



RESUCITACIÓN CARDIOPULMONAR (RCP):

ADULTOS Y NIÑOS

(Niños: De 1 hasta la Pubertad; Adultos: Desde la Pubertad y Mayor)

(<http://www.saludmed.com/RCP-Adultos-Ninos/RCP-Adultos-Ninos.html>)

(<http://www.saludmed.com/RCP-Adultos-Ninos/RCP-Adultos-Ninos.pdf>)

Profesor Edgar Lopategui Corsino

Catedrático Asociado

M.A., Fisiología del Ejercicio

Ed.D., Liderazgo e Instrucción en la Educación a Distancia

(elopategui@intermetro.edu; lopatequiedgar@gmail.com;

saludmedpr@gmail.com)

PASO 1: ESCENA SEGURA:

Comprobar que el Ambiente de Emergencia sea Seguro:

1. Hay que asegurar que el escenario de urgencia sea seguro, de manera que no haya peligros potenciales en los alrededores para el socorrista y la víctima:
 - a. Observar e inspeccionar el entorno circundante para:

Descartar posibles riesgos para el rescatador y accidentado.

PASO 2: DETERMINAR IMPASIBILIDAD:

Establecer el Nivel/Estado de Consciencia:

R = Responsive?: Verificar si la Víctima Responde:

1. **Tocar, Dar unas Palmadas, o Mover (Sacudir) los Hombros:** Con cuidado (levemente), mientras se:

Grita: “¿Está usted bien?”, “¿Le pasa algo?”, “¿Se siente bien?”, “¡Despierta!”
2. Si la víctima responde, solicite un historial SAMPLE y observe y pregunte por DOTS.
3. Si el adulto o niño no responde, siga el paso de abajo.



PASO 3: ACTIVAR EL SISTEMA DE EMERGENCIAS MÉDICAS/DEA:
Active el Sistema de Emergencias Médicas y busque un
Desfibrilador Externo Automático (DEA):

A = Activate EMS and get an AED:

Llamar al Número Local de Emergencias Médicas y buscar un DEA:

1. Una vez se establezca la falta de consciencia/respuesta:
 - a. Grite solicitando ayuda cercana:

“¡Auxilios!”, “¿Alguien puede ayudarme?”,
2. Rescatador SOLO junto a un: Observador con móvil:
 - a. Si alguien se acerca para ayudar y tiene un teléfono móvil:
 - 1) Solicite que llame al 9-1-1 con su teléfono móvil y busque un DEA.
 - 2) Pídale que coloque su móvil en modo de altavoz para que se escuchen las instrucciones que ofrece el operador telefónico de emergencias.
3. Rescatador SOLO junto a un: Observador sin móvil:
 - a. Si alguien acude para asistir al rescatador, pero no posee un teléfono móvil:
 - 1) Pídale que busque un teléfono para que llame 9-1-1 y consiga un DEA:

Esto, mientras el socorrista continua prestando ayuda de emergencia.
4. Rescatador SOLO: Posee Móvil:
 - a. Si el rescatador está solo y posee un teléfono móvil o un teléfono cerca:
 - 1) Para los **adultos**:
 - a) Llame al 9-1-1 con su teléfono móvil.
 - b) Coloque su móvil en modo altavoz para que se escuchen las instrucciones que ofrece el operador telefónico de emergencias, mientras el socorrista continúe prestando ayuda de emergencia.



- c) Buscar un DEA.
- 2) En el caso de un **niño**, antes de llamar al 9-1-1:
 - a) Administre cinco (5) ciclos de:
 - ▶ 30 compresiones torácicas
 - ▶ 2 ventilaciones de rescate
- 4. Rescatador SOLO: No Posee Móvil:
 - a. Si el socorrista se encuentra solo y no tiene un teléfono móvil:
 - 1) Si es un **adulto**:
 - a) Deje a la víctima
 - b) Indague por un teléfono y llame al 9-1-1
 - c) Buscar un DEA.
 - d) Vuelva con la víctima y continúe prestando asistencia de urgencia.
 - 2) Si es un **niño**:
 - a) Administre cinco (5) ciclos de:
 - ▶ 30 compresiones torácicas
 - ▶ 2 ventilaciones de rescate
 - b) Llame al 9-1-1

PASO 4: COTEJAR RESPIRACIÓN:

Comprobar si Respira la Víctima: *Durante 5 a 10 segundos:*

B = Breathing?: Boca: Verificar la Respiración o Respiración Agónica:

- 1. Si el adulto o niño no responde, verifique si respira o si tiene una respiración agónica/forzada:
 - a. Coloque a la víctima boca arriba, sobre una superficie firme.
 - 1) Observe y busque desde la cintura hasta el cuello por movimientos:

Elevación y descenso de tal región del cuerpo.



