

TAULA RESUM RCP BÀSICA

COMPONENT	Persones adultes i adolescents	Infants (entre 1 i 12 anys)	Lactants (menors d'1 any, exclosos els nadons)
 Seguretat del lloc	Assegureu-vos que l'entorn és segur per als reanimadors i per a la víctima.		
 Valoració del grau de consciència	Acosteu-vos a la víctima i demaneu-li com es troba. Si respon, es mou o respira amb normalitat significa que està conscient, heu de demanar ajuda, no moure la víctima i avaluar-ne l'estat contínuament. Si no respon significa que està inconscient, demaneu ajuda, i col·loqueu el pacient de cap per amunt.		
 Obertura de la via aèria (maniobra front-barbata) i comprovació de la respiració	Agenol·leu-vos al costat del pacient, col·loqueu-lo de cap per amunt en una superfície ferma. Col·loqueu una mà al front i inclineu-li el cap endarrere. Col·loqueu la gemma dels dits de l'altra mà a sota de la barbata i eleveu-lo per obrir-ne la via aèria.		Per obrir la via aèria, col·loqueu una mà al front subjectant-lo fermament i col·loqueu-lo el cap en posició neutra (posició d'enumar), no l'hiperextengueu. Alhora, col·loqueu la punta dels dits de l'altra mà a sota de la barbata.
 Comprovació de la respiració	Amb la via aèria oberta, comproveu la respiració a través de MES: MIRAR si el pit s'infla – ESCOLTAR sorolls respiratoris enganxant l'orella a la boca – SENTIR si hi ha respiració aproximant la galta a la boca i el nas de la víctima. Si veieu que la víctima respira, col·loqueu-la en posició lateral de seguretat (sempre que no hi hagi lesions que ho impedeixin) i revalueu la situació. Si la víctima no respira o la respiració és ineficaç assumeu que està patint una aturada i comenceu amb les maniobres de RCP.		
 Avís als serveis d'emergències (112/061)	Si la víctima està en una aturada cardiorespiratòria i la persona que reanima està sola, truqueu al 112 i busqueu el DEA, si n'hi ha, abans d'iniciar l'RCP. Si hi ha un altre reanimador, un fa l'RCP i l'altre, truca i recull el DEA.	Demaneu ajuda sense abandonar l'infant. Si només hi ha 1 reanimador, administreu 1 min. d'RCP abans d'avisar els serveis d'emergència (excepte si és una aturada sobtada). Si hi ha 2 reanimadors, un farà l'RCP i l'altre trucarà al 112 o 061. Si hi ha opció del DEA, cal anar-lo a buscar.	
 Compressions toràciques	Agenol·leu-vos al costat de la víctima, mantenint-ne la verticalitat. Col·loqueu el taló d'una mà al centre del pit de la víctima, poseu l'altra mà damunt de la primera, entrelaçant els dits mirant de recolzar només el taló de la mà que és a sota (evitant pressionar també les costelles). Exerceu pressió mantenint els braços estesos, de manera vertical, aprofitant el pes del vostre cos.	Feu les compressions amb una mà, col·locant-vos al costat de l'infant i amb el braç estès perpendicularment al tòrax col·loqueu el taló d'una mà sobre el centre del pit aixecant els dits per no aplicar pressió sobre les costelles. Si l'infant és gros o la persona que reanima no té força, es poden fer les compressions amb dues mans amb els dits entrelaçats com en la persona adulta.	Feu les compressions col·locant les puntes dels 2 dits d'una mà (índex i anular) perpendiculars a la zona central de l'estèrnum, just per sota de la línia dels mugrons.
 Profunditat de les compressions	5 o 6 cm (mai superior a 6 cm)	5 cm	4 cm
 Freqüència de les compressions	100–120 compressions per minut Heu de permetre que entre les compressions el pit s'elevi completament.		
 Descompressió toràcica	Permeteu la descompressió toràcica completa després de cada compressió, no us recolzeu en el pit després de cada compressió.		
 Respiracions de rescat	Pinceu amb el dit índex i polze la part tova dels orificis nasals i mantingueu la barbata elevada i la boca oberta (maniobra front-barbata). La persona que reanima ha d'inspirar per prendre aire i segellar els seus llavis amb els de la víctima. Bufeu lentament l'aire (durant 1 segon) comprovant que el pit s'eleva. Mantenint la maniobra front-barbata, separeu els llavis de la víctima per deixar sortir l'aire. Repetiu aquesta tècnica 2 vegades. A continuació, torneu-vos a posar per continuar amb la seqüència de 30 compressions i 2 ventilacions.	En el cas dels infants, la tècnica per fer respiracions de rescat és igual que en la persona adulta, l'única diferència és que si després de comprovar la respiració (mirar-escoltar-sentir) l'infant no respira, s'han d'administrar 5 ventilacions inicials de rescat abans de començar amb l'RCP. Si després d'insuflar aire no hi ha senyals de vida, comenceu amb l'RCP durant 1 minut (30 compressions i 2 ventilacions).	Per als lactants, igual que en els infants, si no respira, s'han d'administrar 5 respiracions de rescat abans de començar les compressions. Per a això s'ha de mantenir l'obertura de la via aèria en posició neutra i la persona que reanima, tot agafant aire, ha de segellar amb els seus llavis la boca i el nas del nadó (si no pot, només pinçar el nas i segellar els llavis). Insuflau aire suaument al lactant durant 1 segon. Repetiu el procés 5 vegades. Si no respon, comenceu l'RCP durant 1 min.
 Relació compressió-ventilació	30 compressions i 2 ventilacions (30:2). Si hi ha més d'un reanimador, s'han d'anar alternant cada 2 minuts.		
 Ús del DEA	Si hi ha un DEA disponible, l'heu d'obrir* i col·locar els pegats en el pit nu de la víctima: un a l'espatlla dreta sota la clavícula i un altre a uns 10 cm per sota de l'aixel·la esquerra. El DEA analitza el ritme cardíac; no toqueu el pacient, si la descàrrega està indicada, premeu el botó i no toqueu la víctima. Torneu a reiniciar les maniobres d'RCP 30:2 durant 2 minuts. Si la víctima no respon, torneu a analitzar el ritme, si torna a estar indicada la descàrrega, repetiu el procés, i, si no, reinicieu les maniobres d'RCP de forma immediata fins que arribin els serveis d'emergència, la víctima respongui o presenteu esgotament. Si hi ha dos reanimadors, un ha d'obrir-lo i l'altre continuar amb les compressions fins que es col·loquin els pegats.	<ul style="list-style-type: none"> En infants de més de 8 anys o més de 25 kg, feu-ho com en una persona adulta. En infants d'entre 1 i 8 anys, feu servir el DEA amb elèctrodes pediàtrics (si no n'hi hagués, feu servir els de persona adulta). <p>La col·locació dels elèctrodes i la utilització és igual que en la persona adulta. Recordeu-vos de fer 5 ventilacions abans de començar amb les compressions.</p>	En el cas estrany que es produeixi, feu servir el DEA amb adaptador infantil i atenuador de dosi.
 Durada de l'RCP	No heu d'interrompre la reanimació fins que el pacient mostri signes de vida, fins que arribin els professionals sanitaris o fins que la persona que reanima estigui esgotada o hi hagi perill per a la seva integritat.		