

# RCP CON SOLO LAS MANOS

PARA CUANDO PRESENCIE UN DESMAYO REPENTINO



American  
Red Cross

1.

## REVISE y LLAME

1. **REVISE** el lugar, después **REVISE** a la persona.
2. De palmaditas en el hombro de la persona y pregunte en voz alta: "¿Se siente bien?" y revise si la persona está respirando.
3. Si la persona no responde, **LLAME** al 9-1-1
4. Si la persona no responde y no respira, empiece las compresiones de pecho.

### CONSEJO:

- Si es posible use guantes desechables durante el procedimiento.
- Los jadeos ocasionales no son respiración



2.

## DECOMPRESIONES DE PECHO

1. Coloque la base de una mano en el centro del pecho.
2. Coloque la otra sobre la primera, entrecruzando los dedos.
3. Manteniendo los brazos extendidos, posicione sus hombros encima de las manos.
4. Empuje con fuerza, empuje rápido.
  - Comprima el pecho un mínimo de 2 pulgadas.
  - Comprima al menos 100 veces por minuto.
  - Permita que el pecho vuelva a elevarse por completo antes de comprimir el pecho hacia abajo nuevamente.
5. Continúe las compresiones de pecho.



3.

## NO PARE

### Excepto en una de estas situaciones:

- Usted ve un signo de vida evidente (respiración).
- Otra persona capacitada llega y se hace cargo.
- Llega personal del servicio médico de emergencia.
- Este demasiado cansado para continuar.
- Un DEA está listo para ser utilizado.
- El lugar sea peligroso

AED

## DEFIBRILADOR EXTERNO AUTOMATIZADO

### Si un DEA está disponible

1. Encienda el DEA.
2. Limpie el pecho de la persona para que este seco.
3. Coloque los electrodos.
4. Conecte el cable de los electrodos si es necesario.
5. Asegúrese que nadie está tocando a la persona.
6. Prima el botón de analizar ("Analyze"), si es necesario.
7. Si el DEA indica que se recomienda una descarga oprima el botón de descarga ("Shock").
7. De compresiones y siga las indicaciones del DEA.

Visite [cruzrojaamericana.org](http://cruzrojaamericana.org) o llame la oficina local de la Cruz Roja Americana para inscribirse en un curso de RCP. Primeros auxilios capacitación para niñeras, primeros auxilios para mascotas y mucho más.

Developed with the support of the American Red Cross Badger Chapter.