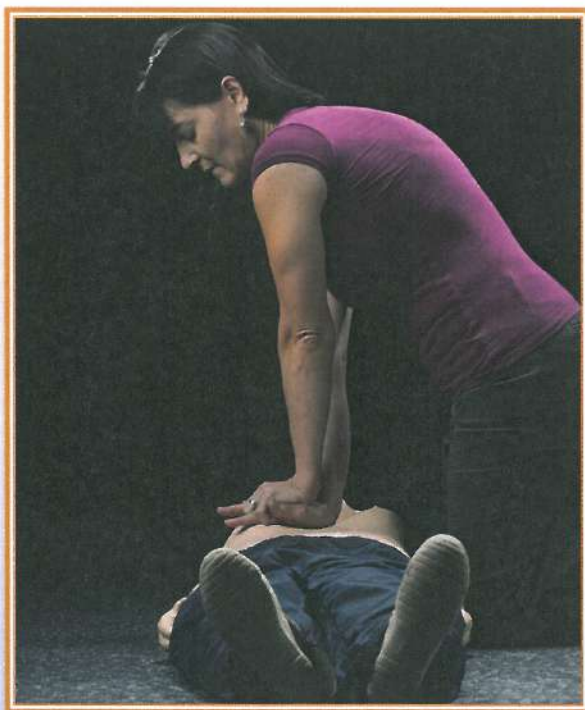


CUADERNO DE TRABAJO para las habilidades

Contenido

Habilidad 1 de CPR & AED	Análisis de la situación	2-2
Habilidad 2 de CPR & AED	Evaluación primaria	2-4
Habilidad 3 de CPR & AED	RCP - Compresiones en el pecho en adultos	2-7
Habilidad 4 de CPR & AED	RCP - Compresiones en el pecho combinadas con respiraciones de rescate en adultos	2-10
Habilidad 5 de CPR & AED	RCP y uso del DEA en adultos	2-14
Habilidad 6 de CPR & AED	RCP y uso del DEA en niños	2-17
Habilidad 7 de CPR & AED	RCP en bebés	2-21
Habilidad 8 de CPR & AED	Atragantamiento en adultos y niños	2-24
Habilidad 9 de CPR & AED	Atragantamiento en bebés	2-28



CPR & AED

Habilidad 1 de CPR & AED

Análisis de la situación

Tu objetivo

Demostrar los procedimientos para analizar una situación de emergencia en lo relativo a seguridad.

Cómo se hace

1 DETENTE – Analiza la situación

- ▶ Pregúntate: ¿Cuál fue la causa de la lesión?
- ▶ Observa si hay posibles peligros como escapes de gases, sustancias químicas, radiación, líneas eléctricas caídas, fuego, armas de fuego, la posibilidad de una explosión, agotamiento del oxígeno, etc.

- ▶ ¿Puedes acercarte de manera segura? Piensa en cómo te acercarías de una forma segura. Mantente alerta de los posibles peligros, como el tráfico que pase por la zona. ¿Es necesario apagar el motor de algún vehículo?
- ▶ Aplica barreras si fuera necesario y estuvieran disponibles.

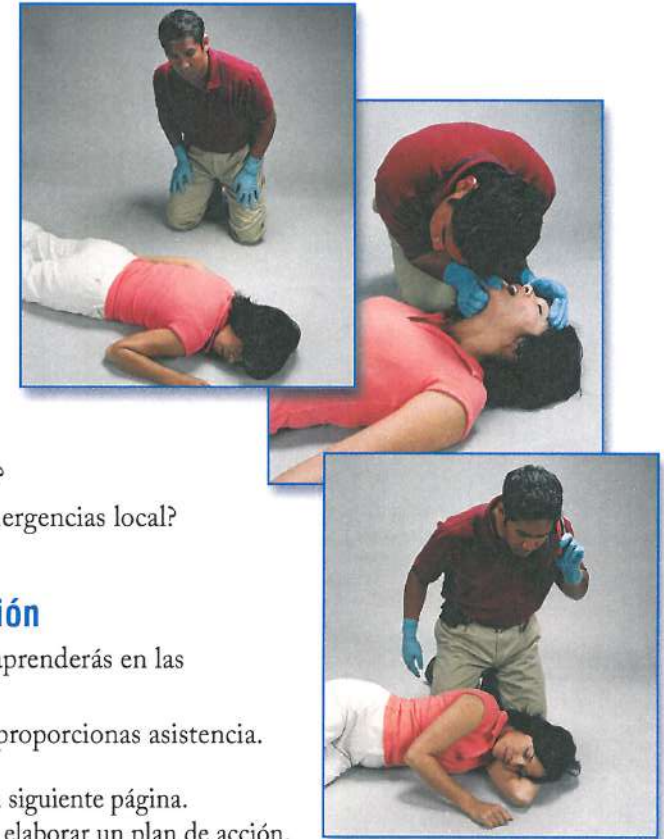
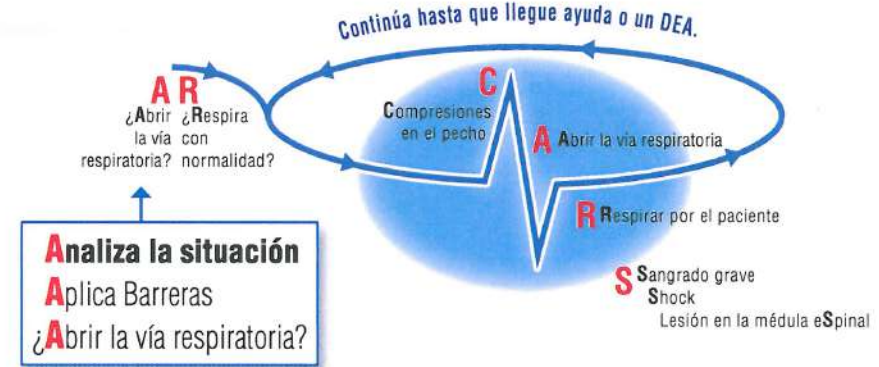
2 PIENSA – Elabora un plan de acción seguro

- ▶ ¿Puedes mantenerte seguro mientras ayudas? Recuerda que tu seguridad debe ser la primera prioridad. Sé consciente de tus limitaciones.
- ▶ ¿Qué atención de emergencia se puede necesitar?
- ▶ ¿Cómo puedes activar el Servicio Médico de Emergencias local?
- ▶ Piensa en tu entrenamiento y relájate.

3 ACTÚA – Comienza a proporcionar atención

- ▶ Sigue las pautas de atención de emergencia que aprenderás en las próximas habilidades.
- ▶ Sigue teniendo en cuenta tu seguridad mientras proporcionas asistencia.

Ciclo de asistencia: AR-CARS™



PONLO EN PRÁCTICA

En tu grupo de práctica, repite los pasos de análisis de la situación para los escenarios de la siguiente página. Utiliza los pasos del 1 al 3 (DETENTE, PIENSA y ACTÚA) para analizar la situación y elaborar un plan de acción.



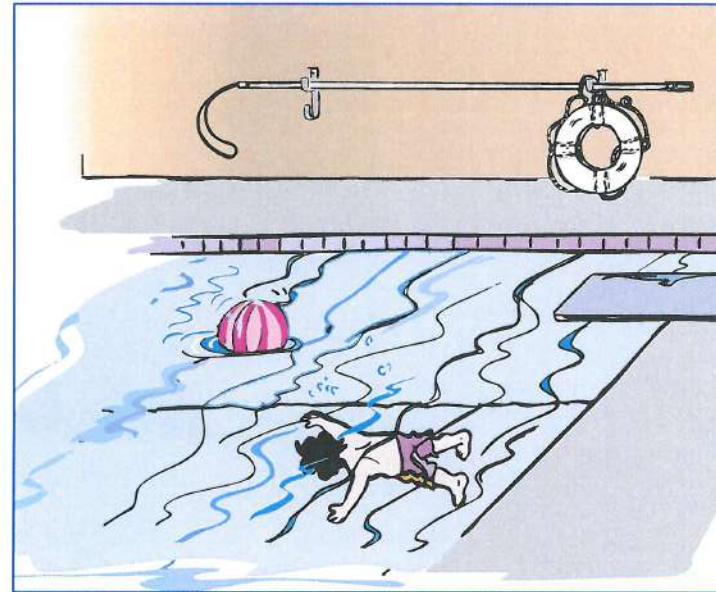
Análisis de la situación – Escenario Uno



Análisis de la situación – Escenario Dos



Análisis de la situación – Escenario Tres



Análisis de la situación – Escenario Cuatro

Habilidad 2 de CPR & AED

Evaluación primaria - ¿Abrir la vía respiratoria? ¿Respira con normalidad?

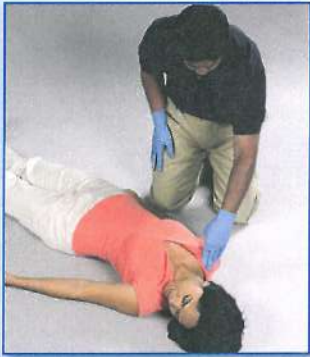
Requisitos de rendimiento

Demostrar cómo:

- ▶ Comprobar si un adulto, niño o bebé responde.
- ▶ Comprobar que la vía respiratoria esté abierta utilizando uno de estos dos métodos: Inclinación de cabeza y levantamiento de la barbilla o elevación a modo de pistola.
- ▶ Comprueba si respira con normalidad.
- ▶ Realiza una evaluación primaria en un paciente que no responde.

Cómo se hace

- 1 Analiza la situación en lo referente a seguridad. Comprueba si el adulto o el niño responde, formulando la declaración del socorrista: "Hola. Me llamo _____. Soy socorrista de emergencias. ¿Puedo ayudarle?". Si no recibes respuesta a esa declaración, toca al paciente en la clavícula y preguntale: "¿Está bien? ¿Está bien?". La clavícula es una zona sensible y al tocarla se verá si el paciente responde.
 - ▶ Si se trata de un bebé, comprueba si responde pellizcándolo o tocándolo. Además, grita su nombre.



Comprobar si responde



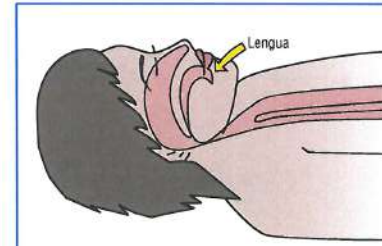
Comprueba si respira con normalidad.

