U2. Reanimación Cardiopulmonar (RCP)

Copyright 2026

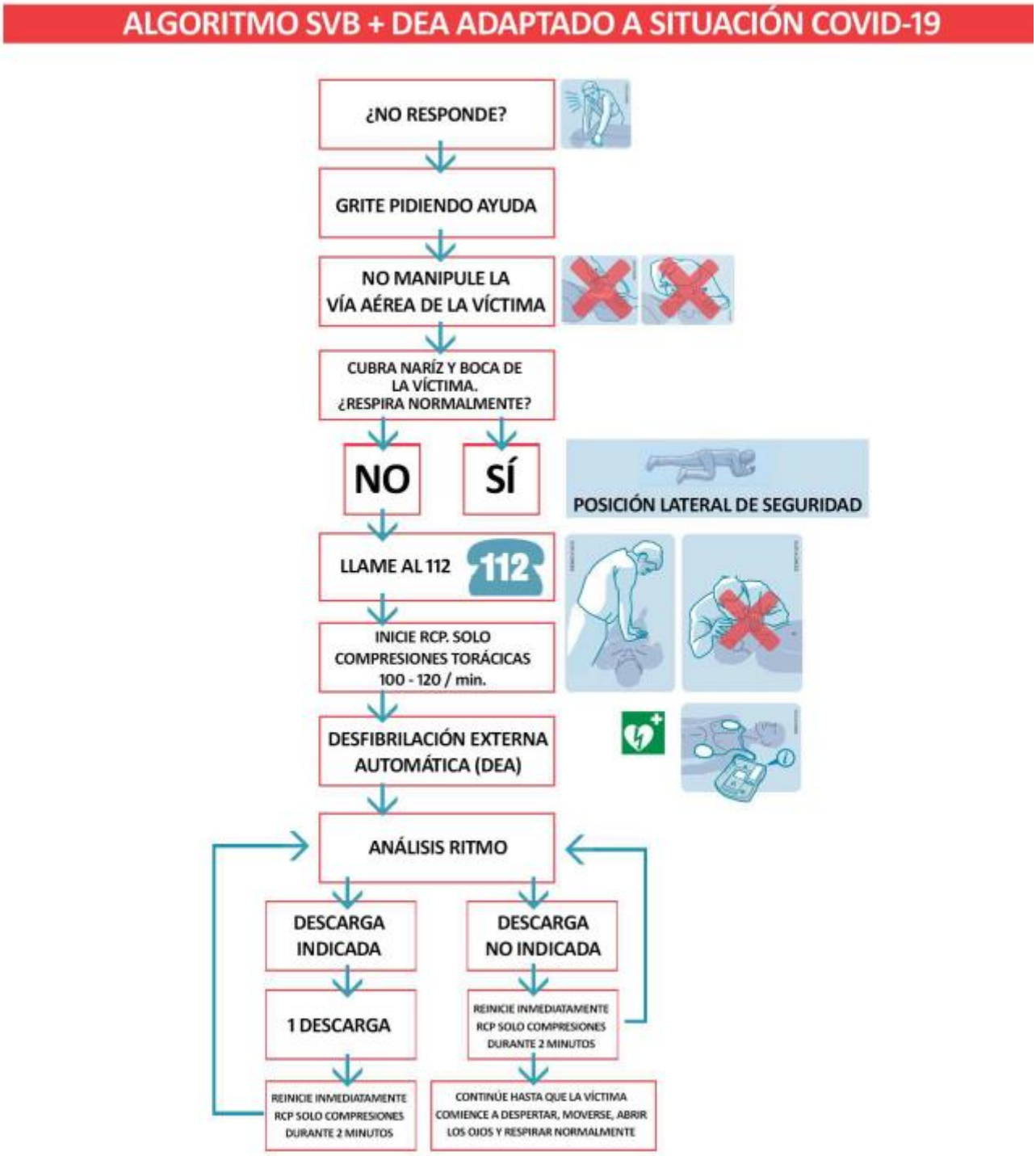


Imagen - Fig.2.2. Algoritmo SVB+DEA adaptado a COVID-19. Plan Nacional RCP. SEMICYUC. Licencia CC BY-NC-SA

Te presentamos algo que debes aprender, como profesor, y ante todo, como ciudadano, ya que sabiendo hacer correctamente una RCP, realizada siguiendo unos pasos encadenados correctamente, puedes salvar una vida que, en algunos casos, dependa de tu conocimiento y buena voluntad.

Copyright 2026

Recuerda que es recomendable que te hagas tu propio esquema para recordar los pasos y las secuencias de insuflaciones/compresiones, y que los videos que te proporcionamos te serán de máxima utilidad.

¡Ánimo, es fácil y te sentirás muy bien cuando domines la técnica!

Qué es la REANIMACION CARDIOPULMONAR

La Reanimación Cardiopulmonar Básica (RCP) es el conjunto de maniobras que permiten identificar si un paciente está en situación de parada del corazón y de los pulmones (cardiorrespiratoria) y realizar una sustitución de las funciones respiratoria y circulatoria, sin ningún equipamiento específico, hasta que la víctima pueda recibir un tratamiento más cualificado.

Por qué se produce esta situación:

La parada cardiorrespiratoria se produce por varias causas:

- Accidentes: de tráfico, por ahogamiento, atragantamiento con objetos, electrocución, intoxicaciones, asfixia u otras lesiones
- Patologías: congénitas graves u otras patologías como la bronquiolitis, asma, tos ferina, etc.
- Infecciones graves: como la meningitis

Cómo prevenir esta situación:

- Prevenir lesiones por accidentes de tráfico. Utilizar sillas homologadas según la edad del niño y conducir con precaución y sentido común.
- Prevenir atragantamientos con alimentos o cuerpos extraños. Enseñar al niño lo que debe comer y lo que no, y hacerlo de forma pausada. En niños más pequeños hay que estar atentos a que el niño no consuma objetos pequeños.
- Dar al niño juguetes aptos para su edad, que hayan pasado todos los controles de seguridad y calidad.
- Prevenir la ingesta de productos tóxicos. Mantener productos tóxicos, medicamentos, productos de limpieza, etc. fuera del alcance de los niños.
- Enseñar al niño a nadar desde pequeño.
- Enseñar al niño educación vial y a montar en bicicleta, triciclos, etc. de forma segura.

Copyright 2026

- **Nunca subestimes lo que puede hacer un niño.**

Por qué hay que comenzar precozmente con las maniobras de resucitación:

Si compruebas que en poco tiempo no se restablecen las funciones vitales dentro de la normalidad y el flujo de sangre del niño se detiene, esto puede causar daño cerebral o incluso la muerte. Por eso es importante continuar con la RCP hasta que vuelva el latido del corazón y la respiración de la persona o hasta que llegue ayuda médica.

Quién debe comenzar la resucitación cardiopulmonar:

La importancia de la RCP radica en que cualquier persona que conozca la técnica (padres, familiares, profesores, profesionales de la salud, etc.) puede realizarla en cualquier sitio y sin tener que esperar.

De hecho, es vital iniciar la RCP en los tres primeros minutos después de la parada cardiorespiratoria ya que sino, la probabilidad de que el paciente sufra secuelas es muy alto. La muerte puede ocurrir en tan sólo 4 ó 6 minutos.

Qué síntomas nos tienen que alertar:

- Pérdida de conocimiento.
- Paro respiratorio.
- Ausencia de signos de vida.

Fíjate en la siguiente imagen... piensa qué es lo que añadirías en el momento actual de la pandemia... En efecto, las mascarillas.



