

# CPR

## RESUCITACIÓN CARDIOPULMONAR



**1** Chequee para determinar si la persona está consciente. Déle una palmadita o sacúdalo levemente y grite: ¿Está usted bien? Si no hay respuesta, grite pidiendo ayuda. Si usted está solo, llame por teléfono a los servicios de emergencias médicas antes de ayudar a la víctima.



**2** Llame por teléfono al Sistema de Emergencias Médicas o pídale a alguien que llame. **¡SIEMPRE SEA USTED EL ÚLTIMO EN COLGAR!**



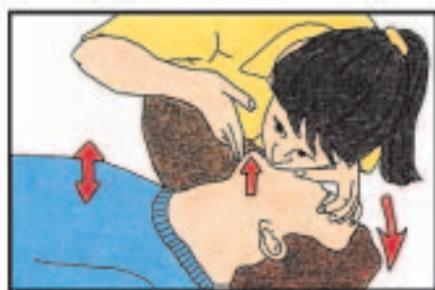
**3** Ponga la víctima boca arriba, mientras que apoya el cuello. Trate de no torcer el cuerpo de la víctima.



**4** Incline la cabeza hacia atrás y levante la barbilla para abrir las vías respiratorias.



**5** Chequee para ver si la persona está respirando. **MIRE** el pecho. **ESCUCHE** si hay respiros. **SIENTA** a ver si está respirando.

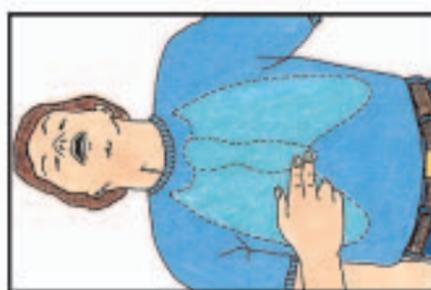


**6** Si la víctima no está respirando, **ADMINISTRE DOS RESPIROS LENTAMENTE**, cada respiro durando de 1½-2 segundos con suficiente volumen para ver que el pecho se llene.

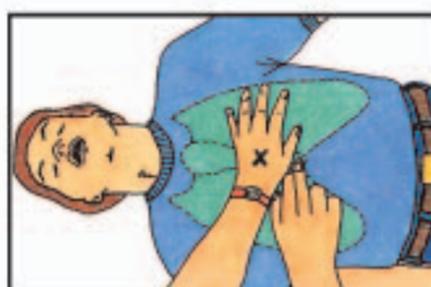


**7** Chequee para ver si hay señales de circulación por no más de diez segundos, tomando el pulso en la **ARTERIA CARÓTIDA**.

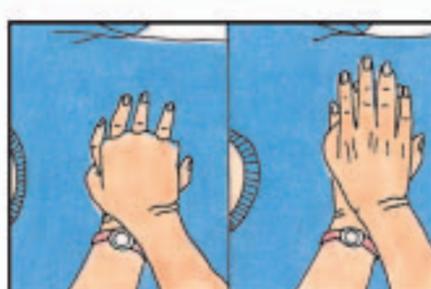
**8** Comience el primer ciclo del CPR con compresiones del pecho seguidas por respiros de rescate.



**a.** Ubique la ranura esternal (área donde las costillas se unen).



**b.** Ponga la parte inferior de su mano al lado de la ranura esternal. Mantenga los dedos alejados del pecho.



**c.** Comience las compresiones con sus codos enderezados e inmóviles y sus hombros por encima de sus manos.

**d.** