



**Prof. Edgar Lopategui Corsino**  
**M.A., Fisiología del Ejercicio**

## SOPORTE BÁSICO PARA LA VIDA – EMERGENCIAS RESPIRATORIAS: **ADULTOS: En la Pubertad o Mayor**

PROFESIONALES DE LA SALUD -- *ADIESTRADOS EN CPR*: **UN RESCATADOR**  
**\* HOJA DE COTEJO \***  
**(RERAP-CAB)**

<b>R: RECONOCIMIENTO: INMEDIATO DE LA EMERGENCIA</b>	¿Hecha?	
	Sí	No
<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Aparente Presencia de Accidentado Colapsado: <i>No tiene Vida/No Responde:</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausencia de movimientos.      • Sin respuesta al estímulo.</li> </ul> </li> <li>▶ Tipos de <i>Emergencias:</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Respiratorias</b> - Ejemplos: <ul style="list-style-type: none"> <li>▣ <i>Paro respiratorio.</i></li> <li>▣ <i>Obstrucción de la vía respiratoria.</i></li> </ul> </li> <li>• <b>Cardiacas</b> - Ejemplos: <ul style="list-style-type: none"> <li>▣ <i>Paro cardíaco.</i></li> <li>▣ <i>Fibrilación ventricular.</i></li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>		
<b>E: ESCENA: SEGURA</b>	¿Hecha?	
	Sí	No
<p>Establecer que no hay- <i>Peligros Circundantes:</i>  <b>Observar/Inspeccionar Alrededores:</b> Descartar posibles riesgos para el socorrista y víctima.</p>		
<b>R: RESPUESTA: DETERMINAR IMPASIBILIDAD</b>	¿Hecha?	
	Sí	No
<p>Establecer - <i>Nivel de Conciencia:</i> <b>Consciente o No Responde:</b>  <b>Tocar, Dar una Palmada, o Mover los Hombros:</b> Con cuidado (levemente), mientras:  <b>Gritar:</b> “¿Está usted bien?”, “¿Le pasa algo?”, “¿Se siente bien?”, “¡Despierta!”  <b>Observar por Signos que puedan evidenciar la presencia de vida:</b> Ejemplos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ Algún tipo de movimiento o contracción muscular evidente.</li> <li>▶ Parpadeo de los ojos.</li> <li>▶ Emisión de algún sonido (Ej: gemido), o el accidentado habla.</li> <li>▶ Otros.</li> </ul> <p><b>NOTA:</b> Durante la evaluación del estado de conciencia, casi simultáneamente se requiere:  <i>Verificar la posible ausencia de la respiración o una respiración dificultosa (Ej: jadeando),</i>  antes de: Activar el Sistema de Emergencias Médicas: <i>Llamar el 9-1-1 y buscar un DEA.</i></p> <p>Respiración- <i>Comprobar su Ausencia o Respiración Agónica:</i>  <b>Verificar si Respira:</b> PROCEDIMIENTO:</p> <p><b>¿NO RESPONDE?:</b> al DETERMINAR IMPASIBILIDAD: Nivel de Conciencia.  <b>¿NO RESPIRA?:</b> al OBSERVAR LA VÍCTIMA por signos específicos.  <b>¿JADEA/BOQUEA?:</b> representa una RESPIRACIÓN AGÓNICA/FORZADA – Signos:  (1) resoplido, (2) ronquido, o (3) gemido</p> <p>Si la víctima no responde, ésta se encuentra inconsciente, en cuyo caso se deberá:</p>		