Imagen - Fig.2.3. Reanimar. Sergio Palao. ARASAAC. Licencia CC BY-NC-SA

Que pasos debemos seguir

Como vas a comprobar, el inicio es la parte correspondiente a lo que ya has estudiado en Primeros Auxilios y lo debes saber hacer: por lo tanto, te sirve de recordatorio, y te lo recordamos para que compruebes las secuencias encadenadas.

Importante

> **PREMISA A RECORDAR SIEMPRE Y EN TODO MOMENTO:**
> **Los pasos de la RCP siguen una secuencia lógica para garantizar la efectividad y éxito de la técnica. Por ello no debemos saltarnos ningún paso.**

Recomendaciones del Plan Nacional de RCP, adaptadas a Covid-19

Según las **recomendaciones del Plan Nacional de RCP, adaptadas a Covid-19,** “en el ámbito de la comunidad, las recomendaciones y la prudencia nos dicta a considerar a cualquier víctima en

situación de Parada Cardiorespiratoria (PCR) como si fuera una víctima con posible infección por COVID-19 y, por tanto, transmisor de la enfermedad para el reanimador que lo atienda. Por ello, resulta razonable adaptar la secuencia de atención a la PCR."

Tales recomendaciones PARA LOS PASOS A SEGUIR son:

1. COMPROBAR QUE LA ZONA ES SEGURA: antes de iniciar la RCP, como siempre, comprueba que la zona es segura.

2. PROTECCIÓN INDIVIDUAL: debido al riesgo de infección, tú como reanimador puedes cubrir la boca y nariz de la víctima con una mascarilla -en el caso que no la lleve- (si dispones de mascarilla quirúrgica, mascarilla KN95/FFP2) para evitar el efecto aerosol. No olvides protegerte con tu mascarilla antes de iniciar las maniobras de RCP.

3. VALORA EL PARO CARDÍACO: busca la ausencia de signos de vida y de respiración normal: para poder determinar la ausencia de respiración normal, no abras la vía aérea mediante la maniobra frente-mentón (que conoces) y no realices la maniobra “ver-oír- sentir” para comprobar si respira.

- Si la víctima está inconsciente y no respira normalmente, asume que está en situación de PCR.

- **Si la víctima está inconsciente pero tiene una respiración normal perfectamente objetivable,** colócalo en Posición Lateral de Seguridad, si no sospechas que exista riesgo de lesión medular, por ejemplo en el contexto de un accidente.

4. PIDE AYUDA: llama al 061 o al 112 y activa el altavoz u otra opción de manos libres en el teléfono móvil.

5. INICIA MANIOBRAS RCP: con solo compresiones torácicas ininterrumpidas hasta que llegue la ayuda que has solicitado.

La pauta es: profundidad 5-6 cm, frecuencia 100-120/min. **Muy Importante: NO intercales las respiraciones de rescate (respiraciones boca a boca) con las compresiones.**

6. PIDE UN DESFIBRILADOR EXTERNO AUTOMÁTICO (DEA): pídeselo a un testigo que esté contigo, por si hubiera uno cercano en un espacio cardioprotegido (es importante que esta información la sepáis).

7- LLEGADA DEL DEA: enciéndelo y abre el dispositivo.

- Coloca los parches autoadhesivos sobre el pecho de la víctima y sigue las indicaciones de los mensajes de voz/visuales del DEA.

Copyright 2026

- Un electrodo se coloca bajo la clavícula derecha y otro en la línea media axilar izquierda (costado izquierdo a unos 10 cm de la axila).
- Es importante que nadie toque a la víctima mientras el DEA realiza el análisis del ritmo cardíaco, especialmente en el momento de la descarga.

El uso precoz de un desfibrilador multiplica las posibilidades de supervivencia de la víctima y no aumenta el riesgo de transmisión de la infección.

8- HIGIENE DE MANOS TRAS LA REANIMACIÓN: tras la RCP con solo compresiones torácicas, todas las personas que habéis intervenido y tan pronto como sea posible, debéis lavaros bien las manos con agua y jabón o solución hidroalcohólica, para minimizar el riesgo de transmisión por el contacto con los fómites de la víctima. Además, se aconseja lavar la ropa utilizada durante las maniobras de RCP.