Puntos clave

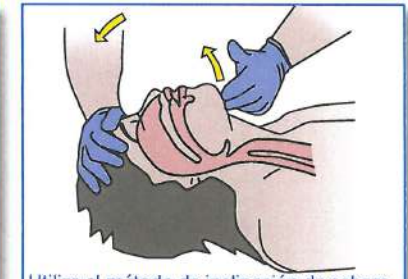
- ◆ Utiliza el gráfico del *Ciclo de asistencia* y la palabra mnemotécnica AR-CARS para ayudarte a realizar una evaluación primaria.
- ◆ Formula la declaración del socorrista y dale unos toquitos en la clavícula para ver si el adulto o niño responde. Si se trata de un bebé, solo tendrás que pellizcar o tocarlo, además de gritar su nombre.
- ◆ Comprueba si respira con normalidad. Si el paciente no respira o solo jadea, es que necesita RCP.
- ◆ Evita que se retrase la atención de emergencias al no dedicar tiempo a encontrar y colocar barreras.
- ◆ Después de determinar que el paciente no responde ni respira con normalidad, pide a algún espectador que llame al Servicio Médico de Emergencias y que se asegure de conseguir un DEA, si fuera posible.

2 Busca una vía respiratoria **A**bierta rápidamente y observa si **R**espira con normalidad. Si no estás seguro de que la vía respiratoria del paciente esté abierta o de si está respirando con normalidad:

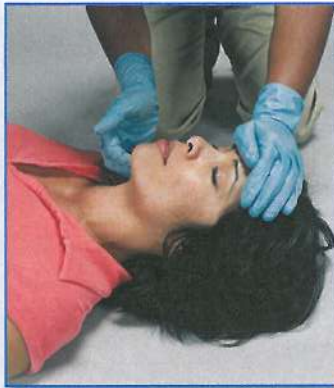
- ▶ Ábrele la vía respiratoria utilizando el *método de inclinación de cabeza y levantamiento de la barbilla* o el de *elevación a modo de pistola*.
- ▶ Comprueba rápidamente si respira con normalidad. Busca que se le mueva el pecho y escucha los sonidos que hace al respirar. Fíjate en si sientes aire expirado en tu mejilla.
- ▶ Debes comprobar todo esto rápidamente. Si el paciente no respira con normalidad, necesita RCP inmediatamente.



En un paciente inconsciente, la lengua suele irse hacia atrás y bloquear la vía respiratoria.



Utiliza el método de inclinación de cabeza y levantamiento de la barbilla para abrir una vía respiratoria bloqueada.



Abre la vía respiratoria



Comprueba rápidamente si respira con normalidad.



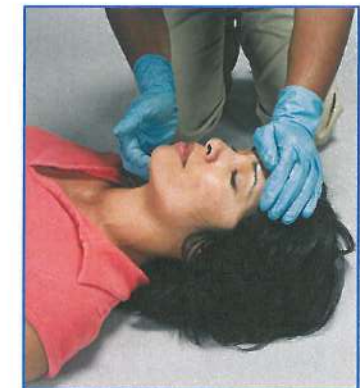
Comprueba que el paciente respira con normalidad mediante la inclinación de cabeza y levantamiento de la barbilla.

Inclinación de cabeza y levantamiento de barbilla

Una mano se coloca en la frente o en la parte superior de la cabeza. Con la otra mano se levanta la barbilla. La cabeza (NO el cuello) se inclina hacia atrás. Es importante no hacer demasiada fuerza, sobre todo si se sospecha que hay alguna lesión en el cuello. Los dedos del socorrista pueden mantener elevada la barbilla para abrir la boca y sacar la lengua y los tejidos blandos de la parte posterior de la garganta.



Paso uno



Paso dos

Elevación a modo de pistola

- ◆ Coloca los dedos pulgar e índice como si fueran una pistola.
- ◆ Coloca el pulgar y el índice unidos, como si hubieras “disparado” la pistola.
- ◆ Coloca el pulgar y el índice en la mandíbula del paciente. El pulgar debe quedar justo debajo del labio del paciente y tu índice estará colocado a través de su barbilla.
- ◆ Utiliza el pulgar, el índice y el dedo corazón para abrir la boca del paciente. Mantén los otros dedos alejados del tejido blando del cuello.
- ◆ Coloca la otra mano en la frente del paciente.
- ◆ Levanta con suavidad la mandíbula del paciente con el dedo corazón e inclina la cabeza hacia atrás.

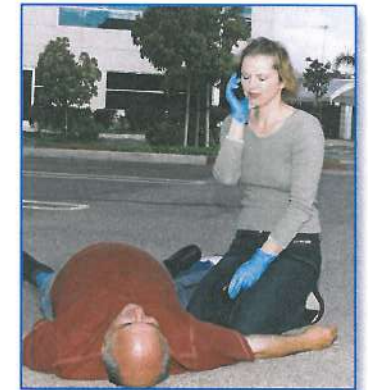


Comprueba que el paciente respira con normalidad mediante la elevación a modo de pistola.

- 3 Si el paciente no responde ni respira con normalidad, pide a algún espectador que llame al SME y que se asegure de conseguir un DEA, si fuera posible. Si estás solo, utiliza tu teléfono móvil para llamar al SME. Si no tienes un teléfono móvil, deja al paciente para llamar al SME si no hubiera otra opción. Este es el enfoque de *Llamar primero* en la atención de emergencias. Debes *llamar primero* para activar los Servicios Médicos de Emergencias y, a continuación, proporcionar asistencia.
- 4 Coloca barreras si las tienes a mano. No retrases la atención de emergencia si no hay barreras.
- 5 Si un paciente no responde y no respira normalmente, debes empezar a practicarle RCP inmediatamente. (Aprenderás a hacer RCP en las siguientes habilidades. **NO PRACTIQUES RCP EN OTRO PARTICIPANTE**).

PONLO EN PRÁCTICA

En tu grupo de práctica, realiza una evaluación primaria en un paciente inconsciente que no respira con normalidad. Si hay disponible un maniquí de bebé, practica cómo realizar una evaluación primaria sobre el bebé. Una persona es el guía y lee los pasos, otro es el paciente y un tercero es el socorrista de emergencias. Todos deben tener una oportunidad de actuar como socorrista de emergencias. Cambia las circunstancias según te indique tu instructor.



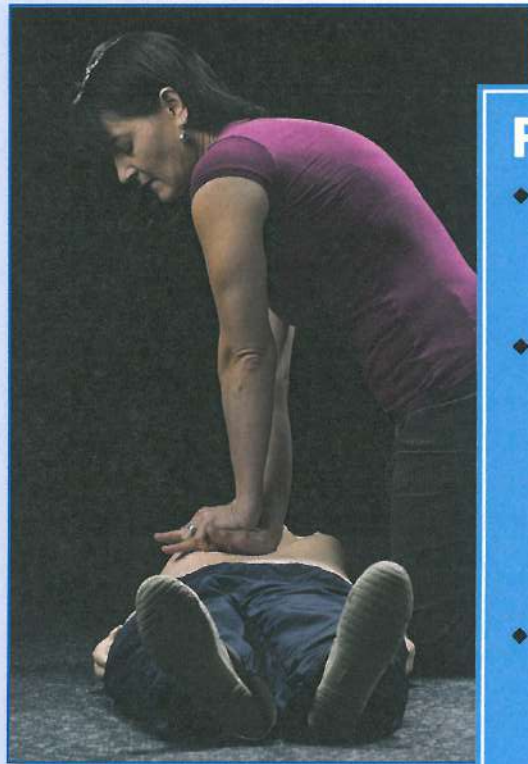
¿No responde y no respira con normalidad? Llama primero para pedir ayuda y, a continuación, realiza la RCP.

Habilidad 3 de CPR & AED

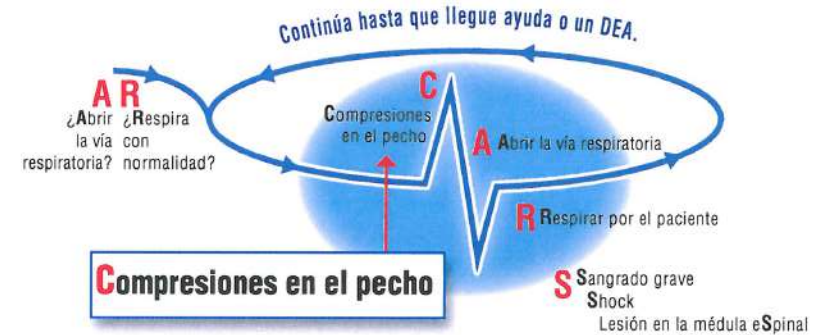
RCP – Resucitación cardiopulmonar en adultos Compresiones en el pecho

Tus objetivos

- ▶ Realizar la RCP en adultos – compresiones en el pecho a un ritmo de 100 a 120 compresiones pectorales por minuto por una profundidad de un tercio de la profundidad del pecho, aproximadamente 5-6 cm/2-2,4 pulgadas.
- ▶ Reducir al mínimo las interrupciones en las compresiones en el pecho.



Ciclo de asistencia: AR-CARS™



Puntos clave

- ◆ La RCP es un proceso de dos pasos. El paso uno (compresiones en el pecho) viene seguido del paso dos (respiraciones de rescate). Durante esta habilidad, aprenderás el paso uno.
- ◆ Si no eres capaz o no te sientes cómodo haciéndole a un paciente las respiraciones de rescate, relájate. Aplica al paciente compresiones en el pecho inmediatas y continuas. Las compresiones en el pecho, por sí solas, son muy beneficiosas para un paciente inconsciente que no respira con normalidad. Tus esfuerzos ayudarán a hacer circular sangre que contiene oxígeno.
- ◆ Utiliza el *Ciclo de asistencia* y la palabra mnemotécnica AR-CARS para acordarte de hacer las Compresiones en el pecho antes de Abrir la vía respiratoria del paciente y Respirar por él.
- ◆ Formula la declaración del socorrista y da toquitos en la clavícula del paciente. Si el paciente no responde, comprueba rápidamente si hay alguna vía respiratoria abierta y si respira con normalidad.
- ◆ Si el paciente no respira con normalidad, comienza inmediatamente con las compresiones en el pecho.
- ◆ El paciente debe estar boca arriba y sobre una superficie firme antes de comenzar las compresiones en el pecho.
- ◆ Practica solo compresiones en el pecho de RCP en un maniquí, nunca en otro participante.

Cómo se hace

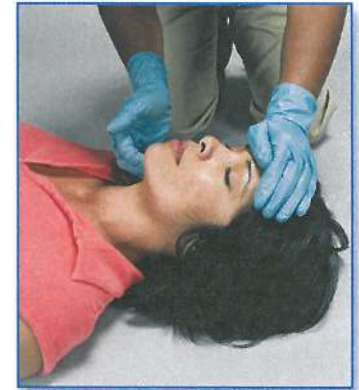
- 1 Analiza la situación en lo referente a seguridad. Comprueba si el paciente responde, formulando la declaración del socorrista: "Hola. Me llamo _____. Soy socorrista de emergencias. ¿Puedo ayudarle?". Si no recibes respuesta a esa declaración, toca al paciente en la clavícula y pregúntale: "¿Está bien? ¿Está bien?". La clavícula es una zona sensible y al tocarla se verá si el paciente responde.
- 2 Busca una vía respiratoria abierta rápidamente y observa si respira con normalidad.

