



En algún momento de nuestras vidas, todos podemos encontrarnos en una situación de emergencia en la que una persona cerca de nosotros pueda estar sufriendo una parada cardiorrespiratoria. Y en ese momento crucial, **es muy importante saber cómo actuar.**

Para ello, aquí te mostramos los **pasos** que debes seguir ante una situación así, todo lo que debes tener en cuenta y unas **sencillas instrucciones** para manejar el desfibrilador (DEA) si lo ves necesario. Recuerda: Tu actuación rápida y segura puede ser vital, **¡tú puedes salvar una vida!**

## Fundación **MAPFRE**



Síguenos en:



# ¡Actúa!

Una sociedad que salva vidas



Fundación **MAPFRE**

## MANIOBRAS DE RCP

1

### SEGURIDAD

Asegúrate de que tú, la víctima y cualquier testigo estéis seguros.



2

### RESPUESTA

Sacude suavemente sus hombros y pregunta en voz alta: ¿Te encuentras bien?

Si responde, déjalo en la posición en que lo encontraste, siempre que no exista mayor peligro; consigue ayuda si se necesita. Reevalúalo con frecuencia.



3

### VÍA AÉREA

Si no responde, coloca a la víctima boca arriba. Coloca una mano sobre la frente y los dedos de la otra bajo la barbilla e inclina suavemente su cabeza hacia atrás para abrir la vía aérea.



4

### RESPIRACIÓN

Mira, escucha y siente la respiración no más de 10 segundos para determinar si respira con normalidad.

## USO DEL DEA (DEFIBRILADOR EXTERNO AUTOMÁTICO)

1



### CUANDO LLEGUE EL DEA

Enciende el DEA y aplica los parches adhesivos en el pecho desnudo del paciente. Si hay más de un reanimador, las maniobras de RCP se deben continuar mientras se colocan los parches sobre el pecho.

2



### SIGUE LAS INSTRUCCIONES VISUALES / SONORAS

Asegúrate de que nadie toca a la víctima mientras el DEA realiza el análisis del ritmo.

5

# 112



### LLAMA A EMERGENCIAS

Si tienes alguna duda acerca de si la respiración es normal, llame al 112 y prepárate para empezar la RCP.

Si la víctima está inconsciente pero respira con normalidad, colócala en posición de seguridad y llama a los servicios de emergencia 112.

Reevalúa con frecuencia.

# DEA

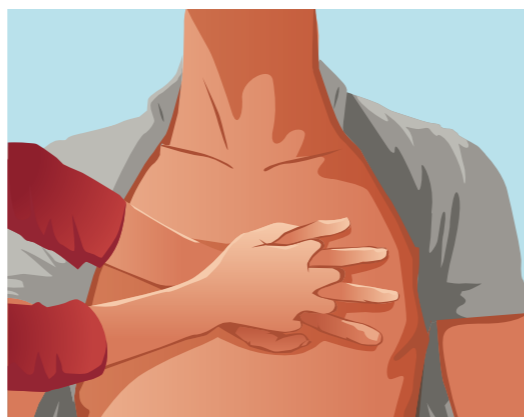
6



### SOLICITA UN DEA

Si la víctima no respira con normalidad, si es posible, envía a alguien a buscar un DEA y traerlo.

Si estás solo, no abandones a la víctima, y comienza la RCP.



### COMPRESIONES

Arrodíllate al lado de la víctima.

Coloca el talón de una mano en el centro de su pecho (mitad inferior del hueso central del pecho de la víctima o esternón).

Coloca el talón de la otra mano encima de la primera. Mantén sus brazos rectos.

Colócate verticalmente sobre el pecho de la víctima y comprime el esternón aproximadamente 5 cm (pero no más de 6 cm).

Repite a una frecuencia de 100-120 por min.



7

3



### SI LA DESCARGA ESTÁ INDICADA

Asegúrate de que nadie toca a la víctima.

- Aprieta el botón de descarga.
- Reinicia inmediatamente la RCP.

Continúa siguiendo las instrucciones visuales / sonoras.

4



### SI LA DESCARGA NO ESTÁ INDICADA

Reinicia la RCP inmediatamente.

Continúa siguiendo las instrucciones visuales / sonoras.