- 2) Verificar respiración agónica o forzada:
Jadea/boquea ocasionalmente:
 - a) Resoplido
 - b) Ronquido
 - c) Gemino
- 3) Si el adulto o niño no respira o solo jadea/boquea, siga el paso próximo.

PASO 5: Realizar RCP: 30 Compresiones y 2 Ventilaciones:

C = Chest Compressions: *Compresiones Torácicas:* ***100 a 120 compresiones por minuto***

1. Asegurar que el adulto o niño se encuentre recostado boca arriba, sobre su espalda sobre una superficie plana y firme.
2. Retire con prontitud cualquier ropa gruesa. Si se imposibilita quitar la ropa, continuar con el RCP sobre su vestimenta.
3. Si se consigue un DEA:
 - a. Retire toda la ropa de la víctima que cubra su pecho

Los parches del DEA no se deben colocar sobre la ropa.
4. Aplicar 30 compresiones torácicas (esternales o pecho):
 - a. Para un **adulto**:
 - 1) Coloque el talón de una mano sobre el centro del pecho de la víctima y sobre la mitad inferior de su esternón (hueso del pecho).
 - 2) Coloque su otra mano en el tope de la primera, entrelazando los dedos de ambas manos.
 - 3) Mantenga sus dedos fuera del pecho de la persona. Oriente tales dedos directamente fuera de usted. Evite cruzar sus manos.
 - b. Para un **niño**:
 - 1) Utilice una mano.
 - 2) Por el otro lado, dependiendo del tamaño del niño y del socorrista, puede ser necesario utilizar dos (2) manos.



5. Técnica y procedimiento para las compresiones sobre el pecho (esternón):
- a. Mantener su brazos rectos y codos trancados.
 - b. Hombros orientados directamente sobre las manos del socorrista.
 - c. Comprimir fuerte el esternón de la víctima y directamente (vertical) hacia abajo.
 - d. El socorrista debe emplear la región superior de su cuerpo para comprimir el pecho. Es vital evitar un movimiento de mecedora (i.e., balancearse hacia atrás y hacia adelante) al aplicar las compresiones.
 - e. Comprima el esternón de la víctima de forma rítmica, evitado retirar el talón de la mano sobre el pecho, es decir, nunca ejercer un movimiento de rebote, o de golpe, con las manos.
 - f. Continuar el ritmo de las compresiones hasta las 30 compresiones, sin detenerse:
 - 1) Siga el formato: **uno-y-dos-y-tres-y-cuatro...hasta treinta**, donde todos los **números** son la **compresión** con la "y" representando la **relajación** (i.e., al subir el talón del pecho del adulto o niño).
 - 2) Así, permita que el pecho regrese a su posición normal luego de cada compresión.
 - 3) Por lo tanto, evite interrumpir/contener el movimiento de las compresiones:
 - a) en la posición superior (tope, la "y") o
 - b) en la posición inferior (fondo la "el número")
 - g. Luego de cada compresión, permita que el tórax se eleve, es decir, suba a su posición original.
 - h. Nunca se recueste sobre el pecho del accidentado:
 - i. Profundidad de las compresiones:
 - 1) **Adultos:**

Debe ser a al menos 2 pulgadas (5 cm).
 - 2) **Niños:**



Debe ser aproximadamente 2 pulgadas (5 cm) o alrededor un tercio de profundidad del pecho en el niño.

j Cadencia/frecuencia de las compresiones torácicas”

Comprime el esternón a un ritmo elevado, de 100 a 120 compresiones por minuto.