NOTA - En los primeros minutos del paro cardíaco, un paciente puede estar respirando con mucha dificultad o dando jadeos poco frecuentes y ruidosos. Esto suele llamarse *respiración agonal* y no debe confundirse con la respiración normal.

- 3 Avisa al SME si el paciente no responde y no respira con normalidad. *Llama primero* antes de proporcionar asistencia.
 - ▶ Pide a un espectador que llame al SME y se asegure de conseguir un DEA si estuviera disponible.
 - ▶ Si estás solo, utiliza tu teléfono móvil para llamar al SME.
 - ▶ Deja al paciente para llamar al SME si no hay otra opción.



Comprueba si responde



Abre la vía respiratoria



Comprobar si respira con normalidad



Alertar al SME

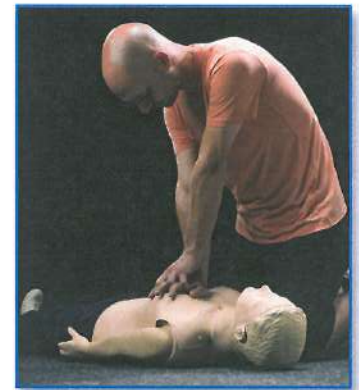
- 4 Coloca al paciente boca arriba (si no está ya en esta posición). Encuentra el lugar para hacer las compresiones en el pecho.
- 5 Encuentra el lugar para hacer las compresiones en el pecho.
 - ▶ Deja el pecho del paciente al aire solo si es necesario para encontrar el lugar de compresión.
 - ▶ Encuentra el lugar de compresión colocando la base de una mano en el centro del pecho. En algunas personas, esta posición es entre los pezones.
 - ▶ Coloca la otra mano sobre la mano que ya está en el pecho y entrelaza los dedos.
 - ▶ Utiliza la palma de la mano en el lugar de la compresión. Mantén los dedos alejados del pecho.
- 6 Practícale las compresiones en el pecho.
 - ▶ Colócate de forma que tus hombros queden directamente sobre tus manos y los brazos estén rectos; bloquea los codos.
 - ▶ Mantén la fuerza de las compresiones recta hacia abajo; evita ejercer presión sobre las costillas o la parte inferior del esternón. Con los codos rectos y bloqueados, deja que el peso de tu cuerpo ejerza las compresiones.
 - ▶ Para proporcionar compresiones pectorales efectivas, debes empujar con fuerza y velocidad, haciendo bajar el esternón un tercio de la profundidad del pecho del paciente aproximadamente; unos 5-6 cm/2-2,4 pulgadas.
 - ▶ Después de cada compresión pectoral, libera la presión, permitiendo así que el pecho vuelva a su posición normal.
 - ▶ Repite al ritmo de uno-dos-tres-cuatro y así consecutivamente (contando rápido) hasta 30 compresiones. Realízalas del modo más fluido posible. El ritmo debe ser de entre 100 y 120 compresiones por minuto. El ritmo es mucho más rápido de lo que la mayoría de la gente cree: empuja fuerte y empuja rápido.

PONLO EN PRÁCTICA

En tu grupo de prácticas, realiza RCP/compresiones en el pecho de un maniquí. Una persona es el guía y lee los pasos, otra mira y una tercera es el socorrista de emergencias. Primero, practica los pasos despacio para asegurarte de que la posición de tus manos, brazos y cuerpo sea apropiada. A continuación, practica los pasos de nuevo en tiempo real.



Lugar correcto de la compresión



Compresiones en el pecho

Habilidad 4 de CPR & AED

RCP – Resucitación cardiopulmonar en adultos Compresiones en el pecho combinadas con respiraciones de rescate

Tus objetivos

- ▶ Realizar la RCP completa (compresiones en el pecho combinadas con respiraciones de rescate) a un adulto usando una relación de 30 compresiones en el pecho por cada 2 respiraciones de rescate.
- ▶ Reducir al mínimo las interrupciones en las compresiones en el pecho.

Ciclo de asistencia: AR-CARS™



Puntos clave

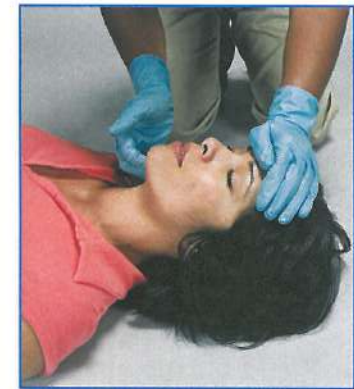
- ◆ Utiliza el *Ciclo de asistencia* para acordarte de hacer las Compresiones en el pecho antes de Abrir la vía respiratoria del paciente y Respirar por él.
- ◆ Formula la declaración del socorrista y da toquecitos en la clavícula del paciente. Si el paciente no responde, comprueba rápidamente si hay alguna vía respiratoria abierta y si respira con normalidad. Si el paciente no respira con normalidad, comienza inmediatamente con las compresiones en el pecho.
- ◆ Si los hubiera disponibles y los tienes a mano, protégete a ti y al paciente contra la transmisión de enfermedades: usa guantes y barreras de ventilación. No obstante, no retrases la atención de emergencia intentando encontrar barreras.
- ◆ Abre la vía respiratoria del paciente y apriétale la nariz para cerrársela. El motivo más frecuente por el cual las respiraciones de rescate no son efectivas es por una mala colocación de la inclinación de cabeza y levantamiento de la barbilla para abrir la vía respiratoria.
- ◆ Las respiraciones de rescate efectivas duran poco más de un segundo, con el aire suficiente como para que el pecho del paciente se eleve.
- ◆ Si durante una situación real no eres capaz o te sientes incómodo proporcionando respiraciones de rescate a un paciente que no respira, hazle compresiones en el pecho continuas. Las compresiones en el pecho de por sí son beneficiosas para cualquier paciente sin pulso. Tus esfuerzos pueden ayudar a hacer circular sangre que contiene algo de oxígeno. Recuerda que dar una asistencia adecuada es mejor que negar una asistencia perfecta.

Cómo se hace

- 1 Analiza la situación en lo referente a seguridad. Comprueba si el paciente responde, formulando la declaración del socorrista: “Hola. Me llamo _____. Soy socorrista de emergencias. ¿Puedo ayudarle?”. Si no recibes respuesta a esa declaración, toca al paciente en la clavícula y pregúntale: “¿Está bien? ¿Está bien?”. La clavícula es una zona sensible y al tocarla se verá si el paciente responde.
- 2 Busca una vía respiratoria abierta rápidamente y observa si respira con normalidad.
- 3 Si el paciente no responde ni respira con normalidad, pide a algún espectador que llame al Servicio Médico de Emergencias y que consiga un DEA, si fuera posible. Si estás solo, utiliza tu teléfono móvil para llamar al SME. Si no tienes un teléfono móvil, deja al paciente para llamar al SME si no hubiera otra opción. Este es el enfoque de *Llamar primero* en la atención de emergencias. Debes *llamar primero* para activar los Servicios Médicos de Emergencias y, a continuación, proporcionar asistencia.
- 4 Coloca al paciente boca arriba (si no está ya en esta posición).
- 5 Encuentra el lugar para hacer las compresiones en el pecho.
 - ▶ Deja el pecho del paciente al aire solo si es necesario para encontrar el lugar de compresión.
 - ▶ Encuentra el lugar de compresión colocando la base de una mano en el centro del pecho. En algunas personas, esta posición es entre los pezones.
 - ▶ Coloca la otra mano sobre la mano que ya está en el pecho y entrelaza los dedos.
 - ▶ Utiliza la palma de la mano en el lugar de la compresión. Mantén los dedos alejados del pecho.
- 6 Practícale las compresiones en el pecho.
 - ▶ Colócate de forma que tus hombros queden directamente sobre tus manos y los brazos estén rectos; bloquea los codos.
 - ▶ Mantén la fuerza de las compresiones recta hacia abajo; evita ejercer presión sobre las costillas o la parte inferior del esternón. Permite que tu peso corporal dé las compresiones.
 - ▶ Para proporcionar compresiones pectorales efectivas, debes *empujar con fuerza y velocidad*, haciendo bajar el esternón un tercio de la profundidad del pecho del paciente aproximadamente; unos 5-6 cm/2-2,4 pulgadas.
 - ▶ Después de cada compresión en el pecho, libera la presión sin quitar las manos del pecho del paciente, permitiendo que el pecho vuelva a su posición normal.
 - ▶ Repite al ritmo de uno-dos-tres-cuatro y así consecutivamente (contando rápido) hasta 30 compresiones. Realízalas del modo más fluido posible. El ritmo debe ser de entre 100 y 120 compresiones por minuto. El ritmo es mucho más rápido de lo que la mayoría de la gente cree: *empuja fuerte y empuja rápido*.



Comprobar si responde



Abrir la vía respiratoria



Comprobar si respira con normalidad



Alertar al SME



Hacer las compresiones en el pecho.

- 7 Coloca una barrera de ventilación en el maniquí para las respiraciones de rescate boca a boca o boca a máscara.
- 8 Abre la vía respiratoria del paciente. Usa UNO de los dos métodos más comunes: inclinación de cabeza y levantamiento de la barbilla o elevación a modo de pistola.

NOTA - Si el paciente tiene una lesión en la cara o en la mandíbula, cierra suavemente la boca para proteger el lugar herido. Manteniendo la mandíbula cerrada, coloca tu boca sobre la barrera que cubre la nariz y da respiraciones de rescate a través de la nariz. Ciertas barreras de ventilación (como las mascarillas de bolsillo) son mejores que otras para la respiración de boca a nariz. El uso de una mascarilla de bolsillo es otra forma de respiración de rescate llamada boca a máscara.

- 9 Con la cabeza del paciente inclinada hacia atrás y la barrera de ventilación colocada en su sitio, aprieta la nariz para cerrarla.
- 10 Ahora, da dos respiraciones de rescate. Cada respiración debe durar un segundo aproximadamente. Proporcióname al paciente justo el aire suficiente para que el pecho suba. Observa que el pecho del paciente se eleve.
 - ▶ Si no puedes hacer que el pecho del paciente suba con la primera respiración, repite la inclinación de cabeza y levantamiento de la barbilla o elevación a modo de pistola para abrir la vía respiratoria antes de intentar otra respiración. La apertura inadecuada de la vía respiratoria de un paciente es la causa más común que impide inflar los pulmones.

NOTA - No intentes dar más de dos respiraciones de rescate que hagan subir el pecho. Reduce al mínimo el retraso entre compresiones en el pecho. Tras dos respiraciones, tanto si el pecho sube como si no, inicia las compresiones en el pecho de nuevo.

