

# 1/2 Q ` cqosñ cqPAN=

## RCP para Adultos

- 1 Asegure que el área alrededor del paciente es segura.
- 2 Toque en la persona y pregunte de forma alta y clara: "¿Usted está bien?"
- 3 Llame por ayuda. Use el teléfono para llamar a emergencias y pida que traigan un DEA.
- 4 Verifique la respiración de la persona.
- 5 Si la persona no está respondiendo, respirando, o sólo está bloqueado, empiece la RCP.
- 6 Haga 30 compresiones en una frecuencia de 100-120 por minuto con una profundidad de 5-6 cm. Deje que el pecho de la persona vuelva a su posición normal antes de comprimir otra vez.
- 7 Abra la vía aérea y respire 2 veces.



## RCP para Niños

- 1 Asegure que el área alrededor del paciente es segura.
- 2 Toque el niño y pregunte de manera alta y clara: "¿Estás bien?"
- 3 Llame por ayuda.
- 4 Verifique la respiración del niño.
- 5 Si el niño no está respondiendo, respirando, o solo está bloqueado, empiece la RCP con 5 series de 30 compresiones y 2 respiraciones.
- 6 Use el teléfono para llamar a emergencias y pida que traigan un DEA.
- 7 Vuelva a las compresiones y respiraciones.



Continúe las compresiones y ventilaciones hasta que llegue el rescate médico.

## Compresiones para Adultos

- 1 Coloque a la persona de espaldas sobre una superficie firme y plana.
- 2 Quite o abra la ropa en el área del cuello y el pecho.
- 3 Sienta el final del esternón.
- 4 Coloque el talón de una mano en la mitad inferior del esternón. Evite presionar hacia el final del esternón ya que un tipo de hueso, llamado proceso xifoideo, puede romperse y cortar el hígado, lo que puede provocar un sangrado interno. Ponga la otra mano encima de la primera.
- 5 Presione hacia abajo a una velocidad de 100-120 por minuto y a una profundidad de entre 5-6 cm.
- 6 Deje que el tórax retroceda por completo entre las compresiones. Sus manos deben permanecer en contacto con la persona, sin rebotar ni apoyarse en la persona.



Realizar un RCP apropiado a menudo es agotador. Pida que cambie de posición cuando esté cansado si otro rescatista está disponible para ayudar. Usted puede observar el desempeño de los demás, brindándoles aliento y ofreciéndoles cambiar cuando se presente la fatiga.

## Compresiones para Niños

- 1 Coloque al niño de espaldas sobre una superficie firme y plana.
- 2 Quite o abra la ropa en el área del cuello y el pecho.
- 3 Coloque el talón de una mano en la mitad inferior del esternón.
- 4 Empuje hacia abajo aproximadamente al menos un tercio de la profundidad del tórax. En la mayoría de los niños, esto será alrededor de 5 cm. Las compresiones deben entregarse a una tasa de 100-120 por minuto.
- 5 Deje que el tórax retroceda por completo entre las compresiones. Sus manos deben permanecer en contacto con la persona, sin rebotar ni apoyarse en la persona.



Se pueden usar compresiones con una o dos manos en RCP para niños.



¡Realizar RCP puede ser agotador! Si alguien está disponible para ayudar, cambie las posiciones de los rescatistas.

## Cómo usar un DEA

- 1 Encienda la corriente
- 2 Exponga el tórax
- 3 Aplique almohadillas a la víctima
- 4 Conecte las almohadillas
- 5 Tome distancia de la persona
- 6 Analizar el ritmo
- 7 Siga las instrucciones

Para obtener la certificación en RCP, DEA y primeros auxilios, visite [SaveaLife.com](http://SaveaLife.com).  
Obtén un curso de certificación de RCP gratis usando el código **2023CPRSTEPS**.