Nota: a continuación te dejamos para su visionado las recomendaciones clásicas, para que puedas comprobar los cambios introducidos.

Te aconsejamos la consulta de la bibliografía.

Pasos en la RCP:

1.Verificar el nivel de consciencia de la persona (paciente a partir de ahora). Podemos preguntar cómo se encuentra o practicarle leves sacudidas o palmadas, siempre y cuando tengamos la certeza de que no padece ninguna posible lesión en el cuello o en la cabeza debido a un accidente. Se debe observar si se mueve o emite algún ruido.

1.1 Si obtenemos respuesta. Si el paciente responde moviéndose o verbalmente, deberemos dejarlo en la posición lateral de seguridad (a menos que esté expuesto a algún peligro adicional o sospechemos posible lesión medular), comprobar su estado y pedir ayuda si fuera necesario.

1.2 Si no obtenemos respuesta, pedir ayuda. Si el paciente está inconsciente debemos pedir ayuda a alguna persona cercana. Si no hay nadie cerca no debemos dejarlo solo.

2. Colocar al paciente boca arriba. Debemos tumbar al paciente sobre una superficie dura y plana, con la cabeza boca arriba y las extremidades alineadas. Es importante evitar rotar la cabeza y el cuello, ya que si el paciente ha sufrido un accidente podría tener lesiones cervicales.

3. Abrir las vías respiratorias. Para la apertura de las vías respiratorias se realizará la maniobra llamada "frente-mentón" destinada a facilitar la entrada de aire por la boca.

- Para evitar que la lengua caiga hacia atrás, debemos levantar la barbilla con la cabeza fija y con una mano.

Copyright 2026

- A la vez, con la otra mano inclinaremos la cabeza del paciente hacia atrás empujando la frente hacia abajo con la otra mano.
- En caso de presencia de un cuerpo extraño visiblemente y fácilmente extraíble en la boca, se intentará retirarlo con la punta de los dedos, pero nunca deberemos realizar un barrido a ciegas de la cavidad bucal.

4.Valorar y comprobar la respiración del paciente. Debemos situar nuestro oído cerca de la nariz y boca del paciente y observar el tórax para comprobar si respira.

- Observaremos, escucharemos y sentiremos durante no más de 10 segundos antes de decidir si la víctima respira con normalidad.
- Si hay alguna duda actuaremos como si NO fuera normal.

5. Si respira, lo colocaremos en posición lateral de seguridad (PLS) siempre que sea posible y llamaremos a urgencias hasta la llegada de los equipos asistenciales comprobando en todo momento su respiración. ¡Ya sabes hacerlo, recuérdalo!



Imagen - Fig.2.4. Pasos PLS

6. Si el paciente no respira y estamos acompañados de otra persona, debemos indicarle que avise a emergencias (061 o 112).

Mientras, nosotros no nos separaremos del paciente e iniciaremos la respiración artificial (boca-boca). ¡Ya sabes hacerlo, recuérdalo!

Para ello, nos colocaremos de rodillas junto a la cabeza del paciente y seguiremos los siguientes pasos:

1. Abrir las vías aéreas.
2. Tapar la nariz del paciente.
3. Inspirar profundamente.
4. Colocar nuestros labios alrededor de la boca del paciente (si es menor de un año podemos cubrir boca y nariz a la vez de manera que quede completamente sellada).
5. Hacer 5 insuflaciones de rescate (soplos) uniformes hasta comprobar que el tórax del niño se eleva. Retirar la boca para tomar aire y observar que el tórax vuelve a bajar. Entre cada insuflación debemos mantener la posición de la cabeza y las manos, pero debemos retirar la boca para facilitar la respiración.