- 11 Después de las dos respiraciones de rescate, comienza inmediatamente otro ciclo de 30 compresiones en el pecho más. Reduce al mínimo los retrasos al hacer las compresiones en el pecho.
- 12 Continúa alternando 30 compresiones con dos respiraciones hasta que:
 - ▶ Llegue el SME.
 - ▶ Puedas desfibrilar con un DEA (desfibrilador externo automatizado).
 - ▶ El paciente recupere la consciencia y comience a respirar con normalidad.
 - ▶ Otro socorrista de emergencias se encargue de la RCP del paciente.
 - ▶ Estés demasiado exhausto como para continuar.



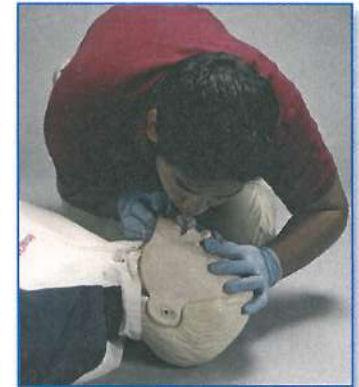
Colocar barrera de ventilación



Mascarilla de bolsillo



Abrir vía respiratoria y cerrar la nariz



Dar dos respiraciones de rescate



Comenzar otro ciclo de 30 compresiones en el pecho

NOTA - Si hay presente más de un socorrista de emergencias, considera la posibilidad realizar la atención por turnos. Para evitar la fatiga, cada socorrista puede hacer RCP durante dos minutos y, después, alternar. Mientras se cambian los socorristas, reduce al mínimo las interrupciones entre compresiones en el pecho.

NOTA - Si el problema del paciente puede ser que se ahogó o tiene otro problema respiratorio, atiende primero. Esto significa que debes realizar la RCP al paciente durante un *espacio breve de tiempo* y DESPUÉS llamar al Servicio Médico de Emergencias.

Hay dos pautas nacionales que definen lo que significa *Llamar primero* durante un *espacio breve de tiempo* de formas diferentes. En América del Norte, del Sur y Central, Asia y las islas del Pacífico (Pautas AHA), se define como proporcionar asistencia durante dos minutos aproximadamente; las pautas del European Resuscitation Council definen un *espacio breve de tiempo* como un minuto.

PONLO EN PRÁCTICA

En tus grupos de prácticas, realiza RCP/compresiones en el pecho combinadas con respiraciones de rescate en un maniquí. Una persona es el guía y lee los pasos, otra mira y una tercera es el socorrista de emergencias. Primero, practica los pasos despacio para asegurarte de que la posición de tus manos, brazos y cuerpo sea apropiada. A continuación, practica los pasos de nuevo en tiempo real.



Evita cansarte haciendo RCP; alterna la asistencia con otro socorrista.

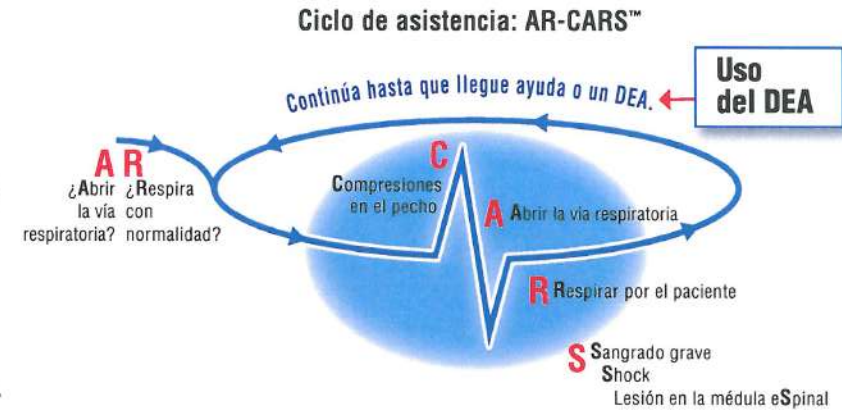
Habilidad 5 de CPR & AED

RCP y uso del DEA en adultos

Requisitos de rendimiento

Demostrar cómo:

- ▶ Usar un desfibrilador externo automatizado (DEA) en un maniquí, de conformidad con las indicaciones del fabricante de la máquina.
- ▶ Colocar almohadillas de DEA en un maniquí.
- ▶ Realizar la RCP mientras se prepara y se usa el DEA, a la vez que se reducen las interrupciones en las compresiones en el pecho.
- ▶ Asistir a un paciente que ha sido desfibrilado con éxito mediante un dispositivo DEA.



Puntos clave

- ◆ Un DEA es un dispositivo sofisticado con microprocesadores, alimentado por batería, que incorpora un sistema de análisis del ritmo cardíaco y un sistema de aviso de descarga eléctrica. Los dispositivos DEA están específicamente diseñados para los socorristas legos como tú.
- ◆ El DEA se conecta al paciente mediante dos almohadillas pectorales adhesivas. Analiza automáticamente el ritmo cardíaco del paciente y detecta el momento en que se necesita una descarga para restablecer un ritmo cardíaco normal.
- ◆ Los DEA pueden guardarse con las almohadillas para adultos conectadas al mismo DEA. Nunca utilices almohadillas pediátricas en un adulto.
- ◆ En algunas regiones, el uso del DEA por parte de personas legas puede estar restringido. Tu instructor te informará de los protocolos locales.
- ◆ Recuerda detenerte, pensar y, luego, actuar. Analiza la situación y llama al SME. Cuando los hubiera, pídele a algún espectador que llame al SME y encuentre un DEA.
- ◆ Protégete tú y protege al paciente contra la transmisión de enfermedades: usa guantes y barreras de ventilación. No retrases la atención de emergencia si no hay barreras disponibles.
- ◆ Comprueba si el paciente responde formulando la declaración del socorrista de emergencias y dándole toquitos en la clavícula si no responde.
- ◆ Haz una evaluación primaria y utiliza el *Ciclo de asistencia* para supervisar constantemente el estado médico del paciente.
- ◆ Siempre que sea posible, la RCP debe realizarse mientras se encuentra un DEA y se prepara para ser utilizado. Si hay un DEA disponible inmediatamente, utilízalo y sigue las instrucciones del dispositivo específicas sobre la aplicación de la RCP. Utiliza un DEA en cuanto esté disponible.
- ◆ Para reducir al mínimo las interrupciones en las compresiones en el pecho, si hay más de un socorrista presente, continúa haciendo RCP mientras se enciende el DEA y el segundo socorrista coloca las almohadillas en el paciente.
- ◆ Es muy importante que la almohadilla esté en contacto con la piel para que la desfibrilación se realice correctamente. Si fuese necesario, afeita el vello del pecho del paciente donde vayan a colocarse las almohadillas.
- ◆ Si un paciente tiene el pecho mojado o sudoroso, sécalo antes de aplicar las almohadillas del DEA. Esto permitirá que las almohadillas se adhieran mejor.
- ◆ Nunca coloques las almohadillas del DEA sobre un marcapasos; colócalas a una distancia de dos a ocho centímetros/una a tres pulgadas. Sigue todas las instrucciones del fabricante.
- ◆ No coloques las almohadillas del DEA directamente sobre vendas o parches de medicación transdérmicos. Debes quitarlos siempre y secar bien la piel antes de colocar las almohadillas sobre la piel.

Puntos clave

- ◆ Puedes desfibrilar en una superficie mojada siempre y cuando se respeten todas las normas de seguridad y las instrucciones del fabricante. Tu instructor te guiará en lo relativo al DEA específico que utilizarás en el curso.
- ◆ Puedes desfibrilar en una superficie metálica siempre y cuando se respeten todas las normas de seguridad y las instrucciones del fabricante. Tu instructor te guiará en lo relativo al DEA específico que utilizarás en el curso.

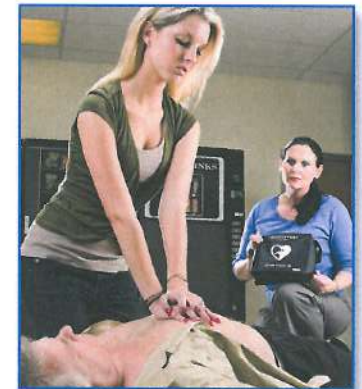
Cómo se hace

NOTA - El siguiente resumen es un procedimiento genérico y universal utilizado por la mayoría de los DEA. Los DEA fabricados por diferentes empresas funcionan de distintos modos. Tu instructor te guiará por los detalles específicos del DEA utilizado en tu curso. Cuando tengas que usar un modelo de DEA desconocido, consulta las pautas e instrucciones del fabricante antes de necesitar el DEA durante una emergencia médica real. Aunque tengas que utilizar un modelo de DEA desconocido, no debes preocuparte. La mayoría son intuitivos y muy fáciles de usar. Los DEA son sencillos de operar porque tienen instrucciones de voz y visuales para ayudarte con la preparación y tratamiento de un paciente que lo necesita.

- 1 Usa el *Ciclo de asistencia* para controlar el estado médico de un paciente.
- 2 Avisa al SME si el paciente no responde y no respira con normalidad. A continuación:
 - ▶ Si puedes pedirle a un espectador que consiga un DEA, hazlo mientras comienzas con la RCP. Una vez que llegue la persona con el DEA, pídele que lo prepare y coloque las almohadillas en el paciente mientras sigues con la RCP. Esto reduce las interrupciones en las compresiones en el pecho.
 - ▶ Si estás solo y sabes dónde encontrar un DEA cerca, deja al paciente para conseguir rápidamente un DEA.
- 3 Coloca el DEA cerca del paciente, del mismo lado que el socorrista, tú en este caso.
- 4 Enciende el DEA y sigue las indicaciones del dispositivo al pie de la letra.
- 5 Deja al descubierto el pecho del paciente. Si el paciente está mojado, considera secarle el pecho rápidamente antes de colocar las almohadillas. Es común que se incluya una cuchilla junto con el DEA. Si la hubiera, utilízala rápidamente para afeitar el vello corporal donde vayan a colocarse las almohadillas.



Llama al SME.



Un espectador trae un DEA.



Coloca el DEA cerca del oído del paciente.



Enciende el DEA.

- 6 Saca las almohadillas del desfibrilador de su embalaje retirando el plástico protector de las almohadillas adhesivas.
- 7 Tal y como te indique el DEA, coloca las almohadillas del desfibrilador sobre el pecho desnudo del paciente con el lado adhesivo hacia abajo. La colocación de las almohadillas debe seguir las ilustraciones del fabricante que hay en el embalaje de las almohadillas o en las mismas almohadillas. Normalmente:
 - ▶ Una almohadilla se coloca en el lado superior derecho del pecho, debajo de la clavícula y al lado del esternón.
 - ▶ Otra almohadilla se coloca en el lado inferior izquierdo del pecho, a la izquierda y debajo de la línea de los pezones.