PASO 6: ABRIR VÍAS RESPIRATORIAS:

Abra la Vía Respiratoria: *Dos (2) Opciones:*

A = Airway Open?: Abrir: Vías Aéreas:

1. **Primera Opción:** En ausencia de trauma cervical:
 - a. Método de inclinación de la cabeza combinada con el levantamiento de la barbilla:
 - 1) La palma de una mano colocada sobre la frente de la cabeza de la víctima. Aplique presión con esta mano para poder inclinar hacia atrás la cabeza, a la misma vez que:
 - 2) Se colocan los dedos de la otra mano en la parte ósea de la barbilla para:
 - a) Aplicar presión hacia adentro y hacia arriba con la finalidad de levantarla.
 - b) Evite presionar los tejidos blandos debajo de la mandíbula.
 - c) No emplee el dedo pulgar para esta maniobra
 - 3) Asegúrese que la boca de la víctima se encuentre abierta.
2. **Segunda Opción:** Se sospecha trauma en la región cervical, cuello o espalda (columna vertebral):
 - a. No utilizar la técnica de la inclinación de la cabeza hacia atrás y el levantamiento del mentón de la víctima.

PASO 6: INSUFLACIONES:

Administrar dos (2) Ventilaciones:

1 segundo de duración cada una:

B = Breaths?: Boca: Insuflar:



1. Mantenga la vía respiratoria abierta según la técnica correspondiente descrita en el PASO 6.
2. Para evitar el escape de aire por la nariz, pinche o aprieta la nariz de la víctima con el dedo pulgar y el índice de la mano que mantiene inclinada la cabeza.
3. Selle sus labios herméticamente sobre los labios de la víctima e insufla por la boca de ésta, observando si el pecho de la víctima sube:
 - a. Tiene la opción de emplear una mascarilla protectora para su boca.
4. Cada insuflación de rescate se aplica a razón de 1 segundo cada una.
 - a. Se deben aplicar 2 ventilaciones. Cada respiración artificial (o de rescate) debe poseer una duración de un (1) segundo.
 - b. Evite ventilar forzosamente y con una duración prolongada.
 - c. Tome una respiración normal entre cada insuflación:

Se hace una pausa para coger aire luego de la primera insuflación. Esto asegura una mayor concentración de oxígeno que eventualmente será administrada a la víctima.
5. Como se mencionó previamente, para verificar si las ventilaciones son efectivas, coteje siempre que el pecho se eleve durante cada insuflación.
6. Permita que el pecho baje después de cada insuflación.
7. Si en el primer intento de ventilar no sube el pecho
 - a. Repita el procedimiento para abrir la vía respiratoria e intente insuflar de nuevo.
 - b. Si aún no entra aire, reanude el RCP (30 compresiones y 2 ventilaciones).
 - c. Cada vez, antes que se administre la primera de las dos (2) ventilación, abra la vía respiratoria y busque por un objeto; si lo puede ver, remuévalo.
8. Recordatorio: Luego de administrar las dos (2) insuflaciones, continuar con las 30 compresiones torácicas.
9. Evite interrumpir las compresiones y ventilaciones por más de 10 segundos.
10. Continúe aplicando los ciclos de 30 compresiones y dos (2) ventilaciones hasta que llegue una DEA

**PASO 7: UTILICE UN DEA: *tan pronto sea posible:***

1. Encienda el DEA y siga sus instrucciones.
2. Coloque los parches de desfibrilación para el adulto:
3. Permita que el DEA realice un análisis:
4. Asegúrese que nadie esté tocando al infante
- f. De ser recomendado por el sistema, administre una descarga.

PASO 8: Seguimiento: *Mantener el RCP:*

1. Continúe con la administración del CPR en el adulto o niño hasta que:
 - a Llegue alguien que posea el mismo adiestramiento, o más avanzado, de manera que lo pueda sustituir para la administración del RCP.
 - b. Llegue ayuda médica avanzada.
 - c. La víctima reaccione:
 - 1) Comience a respirar
 - 2) Se mueva
 - 3) Parpadee
 - d. El rescatador se encuentre físicamente muy agotado y no pueda continuar la RCP.

REFERENCIAS

American Heart Association (2021). *Libro del estudiante Heartsaver®: Primeros auxilios, RCP y DEA* (pp. 72-73). Mesquite, TX: American Heart Association.

Thygerson, A. L., Thygerson, S. M., & Thygerson, J. S. (2022). *Advanced first aid, CPR, and AED* (8va ed., pp. 67-70). Burlington, MA: Jones & Bartlett Learning, LLC, an Ascend Learning Company.

REVISADO: 10 de marzo de 2026