Mientras se realizan las insuflaciones de rescate, deberemos comprobar si provocan alguna respuesta en forma de movimientos, respiraciones o tos. Si no conseguimos que entre aire, deberemos sospechar que algún objeto está obstruyendo las vías respiratorias.

7. Comprobar signos de vida. Para comprobar los signos de vida deberemos observar signos de tos, movimientos y/o respiración.

- **Si presenciamos signos de vida**: seguir con la ventilación boca a boca a un ritmo de 20 por minuto hasta la llegada de los servicios de asistencia comprobando en cada momento su estado de respiración y los latidos de su corazón.
- **Si NO presenciamos signos de vida: si el niño sigue inconsciente, no respira, no se mueve o tiene mal color, son otros signos de que su corazón no late. Iniciaremos las compresiones torácicas.**

8. Realizar las compresiones torácicas. El objetivo es comprimir el tórax contra la espalda de forma rítmica para conseguir que la sangre salga del corazón y circule por el cuerpo.

Colocaremos al paciente boca arriba en un plano duro y con las extremidades alineadas y seguiremos estos pasos:

- Colocar el talón de la mano en el esternón, justo por debajo de los pezones, nunca en el extremo del esternón.
  - En los niños menores de 1 año colocaremos 2 dedos.
  - En niños mayores de 8 años podemos utilizar las 2 manos.
- Para niños menores de 8 años, colocar la otra mano de manera que aguante la frente un poco inclinada hacia atrás.
- Aplicar presión hacia abajo en el pecho del niño comprimiéndolo entre 1/3 y 1/2 de su profundidad.

Copyright 2026

- Hacer 30 compresiones dejando que el pecho se eleve completamente. Deberemos hacer estas compresiones de forma rápida, fuerte y sin pausa.
- A continuación hacer 2 insuflaciones más.
- Continuar la RCP (30 compresiones cardíacas, seguidas de 2 insuflaciones y repetir)



9. Llamar a urgencias y comprobar signos de vida. Si al cabo de un minuto de empezar la RCP, seguimos solos y no hemos podido llamar a urgencias (061 o 112), deberemos hacerlo en este momento.

A los 2 minutos deberemos comprobar la eficacia de nuestras maniobras: aparición de signos de vida y/o respiración espontánea.

10.Finalizar la RCP. Deberemos continuar combinando 30 compresiones torácicas con 2 ventilaciones hasta que:

- Llegue la ayuda del profesional
- La víctima recupere la respiración efectiva
- Estemos exhaustos

Es importante recordar que no es lo más adecuado realizar maniobras de reanimación con el lactante en brazos y en movimiento. Pero, sí hemos de movernos, y de forma excepcional, podemos movilizar al niño en caso de que nos desplacemos para solicitar ayuda y continuar las maniobras en el otro lugar.

Copyright 2026

> El 21/10/2020 se publicaron las**nuevas guías AHA 2020** (*2020 CPR&ECC guidelines*) con las nuevas recomendaciones ante una RCP, que integran lo publicado anteriormente: lo importante para ti es que NO se incorporan aspectos específicos respecto a la RCP en el contexto pandémico COVID19 excepto lo referente a la respiración.

https://www.youtube.com/embed/XopewSZdwu8

Desfibrilador

El **desfibrilador es** un aparato eléctrico que sirve para lograr que el corazón retorne a su ritmo normal en determinadas situaciones, por lo que puede servir para realizar la reanimación en una parada cardiorrespiratoria.

Existen 2 tipos:

- Los Desfibriladores Semiautomáticos Externos (DESA)
- Los Desfibriladores Automáticos Externos (DEA)

Nosotros vamos a detallarte los **DEA**, ya que analizan el ritmo cardiaco y, si consideran que es necesario iniciar la descarga, avisan y pueden realizarla automáticamente. Son muy sencillos de utilizar, y a través del foro te ayudaremos a aprender muchas más cosas relativas a ello.