NOTA - En caso de que hayas colocado las almohadillas en el paciente al contrario de las ilustraciones, no las quites del paciente. La descarga seguirá transmitiéndose a través del paciente. Es muy importante que la almohadilla esté en contacto con la piel para que la desfibrilación se realice correctamente. Si se quitan y se cambian las almohadillas, se desperdiciará tiempo y se reducirá el contacto tan importante entre estas y la piel.

- 8 Si es necesario o se te indica, enchufa las almohadillas del DEA. El DEA analizará el ritmo cardíaco del paciente. (En algunos DEA, tienes que pulsar el botón de Analizar).
- 9 El DEA te pedirá que no te acerques mientras se realiza el análisis cardíaco. Aparta a los socorristas y a otras personas del paciente, asegurándote de que nadie esté tocando al paciente. Verifica también que no haya ningún equipo tocando al paciente. Mientras te encargas de esto, repite: ¡Apartaos todos! De este modo, estarás preparado para aplicar una descarga de forma rápida y segura.
- 10 Si el DEA advierte que se necesita una descarga, el socorrista debe seguir las indicaciones para aplicarla, seguida de RCP. Si el DEA no aconseja una descarga, reanuda de inmediato la RCP.
- 11 Después de un periodo de RCP, el DEA volverá a pedirte que te alejes y analizará el ritmo cardíaco del paciente. Si aún no hay respiración, quizá el DEA te indiquen otra descarga. La mayoría de los DEA esperarán dos minutos antes de analizar y dar otra descarga al paciente. Durante ese tiempo, continúa con la RCP.
- 12 Cuando se te indique, continúa aplicando descargas combinadas con RCP hasta que veas señales de vida, te releve el personal del SME o no puedas continuar físicamente. Entre las señales de vida se incluyen movimientos, esfuerzos para respirar, etc. No retrases la RCP después de una descarga por estar buscando señales de vida.



Coloca las almohadillas del desfibrilador según la ilustración que explica cómo colocarlas.



Aparta a los socorristas y espectadores



Suministra una descarga



Reanuda la RCP

PONLO EN PRÁCTICA

En tu grupo de prácticas, coloca almohadillas del DEA en un maniquí y realiza los pasos del análisis y la descarga. Una persona es el guía y lee los pasos, otra mira y una tercera es el socorrista de emergencias. Cada socorrista de emergencias debe:

- Practicar la colocación de almohadillas del DEA.
- Practicar con un DEA de entrenamiento o simular los pasos para analizar y suministrar descargas a un paciente (maniquí).

Asegúrate de que todos tienen ocasión de actuar como socorrista de emergencias. Cambia las circunstancias según te indique tu instructor.

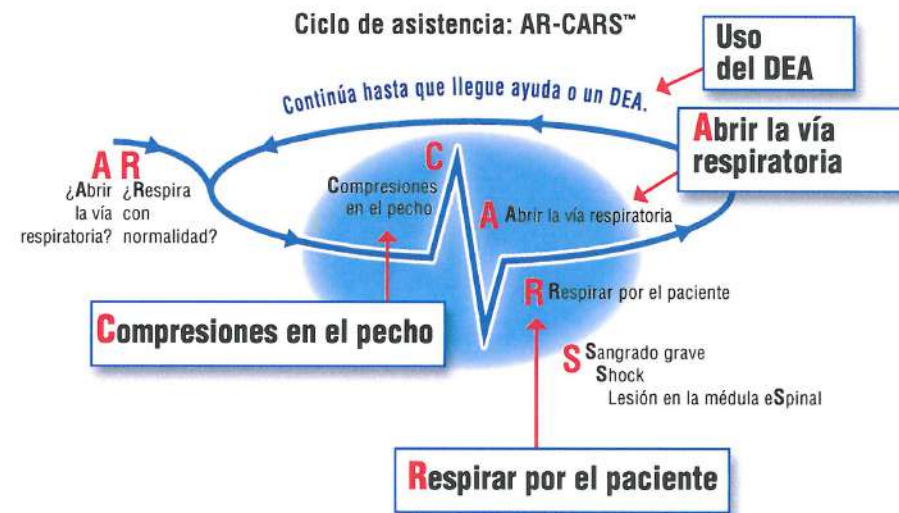
Habilidad 6 de CPR & AED

RCP y uso del DEA en niños

Requisitos de rendimiento

Demostrar cómo:

- ▶ Realizar la RCP completa (compresiones en el pecho y respiraciones de rescate) a un niño usando una relación de 30 compresiones por cada 2 respiraciones de rescate.
- ▶ Reducir al mínimo las interrupciones en las compresiones en el pecho.
- ▶ Usar un desfibrilador externo automatizado (DEA) en un maniquí, de conformidad con las indicaciones del fabricante sobre el uso en niños.
- ▶ Colocar almohadillas de DEA en un maniquí.
- ▶ Realizar la RCP mientras se prepara y se usa el DEA para reducir las compresiones en el pecho.
- ▶ Asistir a un niño que ha sido desfibrilado con éxito mediante un dispositivo DEA.



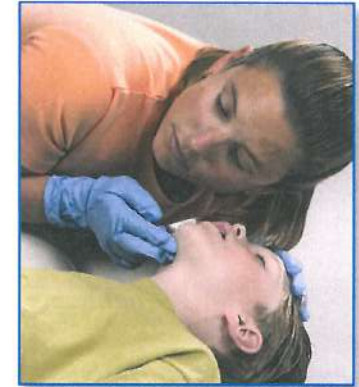
Puntos clave

- ◆ Un niño se define como una persona entre 1 y 12 años de edad. En lo que respecta a esta definición, si hay dudas sobre un paciente (para definir si es un niño o un adulto), trátalo como adulto.
- ◆ La mayoría de los puntos claves de la Habilidad 5: la RCP y el uso del DEA son aplicables a los niños.
- ◆ Cuando se debe llamar al SME:
 1. Si hay espectadores presentes al encontrar a un niño inconsciente que no respira con normalidad, pídeles que llamen al SME y que consigan un DEA mientras tú realizas la RCP.
 2. Si estás SOLO y no hay espectadores presentes: a) Pautas de la AHA: realiza cinco ciclos de 30 compresiones en el pecho y dos respiraciones de rescate antes de llamar al SME o conseguir un DEA; b) Pautas del ERC: realiza cinco respiraciones de rescate iniciales seguidas
- ◆ de aproximadamente un minuto de RCP antes de llamar al SME o conseguir un DEA. c) Las pautas de los ARC/NZRC no especifican que haya que realizar la Atención primero antes de Llamar primero cuando un niño necesita RCP. Realiza 1-2 minutos de RCP (compresiones en el pecho con respiraciones de rescate) antes de llamar al SME o conseguir un DEA.
- ◆ A menudo, el corazón de un niño se para debido a problemas respiratorios y, por este motivo, las respiraciones de rescate son muy importantes. Sin embargo, si durante una situación real no eres capaz o te sientes incómodo proporcionando respiraciones de rescate a un niño que no respira, practícale compresiones en el pecho continuas. Las compresiones en el pecho, de por sí, son beneficiosas para un niño sin pulso. Tus esfuerzos pueden ayudar a hacer circular sangre que contiene algo de oxígeno. Recuerda que *dar una asistencia adecuada es mejor que negar una asistencia perfecta.*

- ◆ Abre la vía respiratoria del niño y apriétale la nariz para cerrársela. En niños muy pequeños, es posible que puedas cubrirles la boca y la nariz con tu boca para realizarles respiraciones de rescate.
- ◆ Como ocurre con los adultos, las respiraciones de rescate efectivas duran poco más de un segundo y emplean justo el aire suficiente para que el pecho del niño se eleve.
- ◆ Siempre que sea posible, la RCP debe realizarse mientras se encuentra un DEA y se prepara para ser utilizado. Si hay un DEA disponible inmediatamente, utilízalo y sigue las instrucciones del dispositivo específicas sobre la aplicación de la RCP. Utiliza un DEA en cuanto esté disponible.
- ◆ Para niños de entre 1 y 8 años, deben usarse almohadillas específicas para niños o bien un método mecánico para reducir la energía eléctrica aplicada por la descarga. Si un modelo particular de DEA no tiene almohadillas pediátricas especiales ni modo descarga, utilízalo tal cual.
- ◆ Para reducir al mínimo las interrupciones en las compresiones en el pecho, si hay más de un socorrista presente, continúa haciendo la RCP mientras se enciende el DEA y el segundo socorrista coloca las almohadillas en el niño.

Cómo se hace

- 1 Analiza la situación en lo referente a seguridad. Comprueba si el niño responde, formulando la declaración del socorrista: "Hola. Me llamo _____. Soy socorrista de emergencias. ¿Puedo ayudarte?". Si no recibes respuesta a tu declaración, toca al niño en la clavícula y pregúntale: "¿Estás bien? ¿Estás bien?". La clavícula es una zona sensible y al tocarla se verá si el paciente responde.
- 2 Busca una vía respiratoria abierta rápidamente y observa si respira con normalidad.
- 3 Si el niño no responde ni respira con normalidad, pide a los espectadores que llamen al SME, si estuviera disponible. **TEN EN CUENTA LAS PAUTAS DEL ERC**; llegado este punto, realiza 5 respiraciones de rescate iniciales antes de llamar al SME o conseguir un DEA.
- 4 Coloca al niño boca arriba (si no está ya en esta posición).
- 5 Encuentra el lugar para hacer las compresiones en el pecho.
 - ▶ Deja el pecho del niño al aire si fuera posible para encontrar el lugar de compresión.
 - ▶ Encuentra el lugar de compresión colocando la base de una mano sobre la mitad inferior del esternón del niño.
 - ▶ En niños pequeños puedes utilizar una sola mano para realizar las compresiones en el pecho. Si no puedes hacer bajar el esternón aproximadamente un tercio de la profundidad del pecho del niño o, al menos, 5 cm/2 pulgadas, utiliza dos manos como lo harías en la RCP en adultos.

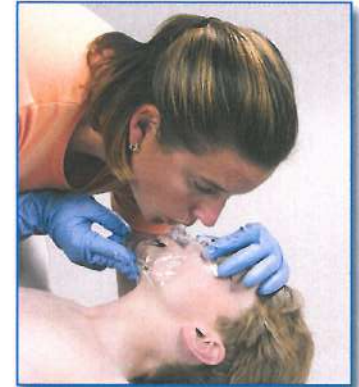


Buscar una vía respiratoria abierta y ver si respira con normalidad.



En niños pequeños puedes utilizar una sola mano para realizar las compresiones en el pecho.

