



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

SOPORTE BÁSICO PARA LA VIDA – EMERGENCIAS RESPIRATORIAS: **NIÑOS: Desde 1 Año hasta la Pubertad**

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

R: RECONOCIMIENTO: INMEDIATO DE LA EMERGENCIA	¿Hecha?	
	Sí	No
<ul style="list-style-type: none"> ▶ Aparente Presencia de Accidentado Colapsado: <i>No tiene Vida/No Responde:</i> <ul style="list-style-type: none"> • Ausencia de movimientos. • Sin respuesta al estímulo. ▶ Tipos de <i>Emergencias:</i> <ul style="list-style-type: none"> • Respiratorias - Ejemplos: <ul style="list-style-type: none"> ▣ <i>Paro respiratorio.</i> ▣ <i>Obstrucción de la vía respiratoria.</i> • Cardiacas - Ejemplos: <ul style="list-style-type: none"> ▣ <i>Paro cardíaco.</i> ▣ <i>Fibrilación ventricular.</i> 		
E: ESCENA: SEGURA	¿Hecha?	
	Sí	No
<p>Establecer que no hay- <i>Peligros Circundantes:</i> Observar/Inspeccionar Alrededores: Descartar posibles riesgos para el socorrista y víctima.</p>		
R: RESPUESTA: DETERMINAR IMPASIBILIDAD	¿Hecha?	
	Sí	No
<p>Establecer - <i>Nivel de Conciencia:</i> Consciente o No Responde: Tocar, Dar una Palmada, o Mover los Hombros: Con cuidado (levemente), mientras: Gritar: “¿Está usted bien?”, “¿Le pasa algo?”, “¿Se siente bien?”, “¡Despierta!” Observar por Signos que puedan evidenciar la presencia de vida: Ejemplos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Algún tipo de movimiento o contracción muscular evidente. ▶ Parpadeo de los ojos. ▶ Emisión de algún sonido (Ej: gemido), o el accidentado habla. ▶ Otros. <p>NOTA: 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> Verificar si Respira: PROCEDIMIENTO:</p> <p>¿NO RESPONDE?: al DETERMINAR IMPASIBILIDAD: Nivel de Conciencia. ¿NO RESPIRA?: al OBSERVAR LA VÍCTIMA por signos específicos. ¿JADEA/BOQUEA?: 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>		



A: ACTIVAR EL: SISTEMA DE EMERGENCIAS MÉDICAS Y DEA		¿Hecha?	
		Sí	No
<p>Gritar por Ayuda: <i>"¡Auxilio!", "¿Alguien puede ayudarme?"</i> :</p> <ul style="list-style-type: none">▶ Un Rescatador – <i>Socorrista está SOLO (nadie acude al llamado de auxilio):</i><ul style="list-style-type: none">• PRIMERO: Aplique 5 ciclos (2 min.) de 30 compresiones y dos ventilaciones, luego: Llame al 9-1-1 y busque un DEA (Defibrilador Externo Automático), de estar disponible.▶ Dos Rescatadores – <i>ACOMPañADO (por otro socorrista, o curioso/observador):</i><ul style="list-style-type: none">• Si alguien responde, o se encuentra cerca curioso/observador: <i>"¡Tú, busca ayuda!"</i>: Solicite que llame al 9-1-1 y consiga un DEA. <p>Activación del Sistema de Emergencias Médicas (SEM) – <i>Teléfonos:</i></p> <ul style="list-style-type: none">▶ Comunidad: 9-1-1 ▶ Instalación Física o Institución: Llamar a su número de emergencia.▶ TELÉFONOS DE EMERGENCIAS MÉDICAS LOCALES EN PUERTO RICO:<ul style="list-style-type: none">• San Juan: 787-343-2525 • Bayamón y Carolina: 787-342-2222			
P: POSICIONAR: A LA VÍCTIMA		¿Hecha?	
		Sí	No
<p>Colocar Sobre su Espalda – <i>Recostada en una Superficie Sólida y Plana:</i></p> <p>Víctima en Pronación (Boca abajo): Virar a la Víctima Sobre su Espalda, Como Una Sola Unidad:</p> <ul style="list-style-type: none">▶ Rodar a la víctima hasta que se ubique su espalda sobre el suelo (superficie firme y plana).▶ En todo momento, mantenga estabilizado el cuello y la cabeza.▶ El rostro deberá estar hacia arriba, y los brazos a los lados.			
C: CIRCULACIÓN: COTEJAR PULSO CARÓTIDO		¿Hecha?	
		Sí	No
<p>Determinar la Presencia de un Pulso – <i>No Más de 10 Segundos:</i></p> <ul style="list-style-type: none">▶ Técnica – Verificar un Pulso en la Arteria Carótida:<ul style="list-style-type: none">• Mantenga la vía de aire abierta:<ul style="list-style-type: none">▣ <i>La palma de una mano sobre la frente (en la cabeza) de la víctima.</i>▣ <i>Inclinar hacia atrás la cabeza del accidentado.</i>• Localice el punto de presión carotídeo:<ul style="list-style-type: none">▣ Con los dos primeros dedos (índice y corazón) de la otra mano.▣ Palpe el cartílago tiroideo (manzana de Adán, laringe o cámara de voz).▣ Deslice sus dedos lateralmente hacia el surco a lo largo de la laringe: <i>Depresión ubicada entre la tráquea y el músculo esternoclenomastoideo.</i>• Palpe la arteria carótida:<ul style="list-style-type: none">▣ <i>Aplique una leve presión sobre tal arteria.</i>▣ <i>Intentar sentir el pulso carótido durante 5 a 10 segundos.</i> <p>NOTA: Siempre trabajar el lado suyo, 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>			



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