<b>A: ACTIVAR EL: SISTEMA DE EMERGENCIAS MÉDICAS Y DEA</b>		<b>¿Hecha?</b>	
		<b>Sí</b>	<b>No</b>
<p>Gritar por Ayuda: <i>"¡Auxilio!", "¿Alguien puede ayudarme?"</i> :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▶ Un Rescatador – <i>Socorrista está SOLO (nadie acude al llamado de auxilio):</i><ul style="list-style-type: none"><li>• Si ninguna persona responde: <i>Llame al 9-1-1 y busque un DEA (Defibrilador Externo Automático), de estar disponible.</i></li></ul></li><li>▶ Dos Rescatadores – <i>ACOMPANADO (por otro socorrista, o curioso/observador):</i><ul style="list-style-type: none"><li>• Si alguien responde, o se encuentra cerca curioso/observador: <i>"¡Tú, busca ayuda!"</i>: <i>Solicite que llame al 9-1-1 y consiga un DEA.</i></li></ul></li></ul> <p>Activación del Sistema de Emergencias Médicas (SEM) – <i>Teléfonos:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▶ <b>Comunidad:</b> 9-1-1    ▶ <b>Instalación Física o Institución:</b> Llamar a su número de emergencia.</li><li>▶ <b>TELÉFONOS DE EMERGENCIAS MÉDICAS LOCALES EN PUERTO RICO:</b><ul style="list-style-type: none"><li>• <b>San Juan:</b> 787-343-2525        • <b>Bayamón y Carolina:</b> 787-342-2222</li></ul></li></ul>			
<b>P: POSICIONAR: A LA VÍCTIMA</b>		<b>¿Hecha?</b>	
		<b>Sí</b>	<b>No</b>
<p>Colocar Sobre su Espalda – <i>Recostada en una Superficie Sólida y Plana:</i></p> <p><b>Víctima en Pronación (Boca abajo):</b> Virar a la Víctima Sobre su Espalda, Como Una Sola Unidad:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>▶ Rodar a la víctima hasta que se ubique su espalda sobre el suelo (superficie firme y plana).</li><li>▶ En todo momento, mantenga estabilizado el cuello y la cabeza.</li><li>▶ El rostro deberá estar hacia arriba, y los brazos a los lados.</li></ul>			
<b>C: CIRCULACIÓN: COTEJAR PULSO CARÓTIDO</b>		<b>¿Hecha?</b>	
		<b>Sí</b>	<b>No</b>
<p>Determinar la Presencia de un Pulso – <i>No Más de 10 Segundos:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>▶ <b>Técnica – Verificar un Pulso en la Arteria Carótida:</b><ul style="list-style-type: none"><li>• Mantenga la vía de aire abierta:<ul style="list-style-type: none"><li>▣ <i>La palma de una mano sobre la frente (en la cabeza) de la víctima.</i></li><li>▣ <i>Inclinar hacia atrás la cabeza del accidentado.</i></li></ul></li><li>• Localice el punto de presión carotideo:<ul style="list-style-type: none"><li>▣ Con los dos primeros dedos (índice y corazón) de la otra mano.</li><li>▣ Palpe el cartílago tiroideo (manzana de Adán, laringe o cámara de voz).</li><li>▣ Deslice sus dedos lateralmente hacia el surco a lo largo de la laringe: <i>Depresión ubicada entre la tráquea y el músculo esternoclenomastoideo.</i></li></ul></li><li>• Palpe la arteria carótida:<ul style="list-style-type: none"><li>▣ <i>Aplique una leve presión sobre tal arteria.</i></li><li>▣ <i>Intentar sentir el pulso carótido durante 5 a 10 segundos.</i></li></ul></li></ul></li></ul> <p><b>NOTA:</b> Siempre <b>trabajar el lado suyo</b>, es decir, la arteria carótida próxima a usted. Mientras se examina el pulso, también se deberá observar otros signos de vida, como: (1) respiración, (2) movimientos, (3) jadeo, (4), tos, u otros que pudieran indicar pulso. Si la víctima no respira, pero tiene pulso:</p>			



<b>A: ABRIR: VÍAS RESPIRATORIAS</b>		<b>¿Hecha?</b>	
		<b>Sí</b>	<b>No</b>
Métodos para – <i>Abrir las Vías de Aire:</i>			
<b>▶ Sin Trauma Cervical:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Inclinación de la cabeza hacia atrás combinada con el levantamiento de la barbilla.</li><li>• Tracción de la mandíbula e inclinación de la cabeza hacia atrás.</li></ul>			
<b>▶ Con Sospecha de Lesión en el Cuello/Cervical:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Tracción de la mandíbula sin inclinación de la cabeza hacia atrás.</li><li>• Tracción de la mandíbula modificada sin inclinación hacia atrás de la cabeza.</li></ul>			
<b>B: BOCA: VENTILACIONES DE SALVAMENTO</b>		<b>¿Hecha?</b>	
		<b>Sí</b>	<b>No</b>
Respiración de Salvamento/Artificial – <i>Boca a Boca:</i>			
<b>▶ Técnica:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Mantenga la vía respiratoria abierta.</li><li>• Apriete las fosas nasales de la víctima.</li><li>• Coja aire haga un sello hermético con su boca sobre la de la víctima.</li><li>• Insufle el aire completamente hacia la boca de la víctima.</li><li>• Para cada ventilación, el pecho de la víctima deberá subir.</li><li>• Permita que los pulmones se desinflen entre insuflaciones.</li></ul>			
<b>▶ Duración:</b> Cada Ventilación: <i>1 segundo.</i>			
<b>▶ Ritmo:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Boca a Boca: <i>1 ventilación cada 5 a 6 segundos (10-12 insuflaciones por minuto).</i></li><li>• Vía de Aire Avanzada: <i>1 ventilación cada 6 a 8 segundos (8-10 insuflaciones/min).</i></li></ul>			
<b>▶ Reevaluación:</b> Cada 2 Minutos: <i>Verificar de nuevo el pulso carótido.</i>			
Si la víctima no respira, o lo realiza de una manera agónica (solo jadea/boquea), entonces deberá iniciar la <b>Resucitación Cardiopulmonar (RCP o CPR)</b> .			
Se comienza con 5 ciclos (2 minutos) de <b>30</b> compresiones torácicas y <b>2</b> ventilaciones ( <b>30:2</b> ).			
Si la víctima respira y tiene pulso, pero aún se encuentra inconsciente, colocar a ésta en:			
<b>POSICIÓN DE RECUPERACIÓN: VIRAR A LA VÍCTIMA DE LADO</b>		<b>¿Hecha?</b>	
		<b>Sí</b>	<b>No</b>
Colocar a la Víctima en– <i>Posición Lateral (de Costado) de Seguridad:</i>			
<b>Si la Víctima está respirando y no hay sospecha de trauma:</b> Voltea de costado izquierdo:			
<b>▶ Técnica - General:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ruede el cuerpo de la víctima hacia su lado (izquierdo), manteniendo alineado:<ul style="list-style-type: none"><li>▣ <i>la cabeza,</i></li><li>▣ <i>el cuello,</i></li><li>▣ <i>los hombros, y</i></li><li>▣ <i>el torso.</i></li></ul></li><li>• Coloque víctima de lado, use la mano y la pierna de la víctima para estabilizarla.</li></ul>			