- 6** Practícale las compresiones en el pecho.
- ▶ Colócate de forma que estés directamente sobre tu mano y el brazo esté recto; bloquea el codo.
 - ▶ Mantén la fuerza de las compresiones recta hacia abajo; evita ejercer presión sobre las costillas o la parte inferior del esternón. Permite que tu peso corporal dé las compresiones cuidadosamente.
 - ▶ Para proporcionar compresiones en el pecho efectivas, debes *empujar fuerte y empujar rápido*, haciendo bajar el esternón un tercio de la profundidad del pecho del niño aproximadamente; al menos 5 cm/2 pulgadas.
 - ▶ Después de cada compresión en el pecho, libera la presión sin quitar las manos del pecho del niño, permitiendo que el pecho vuelva a su posición normal.
 - ▶ Repite al ritmo de uno-dos-tres-cuatro y así consecutivamente (contando rápido) hasta 30 compresiones. Realízalas del modo más fluido posible. El ritmo debe ser de entre 100 y 120 compresiones por minuto. El ritmo es mucho más rápido de lo que la mayoría de la gente cree: *empuja fuerte y empuja rápido*.
- 7** Si sientes la necesidad de protegerte, coloca una barrera de ventilación en el maniquí para las respiraciones de rescate boca a boca o boca a máscara.
- 8** Abre la vía respiratoria del niño. Usa UNO de los dos métodos más comunes: inclinación de cabeza y levantamiento de la barbilla o elevación a modo de pistola.
- 9** Con la cabeza del niño inclinada hacia atrás, pellízcale la nariz para cerrarla o cúbrese la boca si es un niño muy pequeño.
- 10** Ahora, inspira con normalidad y dale al niño dos respiraciones de rescate. Cada respiración debe durar un segundo aproximadamente. Proporciona al niño el aire justo para hacer que su pecho se eleve. Observa que, efectivamente, el pecho del niño suba.
- ▶ Si no puedes hacer que el pecho del niño suba con la primera respiración, repite la inclinación de cabeza y levantamiento de la barbilla o elevación a modo de pistola para abrir la vía respiratoria antes de intentar otra respiración. Ten en cuenta la posibilidad de mirar en la boca del niño por si hubiera alguna obstrucción visible que pueda ser sacada.
 - ▶ Si no consigues que el pecho del niño se eleve con las respiraciones de rescate, vuelve rápidamente a las compresiones en el pecho. Intenta darle solo 2 respiraciones de rescate.
- 11** Después de las dos respiraciones de rescate, comienza inmediatamente otro ciclo de 30 compresiones en el pecho más. Reduce al mínimo los retrasos al hacer las compresiones en el pecho.



Dale al niño dos respiraciones de rescate.

NOTA - El siguiente resumen es un procedimiento genérico y universal utilizado por la mayoría de los DEA. Los DEA fabricados por diferentes empresas funcionan de distintos modos. Tu instructor te guiará por los detalles específicos del DEA utilizado en tu curso. Si puedes pedirle a un espectador que consiga un DEA, hazlo mientras sigues con la RCP. Una vez que llegue la persona con el DEA, pídele que lo prepare, conecte las almohadillas pediátricas si estuvieran disponibles y las coloque en el niño mientras sigues con la RCP. Esto reduce las interrupciones en las compresiones en el pecho. Utiliza el DEA tan pronto como lo tengas.

- 12 Coloca el DEA cerca del niño, del mismo lado que el socorrista.
- 13 Enciende el DEA y sigue las indicaciones del dispositivo al pie de la letra.
- 14 Si el DEA tiene almohadillas específicas para niños, sácalas del paquete y quítale cualquier plástico adhesivo protector de la parte posterior.
 - ▶ Si no hay almohadillas para niños o el DEA no tiene una tecla o interruptor para niños, utiliza las almohadillas o ajustes para adultos.



NOTA - Para obtener mejores resultados al aplicar la descarga, algunos fabricantes ilustran cómo se deben colocar las almohadillas específicas para niños comparadas con las de adultos. Se muestra cómo debe colocarse una almohadilla en medio de la espalda del niño, entre los omóplatos, y la otra en medio del pecho.

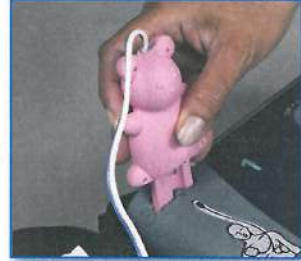
- 15 Siguiendo las indicaciones del fabricante, coloca las almohadillas del desfibrilador en el pecho desnudo del niño, con el lado adhesivo hacia abajo (observa las ilustraciones de colocación en el embalaje de las almohadillas o en las propias almohadillas).
- 16 Si es necesario o se te indica, enchufa las almohadillas del DEA. El DEA analizará el ritmo cardíaco del niño. (En algunos DEA, tienes que pulsar el botón de Analizar).
- 17 Aparta a los socorristas y a otras personas del niño, asegurándote de que nadie esté tocando al paciente. Verifica también que no haya ningún equipo tocando al niño. Di: *¡Apartaos todos!*
- 18 Si el DEA advierte que se necesita una descarga, el socorrista debe seguir las indicaciones para aplicarla, seguida de RCP. Si el DEA no aconseja una descarga, reanuda de inmediato la RCP.
- 19 El DEA analizará de nuevo el ritmo cardíaco del niño. Si aún no hay respiración, quizá el DEA te indique dar otra descarga. La mayoría de los DEA esperarán dos minutos antes de analizar y dar otra descarga al niño. Durante ese tiempo, continúa con la RCP.
- 20 Según se te indique, continúa aplicando descargas, una a una, combinadas con RCP hasta que el niño vuelva a respirar o hasta que el personal del SME te releve.
- 21 Si el niño empieza a respirar, mantén la vía de aire abierta y continúa controlando el estado médico del niño mediante el *Ciclo de asistencia*.

PONLO EN PRÁCTICA

En tus grupos de prácticas, realiza RCP/compresiones en el pecho combinadas con respiraciones de rescate en niños con un maniquí. A continuación, practica el uso de un DEA en un maniquí y avanza por los pasos de Análisis y Descarga. Una persona es el guía y lee los pasos, otra mira y una tercera es el socorrista de emergencias. Primero, practica los pasos despacio para asegurarte de que la posición de tu mano, brazo y cuerpo sea apropiada. A continuación, practica los pasos de nuevo en tiempo real. También puedes pensar en la posibilidad de tener a un participante realizando RCP en un niño mientras que otro prepara el DEA y coloca las almohadillas en el maniquí.



Coloca las almohadillas del desfibrilador.



Si fuera necesario, conecta las almohadillas.



Aparta a los socorristas y espectadores



Si se te indica, pulsa el botón para aplicar la descarga.

Habilidad 7 de CPR & AED

RCP en bebés

Requisitos de rendimiento

Demostrar cómo:

- ▶ Realizar la RCP completa a un bebé (compresiones en el pecho y respiraciones de rescate) usando una relación de 30 compresiones por cada 2 respiraciones de rescate.
- ▶ Reducir al mínimo las interrupciones en las compresiones en el pecho.



Puntos clave

- ◆ Un bebé se define como un niño menor de 1 año.
- ◆ Cuándo se debe llamar al SME:
 1. Si hay espectadores presentes al encontrar a un niño inconsciente que no respira con normalidad, pídeles que llamen al SME y que consigan un DEA mientras tú realizas la RCP.
 2. Si estás SOLO y no hay espectadores presentes: 1) Pautas de la AHA: realiza cinco ciclos de 30 compresiones en el pecho y dos respiraciones de rescate antes de llamar al SME o conseguir un DEA; 2) Pautas del ERC: realiza cinco respiraciones de rescate seguidas de un minuto de 30 compresiones en el pecho y dos respiraciones de rescate antes de llamar al SME o conseguir un DEA. c. Pautas de los ARC/NZRC: no especifican que haya que realizar la Atención primero antes de Llamar primero cuando un bebé necesita RCP. Realiza 1-2 minutos de RCP (compresiones en el pecho con respiraciones de rescate) antes de llamar al SME o conseguir un DEA.
- ◆ Es muy importante proporcionar respiraciones de rescate a los bebés junto con las compresiones en el pecho. A menudo, el corazón de un bebé deja de latir porque tienen dificultad para respirar o simplemente no pueden respirar. Sin embargo, si durante una situación real no eres capaz o te sientes incómodo proporcionando respiraciones de rescate a un bebé que no respira, practícale compresiones en el pecho continuas. Las compresiones en el pecho, de por sí, son muy beneficiosas para cualquier bebé sin pulso. Tus esfuerzos pueden ayudar a hacer circular sangre que contiene algo de oxígeno. Recuerda que *dar una asistencia adecuada es mejor que negar una asistencia perfecta*.
- ◆ Del mismo modo que con los adultos y niños, al realizar compresiones en el pecho como parte de la RCP en bebés, debes *empujar fuerte y empujar rápido*. No obstante, no tengas miedo de herir al bebé durante las compresiones en el pecho. Con los bebés, es mejor empujar con más fuerza de la necesaria a no aplicar la suficiente fuerza.
- ◆ Hay informes de casos que demuestran el uso de DEA en bebés con buenos resultados. No obstante, el uso del DEA en bebés no está respaldado por investigaciones definitivas. Por eso, no se recomienda el uso del DEA en bebés por parte de socorristas de emergencia legos.

Cómo se hace

- 1 Analiza la situación en lo referente a seguridad. Si hay presente un padre, madre o tutor, pregúntale si puedes asistir al bebé.
- 2 Comprueba si el bebé responde pellizcándolo o tocándolo, además de gritando su nombre.
- 3 Busca una vía respiratoria abierta rápidamente y observa si respira con normalidad.
- 4 Si el bebé no responde ni respira con normalidad, pide a los espectadores que llamen al SME, si estuviera disponible. **TEN EN CUENTA LAS PAUTAS DEL ERC;** llegado este punto, realiza 5 respiraciones de rescate iniciales antes de llamar al SME.
- 5 Coloca al bebé boca arriba (si no está ya en esta posición).
- 6 Encuentra el lugar para hacer las compresiones en el pecho.
 - ▶ Deja el pecho del bebé al aire si fuera posible para encontrar el lugar de compresión.
 - ▶ Encuentra el lugar de compresión colocando dos dedos en el esternón del bebé, justo debajo de la línea de los pezones.
- 7 Practícale las compresiones en el pecho.
 - ▶ Con los dos dedos, empuja hacia abajo sobre el esternón del bebé.
 - ▶ Para proporcionar compresiones en el pecho efectivas, debes *empujar fuerte y empujar rápido*, haciendo bajar el esternón un tercio de la profundidad del pecho del bebé aproximadamente; al menos 4 cm/1,5 pulgadas.
 - ▶ Después de cada compresión en el pecho, libera la presión sin quitar los dedos del pecho del bebé, permitiendo que el pecho vuelva a su posición normal.
 - ▶ Repite al ritmo de uno-dos-tres-cuatro y así consecutivamente (contando rápido) hasta 30 compresiones. Realízalas del modo más fluido posible. El ritmo debe ser de entre 100 y 120 compresiones por minuto. El ritmo es mucho más rápido de lo que la mayoría de la gente cree: empuja fuerte y *empuja rápido*.
- 8 Si sientes la necesidad de protegerte, coloca una barrera de ventilación en el maniquí del bebé para las respiraciones de rescate boca a boca o boca a máscara.
- 9 Abre la vía respiratoria del bebé. Usa UNO de los dos métodos más comunes: inclinación de cabeza y levantamiento de la barbilla o elevación a modo de pistola.



