

# RESUCITACIÓN CARDÍACA DEL ADULTO

## Tus manos pueden salvar vidas

Cómo actuar ante una situación de muerte súbita en adultos.



[www.cardiosalud.org](http://www.cardiosalud.org)

Síguenos:  

Bvar. Artigas 2358 / Tel.: 2480 2715  
Fax: 2481 5929 / [info@cardiosalud.org](mailto:info@cardiosalud.org)  
Edición 2018"



Comisión Honoraria para la  
**Salud Cardiovascular**

# Resucitación cardíaca básica del adulto



Ante una pérdida de conocimiento, sacúdalo por los hombros. Pregúntele con voz fuerte: ¿se encuentra bien? Si responde, déjelo en la posición en que lo encontró. Si es necesario, pida ayuda. Vigílelo.

## SI NO RESPONDE

Grite por ayuda y abra la vía respiratoria



1 - Abra la vía aérea: extienda su cabeza hacia atrás y eleve el mentón 2 - Evalúe si respira. Mire, escuche y sienta 3 - Si respira: colóquelo en posición de recuperación. Si es necesario pida ayuda.

## SI NO RESPIRA O BOQUEA

Solicite Emergencia y DEA. Comience masaje.



Solicite a un testigo que llame a una emergencia móvil y solicite un DEA, mientras, usted **comience de inmediato el masaje cardíaco.**

**NO SE DETENGA  
HASTA EL ARRIBO  
DE AYUDA MÉDICA**

## ¿Cómo realizar un masaje cardíaco?

1. Coloque sus dos manos en el centro del pecho de la persona.
2. Mantenga los brazos verticales con los codos extendidos.
3. Presione de forma ininterrumpida con una frecuencia de al menos 100 compresiones por minuto, no más de 120.
4. Comprima el tórax de la persona al menos 5 cm, no más de 6 cm y luego permita que retorne a la posición inicial.

Si es posible cada 2 minutos alterne con otra persona, pero siempre procure que se minimicen las interrupciones.



# Desfibrilación Externa Automática (DEA)



## App CERCA



La Aplicación "Cerca" localiza los DEAs más cercanos a su ubicación en caso de emergencia. También se pueden reportar nuevos desfibriladores, con la ayuda de todos podremos salvar más vidas.

\*Aplicación disponible para Iphone y Android



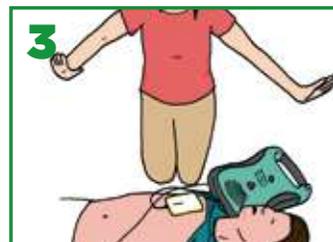
## Pasos universales para el uso del DEA



Enciéndolo.



Pegue los parches en el pecho. Posiciónelos de acuerdo con el dibujo que hay en cada uno.



Aleje a los testigos. Asegúrese que nadie toque a la víctima para que el DEA pueda analizar el ritmo.

Si indica shock, asegúrese que nadie toque a la víctima, presione el botón destellante y siga las indicaciones verbales del DEA.



Si no indica shock, reinicie el masaje cardíaco.

### RECUERDE:

Es importante tener en cuenta que la información que presenta este folleto no suplanta el entrenamiento sistemático necesario con maniqués y simuladores.

# Muerte súbita en adultos

## ¿Qué es la muerte súbita del adulto?

Es una muerte natural que se produce de forma brusca e inesperada, generalmente en el hogar o en la vía pública.

En la mayoría de los casos su causa es un trastorno eléctrico del corazón, denominado fibrilación ventricular, que lleva al paro cardíaco. Se trata de la principal forma de muerte en los adultos.

## ¿Cómo se reconoce?

La víctima pierde el conocimiento en forma brusca (cae y no responde) y no respira o boquea.

## ¿Qué hay que hacer?

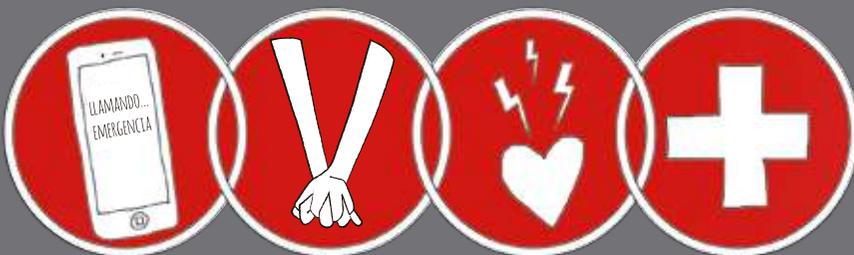
Para revertir esta situación es necesario aplicar un choque eléctrico con un desfibrilador. Esto debe realizarse lo antes posible dado que las chances de efectividad de la desfibrilación disminuyen 10% por minuto.

Si sólo esperamos a una ambulancia, las chances de sobrevivir con una aceptable calidad de vida son extremadamente bajas.

Para mantenerlo vivo mientras aguardamos el desfibrilador, es necesario comenzar inmediatamente con la resucitación cardíaca básica que consiste en realizar masaje cardíaco externo en forma ininterrumpida.

## Cadena de supervivencia

Estos eslabones deben estar previstos en su comunidad para que la víctima tenga las mejores chances de supervivencia.



Reconocimiento y  
pedido de ayuda  
precoz

Masaje cardíaco  
externo para  
ganar tiempo

Desfibrilación  
Externa  
Automática precoz

Emergencia  
Médica  
Avanzada