boca pinzando la nariz.
- Hacer cinco insuflaciones suaves y lentas (lo suficiente para que el pecho se eleve).



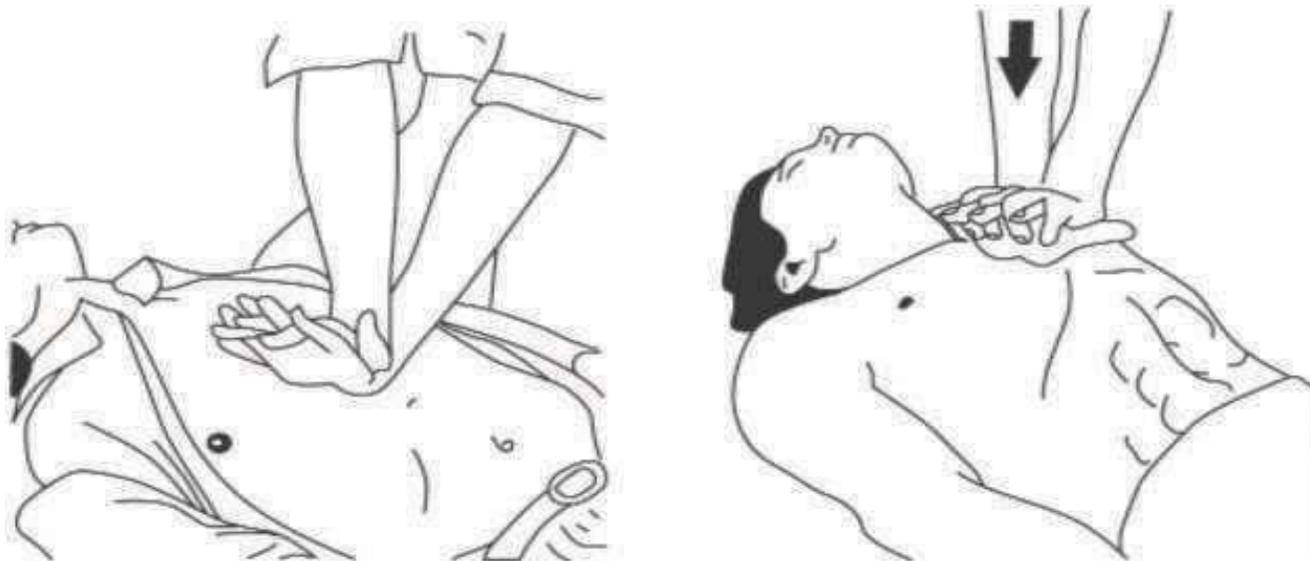
Comprobar la circulación

- No podemos perder más de 10 segundos.
- Comprobar **signos de vida** (respiración, tos, movimientos).
 - Si hay signos de vida: 12-20 insuflaciones por minuto.

Cómo realizar las compresiones torácicas

Si no hay signos de vida hay que iniciar el **masaje cardiaco**

En el niño:

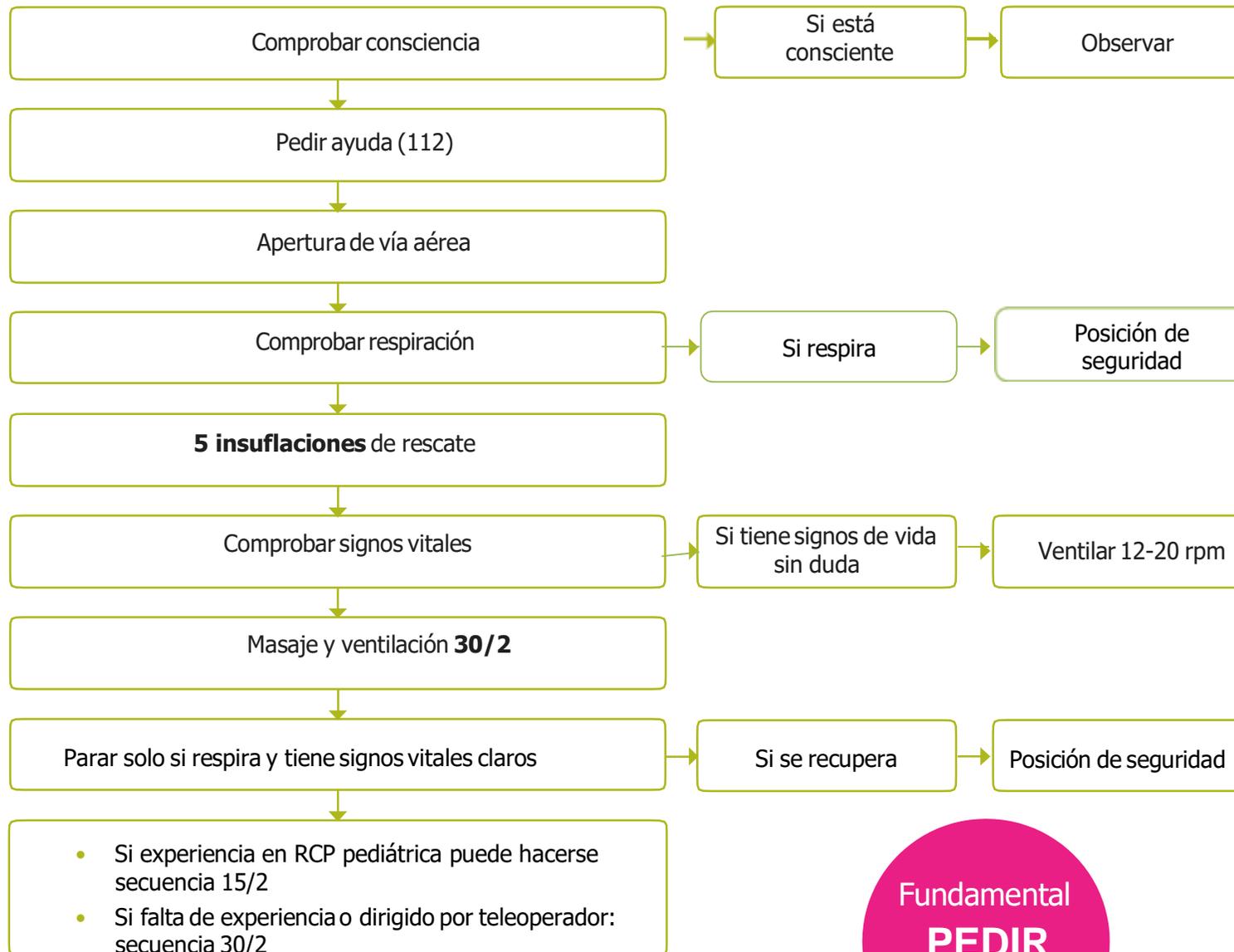


Hacer 30 compresiones con el talón de la mano o con ambas manos en el tercio inferior del esternón con una fuerza que deprima un tercio la profundidad del tórax a un ritmo de 100-120 por minuto.

GUÍA DE AYUDA

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

CONSEJOS PARA EL PROFESORADO Y LOS CUIDADORES ESCOLARES



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.