Busca una vía respiratoria abierta rápidamente y observa si respira con normalidad.



Proporciona compresiones en el pecho efectivas con dos dedos.



- 10** Una vez que la vía respiratoria esté abierta, inspira hondo. Cubre la boca y nariz del bebé con tu boca. Si tu boca es demasiado pequeña como para hacerlo, colócala sobre la nariz del bebé y mantén la boca cerrada para evitar que salga aire.
- 11** Ahora, hazle dos respiraciones de rescate (en los bebés, las respiraciones de rescate son más bien “bocanadas” de aire). Cada respiración debe durar un segundo aproximadamente. Proporciona al bebé el aire justo para hacer que su pecho se eleve. Observa que, efectivamente, el pecho del bebé suba.
- ▶ Si no puedes hacer que el pecho del bebé suba con la primera respiración, repite la inclinación de cabeza y levantamiento de la barbilla o elevación a modo de pistola para abrir la vía respiratoria antes de intentar otra respiración. Ten en cuenta la posibilidad de mirar en la boca del bebé por si hubiera alguna obstrucción visible que pueda ser sacada.
 - ▶ Si no consigues que el pecho del bebé se eleve con las respiraciones de rescate, vuelve rápidamente a las compresiones en el pecho. Intenta darle solo 2 respiraciones de rescate.
- 12** Después de las dos respiraciones de rescate, comienza inmediatamente otro ciclo de 30 compresiones en el pecho más. Reduce al mínimo los retrasos al hacer las compresiones en el pecho.
- 13** Continúa con la RCP hasta que el bebé vuelva a respirar o hasta que te releve el personal del SME.
- 14** Si el bebé empieza a respirar con normalidad, mantén la vía de aire abierta y continúa controlando el estado médico del bebé mediante el *Ciclo de asistencia*.



Proporciona respiraciones de rescate.

PONLO EN PRÁCTICA

En los grupos de prácticas, realiza RCP - compresiones en el pecho combinadas con respiraciones de rescate en bebés con un maniquí de bebé. Una persona es el guía y lee los pasos, otra mira y una tercera es el socorrista de emergencias. Primero, practica los pasos despacio para asegurarte de que la posición de tus dedos, brazos y cuerpo sea apropiada. A continuación, practica los pasos de nuevo en tiempo real.

Habilidad 8 de CPR & AED

Atragantamiento en adultos y niños

Requisito de rendimiento

Demostrar la forma de prestar asistencia a un adulto y niño atragantados conscientes (que responden) o inconscientes (que no responden) con una obstrucción parcial o completa (grave) de la vía respiratoria.



Puntos clave

- ◆ Recuerda que debes detenerte, pensar y, después, actuar.
- ◆ Si el paciente está tosiendo, respira con dificultad o puede hablar (obstrucción parcial de la vía respiratoria), obsérvalo hasta que expulse la obstrucción. Tranquiliza y anima al paciente a seguir tosiendo para expulsar la obstrucción. Llama al SME si la respiración empeora.
- ◆ Recuerda que un adulto consciente tiene que dar su consentimiento antes de que tú hagas nada. Un asentimiento con la cabeza es suficiente.
- ◆ Si el bloqueo es grave, el paciente no podrá toser, resollar, hablar ni emitir sonidos.
- ◆ En pacientes embarazadas u obesos, aplica compresiones en el pecho en lugar de empujes abdominales (incluso en niños obesos).
- ◆ Los pacientes que reciben el tratamiento para un atragantamiento y están conscientes deben ser sometidos a una evaluación médica para descartar complicaciones que amenacen su vida.
- ◆ Los pasos para asistir a un niño que pierde el conocimiento mientras está atragantado son diferentes de los pasos para asistir a un adulto en la misma situación.

Adulto o niño atragantado consciente

Cómo se hace

Pautas de la AHA (América del Norte, del Sur y Central, Asia, algunas regiones de África y los países de las islas del Pacífico)

- 1 Si el adulto/niño responde, pregúntale primero “¿Se está atragantando?”.
- 2 Si el paciente no puede hablar ni respirar, formula la declaración del Socorrista de emergencias: “Hola. Me llamo _____. Soy socorrista de emergencias. ¿Puedo ayudarle?”.
- 3 Cuando recibas el permiso (un asentimiento con la cabeza es suficiente), alerta al SME y procede a intentar sacar el objeto.
- 4 Prueba con las compresiones en el pecho si los empujes abdominales no funcionan. Si se trata de un adulto/niño que está obeso o de una embarazada, comienza con compresiones en el pecho.

Empujes abdominales para una persona atragantada consciente

- 1 Colócate detrás del adulto/niño y pon los brazos alrededor de su cintura. Es posible que tengas que arrodillarte en el caso de niños pequeños.
- 2 Encuentra el ombligo del adulto/niño; el lugar de compresión está a dos dedos de ancho por encima del ombligo.
- 3 Cierra la mano en un puño y coloca el lado del pulgar en el sitio del empuje.
- 4 Coloca la otra mano sobre la parte exterior del puño.
- 5 Dobra los brazos y los codos hacia fuera para evitar hacer presión en las costillas.
- 6 Aplica compresiones rápidas, hacia dentro y hacia arriba hasta que la obstrucción sea eliminada o el adulto/niño pierda el conocimiento.
- 7 Si la obstrucción se elimina, anima al adulto/niño a que respire y controla su estado.

Compresiones en el pecho para una persona atragantada consciente

- 1 Colócate detrás del adulto/niño y coloca los brazos alrededor de su cuerpo, debajo de las axilas. Es posible que tengas que arrodillarte en el caso de niños pequeños.
- 2 Sigue la costilla más baja hacia arriba hasta llegar al punto en que las costillas se unen en el centro.
- 3 Siente el agujero en la parte inferior del esternón y coloca ahí los dedos corazón e índice. Este es el mismo punto de compresión de la RCP.
- 4 Cierra la mano en un puño y coloca el lado del pulgar en el sitio de la compresión, sobre el agujero.
- 5 Coloca la otra mano sobre la parte exterior del puño.
- 6 Aplica compresiones rápidas hacia dentro hasta que el objeto sea expulsado o el adulto/niño pierda el conocimiento.
- 7 Evita ejercer presión sobre las costillas.
- 8 Para si la obstrucción se elimina, anima al adulto/niño a que respire y controla su estado.



Mantenerse detrás del paciente



Encontrar el ombligo



Colocar el puño



Colocar la otra mano sobre el puño



Doblar los brazos/codos hacia fuera



Realizar empujes hacia dentro y hacia arriba



Compresiones en el pecho para un bebé atragantado consciente

Cómo se hace –

Pautas del European Resuscitation Council

- 1 Si el paciente responde, pregúntale primero “¿Se está atragantando?”.
- 2 Si el paciente no puede hablar ni respirar, haz la declaración del socorrista de emergencia: “Hola. Me llamo _____. Soy socorrista de emergencias. ¿Puedo ayudarte?”.
- 3 Cuando recibas el permiso (un asentimiento con la cabeza es suficiente), alerta al SME y procede a intentar sacar el objeto.
- 4 Empieza con golpes en la espalda y, después, pasa a los empujes abdominales. Alterna los golpes en la espalda con empujes abdominales hasta que se elimine la obstrucción o el paciente quede inconsciente.

Golpes en la espalda a una persona atragantada consciente

- 1 Para dar golpes en la espalda, colócate a un lado y ligeramente detrás del paciente.
- 2 Sujeta el pecho con una mano e inclina al paciente hacia delante.
- 3 Con la palma de la otra mano, golpea a la persona cinco veces con firmeza entre los omóplatos.
- 4 Si después de cinco golpes en la espalda no se elimina la obstrucción, pasa a los empujes abdominales.
- 5 Para si la obstrucción se elimina, anima al paciente a que respire y controla su estado.

Empujes abdominales a una persona atragantada consciente

- 1 Colócate detrás del paciente y rodea con ambos brazos la parte superior del abdomen.
- 2 Inclina al paciente hacia delante.
- 3 Cierra el puño con el pulgar hacia adentro en dirección al paciente y colócalo entre el ombligo y el esternón.
- 4 Agarra esta mano con la otra y tira con fuerza hacia dentro y hacia arriba.
- 5 Repítelo cinco veces.
- 6 Si después de los empujes abdominales no se elimina la obstrucción, pasa a los golpes en la espalda.
- 7 Para si la obstrucción se elimina, anima al paciente a que respire y controla su estado.

Cómo se hace –

Pautas para Australia y Nueva Zelanda (ANZCOR)

- 1 Si el paciente responde, pregúntale primero “¿Se está atragantando?”. Evalúa si puede toser. Si puede toser, tranquiliza al paciente y ánimale a que siga tosiendo.
- 2 Si el paciente no puede hablar ni respirar, haz la declaración del socorrista de emergencia: “Hola. Me llamo _____. Soy socorrista de emergencias. ¿Puedo ayudarte?”.
- 3 Cuando recibas el permiso (un asentimiento con la cabeza es suficiente), alerta al SME y procede a intentar sacar el objeto.
- 4 Empieza con golpes en la espalda y, después, pasa a los empujes en el pecho. Alterna los golpes en la espalda con empujes abdominales hasta que se elimine la obstrucción o el paciente pierda el conocimiento.

Golpes en la espalda a una persona atragantada consciente

- 1 Para dar golpes en la espalda, colócate a un lado y ligeramente detrás del paciente.
- 2 Sujeta el pecho con una mano e inclina al paciente hacia delante.
- 3 Dale hasta un máximo de cinco golpes secos con la base de la mano en medio de la espalda, entre los omóplatos.
- 4 Comprueba después de cada golpe si ha aliviado la obstrucción de la vía respiratoria. El objetivo es liberar la obstrucción con cada golpe en lugar de dar los cinco golpes.
- 5 Si después de los golpes en la espalda no se elimina la obstrucción, pasa a los empujes en el pecho.