De momento, quédate con la secuencia de la imagen:

Copyright 2026

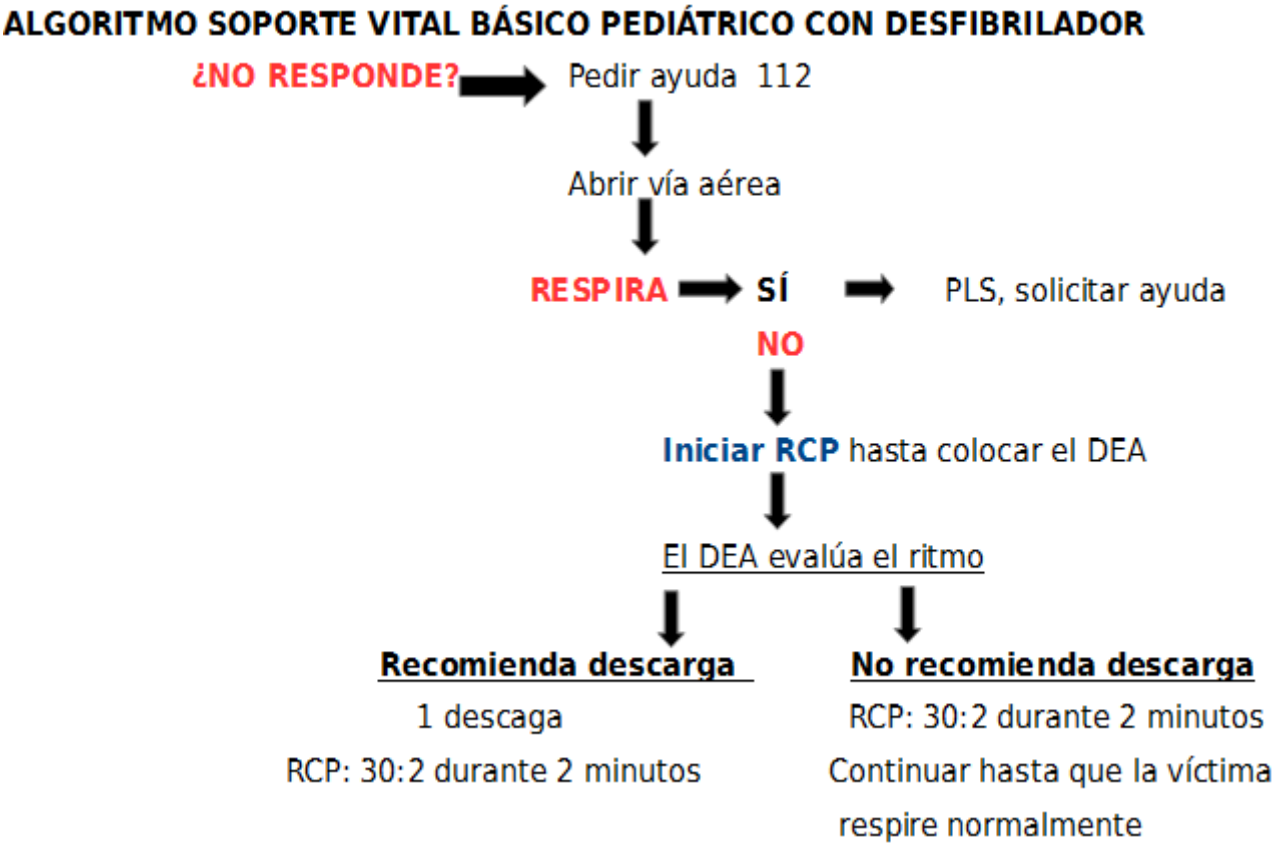


Imagen - Fig.2.6. Esquema DEA

Revision #9
Created 2022-04-04 14:41:52 CEST by Equipo CATEDU
Updated 2022-04-15 18:14:30 CEST by Felipe Juanas

Copyright 2026