

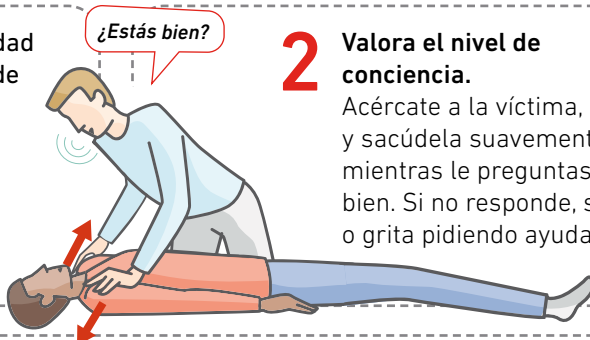
RCP básica

La reanimación cardiopulmonar (RCP) es el conjunto de maniobras esenciales para sustituir la circulación y la respiración, mantener las funciones cerebrales y conseguir la recuperación de la víctima que está en parada cardiorrespiratoria.

A continuación, mostramos los **pasos a seguir para realizar la RCP básica**.

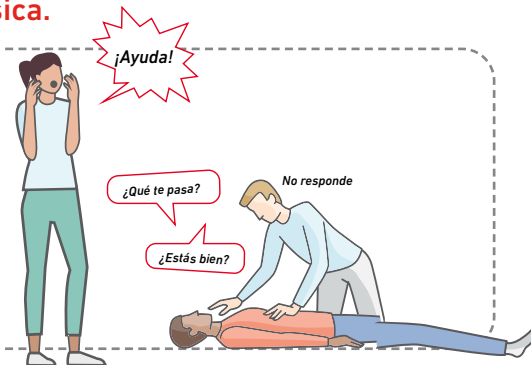
1 Asegura la seguridad del reanimador y de la víctima.

Ten especial cuidado cuando se está en ambientes externos, como la calle.



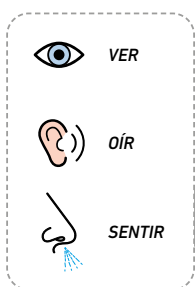
2 Valora el nivel de conciencia.

Acércate a la víctima, y sacúdela suavemente, mientras le preguntas si está bien. Si no responde, solicita o grita pidiendo ayuda.

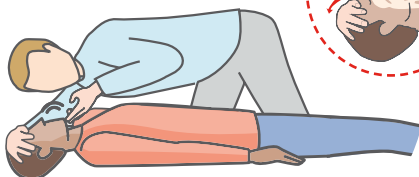


3 Abre la vía respiratoria y valora la respiración.

Si está inconsciente, realiza la maniobra frente-mentón para conseguir la apertura de la vía respiratoria. A continuación, ve, oye y siente durante máximo 10 segundos para comprobar si la víctima respira normalmente.



No respira



Si la víctima **no respira**, o respira de forma anormal (boqueadas agónicas), sigue con el resto de maniobras de reanimación cardiopulmonar.

Si la víctima **respira** se la colocará en posición lateral de seguridad o posición de recuperación, se solicitará ayuda.



A la espera de la llegada de la ayuda especializada, se irá reevaluando a la víctima de manera periódica.

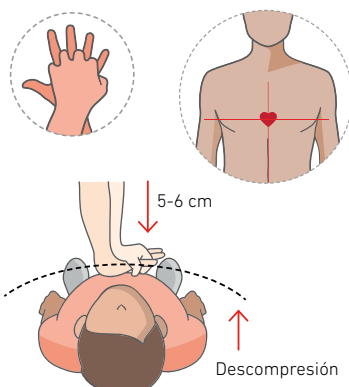
4 Llama al 112 o 061.

Si la víctima no responde y la respiración no es normal o está ausente, llama de manera inmediata al 112/061. Coloca el teléfono en manos libres.



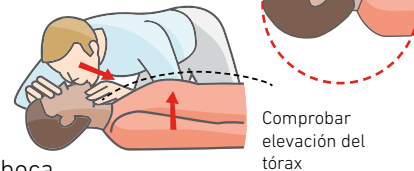
5 Aplica compresiones torácicas.

Rápidamente se inician tandas de 30 compresiones sobre superficie firme siempre que sea posible.



6 Realiza ventilaciones de rescate.

A continuación, procede nuevamente a la apertura de la vía respiratoria mediante la maniobra frente-mentón, y realiza 2 respiraciones mediante la técnica del boca-boca.



Continúa con secuencias de 30 compresiones y 2 respiraciones (llamado el ciclo de 30:2). No se deben interrumpir las compresiones durante más de 10 segundos para administrar ventilaciones. En el caso de que no se esté dispuesto o entrenado para hacer las ventilaciones, se pueden realizar compresiones ininterrumpidamente.

7 Continúa con la reanimación.

Sigue hasta que llegue ayuda especializada o bien la víctima comience a despertar y respire con normalidad. Si el reanimador se encuentra exhausto, también es motivo para suspenderla. Utiliza el DEA en cuanto esté disponible.