Empujes en el pecho a una persona atragantada consciente

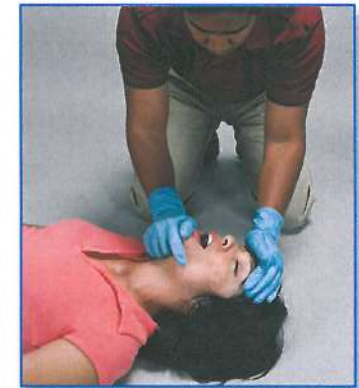
- 1 Colócate de pie, sentado o arrodillado detrás del paciente y coloca los brazos alrededor de su cuerpo, debajo de las axilas.
- 2 Identifica el mismo punto de compresión que para la RCP y dale hasta cinco empujes en el pecho. Estos son similares a las compresiones en el pecho, pero más secos y aplicados a un ritmo más lento.
- 3 Tras cada empuje en el pecho, comprueba para ver si la obstrucción de la vía respiratoria se la eliminado. El objetivo es liberar la obstrucción, en lugar de dar los cinco empujes en el pecho.
- 4 Si la obstrucción sigue sin aliviarse y el paciente sigue sin responder, continúa alternando cinco golpes en la espalda con cinco empujes en el pecho.
- 5 Si la obstrucción se elimina, anima al paciente a que respire y controla su estado.
- 6 Si el paciente pierde el conocimiento, empieza la RCP.

Adulto atragantado inconsciente

- 1 Si un adulto que responde y se está atragantando pierde el conocimiento mientras estás tratando de darle asistencia, ayuda cuidadosamente al adulto inconsciente a colocarse sobre el suelo.
- 2 Si aún no has llamado al SME, hazlo ahora.
- 3 Comienza la RCP según se indica en la Habilidad 4 – RCP en adultos: Compresiones en el pecho combinadas con respiraciones de rescate.
- 4 Tras cada serie de compresiones en el pecho, mira rápidamente si hay objetos u obstrucciones en la boca del adulto; puedes pasar un dedo si ves material sólido, pero evita empujar el objeto más hacia dentro, lo cual dificultaría la expulsión.
- 5 Si no ves ningún objeto o si el objeto ha sido retirado, aplica dos respiraciones de rescate.
- 6 Continúa con la RCP hasta aliviar la obstrucción o hasta que llegue el SME.



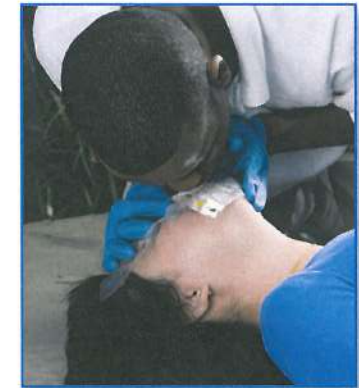
Activa el SME, comienza con la RCP



Mírale la boca; sácale cualquier obstrucción visible

Niño atragantado inconsciente

- 1 Si un niño que responde y se está atragantando pierde el conocimiento mientras estás tratando de darle asistencia, ayuda cuidadosamente al niño a colocarse sobre el suelo.
- 2 Grita pidiendo ayuda y asistencia.
- 3 Comienza con la RCP según se indica en la Habilidad 6 – RCP y uso del DEA en niños.
- 4 Tras cada serie de compresiones en el pecho, mira rápidamente si hay objetos u obstrucciones en la boca del niño; puedes pasar un dedo para sacarlo pero no hacerlo a ciegas, ya que podrías empujar el objeto más hacia dentro, lo cual dificultaría la expulsión.
- 5 Si no ves ningún objeto o si el objeto ha sido retirado, aplica dos respiraciones de rescate.
- 6 Continúa con la RCP- 30 compresiones en el pecho seguidas de dos respiraciones de rescate. Después de cinco ciclos de RCP, llama al SME y consigue un DEA si hubiera alguno cerca.
- 7 Continúa con la RCP hasta aliviar la obstrucción o hasta que llegue el SME.



Respiraciones de rescate

PONLO EN PRÁCTICA

En tu grupo de prácticas, realiza los pasos para atender a un adulto o niño consciente atragantado. Una persona es el guía y lee los pasos, otro es el paciente y un tercero es el socorrista de emergencias. Asegúrate de que todos tienen ocasión de actuar como socorrista de emergencias.

Recuerda: no le des empujes reales a otro participante durante la práctica. A continuación, comenta y/o pon en práctica los pasos para asistir a un niño o adulto que ha perdido el conocimiento debido a un incidente de atragantamiento. Tu instructor te guiará. Cambia las circunstancias según te indique tu instructor.

Habilidad 9 de CPR & AED

Atragantamiento en bebés

NOTA - Esta habilidad está basada en las pautas de la American Heart Association y es obligatoria en las regiones en que opera EFR Americas donde se enseñan habilidades de atención de emergencias en niños y bebés.

Requisito de rendimiento

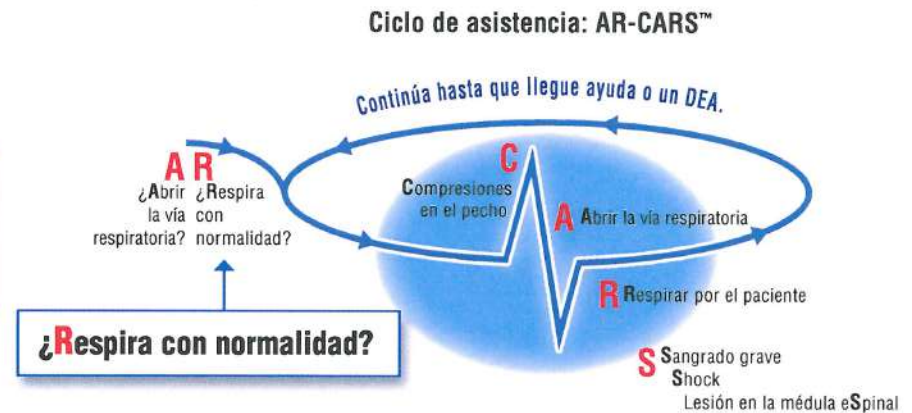
Demostrar la forma de prestar asistencia a un bebé atragantado que está consciente (que responde) o inconsciente (que no responde) con una obstrucción parcial o completa (grave) de la vía respiratoria.

Bebé atragantado consciente Cómo se hace

- 1 Si hay presente un padre, madre o tutor, formula la declaración del socorrista y pregúntale si puedes asistir al bebé.
- 2 Si hubiera alguien disponible, pídele que vaya a alertar al SME. Si estás solo, sigue asistiendo al bebé.
- 3 Mira en la boca del bebé y saca cuidadosamente cualquier objeto visible.



Mira en la boca del bebé y saca cualquier objeto visible.



Puntos clave

- ◆ Recuerda que debes detenerte, pensar y, después, actuar.
- ◆ Si el bebé está tosiendo, resollando o llorando (obstrucción parcial de la vía respiratoria), obsérvalo hasta que expulse el objeto mediante sus propios esfuerzos. Anima al bebé a seguir tosiendo para expulsar la obstrucción.
- ◆ Recuerda obtener el consentimiento del padre, madre o tutor antes de hacer nada.
- ◆ Si la obstrucción persiste durante más de algunos minutos, quédate con el bebé y pide a otras personas que avisen al SME o llévate contigo al bebé mientras llamas al SME.
- ◆ Mira rápidamente si hay objetos u obstrucciones en la boca del bebé; puedes pasar un dedo para sacarlo pero no hacerlo a ciegas, ya que podrías empujar el objeto más hacia dentro, lo cual dificultaría la expulsión.
- ◆ Si el bebé pierde el conocimiento, empieza la RCP. Las compresiones en el pecho pueden ayudar a expulsar la obstrucción.
- ◆ Los bebés que reciben tratamiento para un atragantamiento y están conscientes deben ser sometidos a una evaluación médica para descartar complicaciones que amenacen su vida.
- ◆ No realices empujes abdominales en bebés ya que podrías dañarles el hígado, que es relativamente grande y está desprotegido.

Golpes en la espalda a un bebé atagantado consciente

- 1 Coloca al bebé boca abajo sobre tu antebrazo y sujétale la cabeza y el cuello con la mano.
- 2 Con la cabeza del bebé ligeramente más baja que el cuerpo, dale hasta cinco golpes separados en la espalda entre los omóplatos con la palma de la mano. El objetivo es liberar la obstrucción con cada golpe en lugar de darle los cinco golpes.
- 3 Si, después de los cinco golpes, el objeto sigue sin salir, sujeta la cabeza del bebé y gíralo. Mantén la columna del bebé recta mientras lo giras.
- 4 Mira en la boca del bebé y saca cuidadosamente cualquier objeto visible.

Compresiones en el pecho para un bebé atagantado consciente

- 1 Para realizar compresiones en el pecho, coloca al bebé boca arriba (sobre el brazo o el muslo del socorrista) con la cabeza más baja que el cuerpo.
- 2 Encuentra el lugar para hacer las compresiones en el pecho. Este es el mismo lugar de compresión que el de la RCP en niños.
- 3 Dale hasta 5 compresiones separadas en el pecho. El objetivo es liberar la obstrucción con cada compresión en lugar de dar los cinco empujes en el pecho.
- 4 Mira en la boca del bebé y saca cuidadosamente cualquier objeto visible.
- 5 Si no expulsa el objeto, repite los golpes en la espalda y las compresiones en el pecho. Continúa hasta que el objeto sea expulsado y el bebé comience a respirar, llorar o toser o bien pierda el conocimiento.

Bebé atagantado inconsciente

- 1 Si un bebé atagantado que responde pierde el conocimiento mientras estás intentando ayudarlo, colócalo sobre una superficie plana y firme, como por ejemplo una mesa o una cuna.
- 2 Grita pidiendo ayuda y asistencia.
- 3 Comienza la RCP según se indica en la Habilidad 7 – RCP en bebés.
- 4 Después de cada ciclo de compresiones en el pecho, mira rápidamente en la boca del niño e intenta retirar cualquier obstrucción visible. Si ves un objeto, debes retirarlo cuidadosamente.
- 5 Si no ves ningún objeto o si el objeto ha sido retirado, aplica dos respiraciones de rescate.
- 6 Continúa con la RCP- 30 compresiones en el pecho seguidas de dos respiraciones de rescate. Después de cinco ciclos de RCP, llama al SME.
- 7 Continúa con la RCP hasta aliviar la obstrucción o hasta que llegue el SME.

PONLO EN PRÁCTICA

En tu grupo de prácticas, realiza los pasos para asistir a un bebé atagantado consciente utilizando un maniquí de bebé. Tu instructor te guiará. Cambia las circunstancias según te indique tu instructor.



Coloca al bebé boca abajo.



Dale hasta cinco golpes secos en la espalda y por separado.



Dale hasta 5 compresiones separadas en el pecho.



Mira en la boca del bebé y saca cualquier objeto visible.



Realiza RCP.



Respiraciones de rescate.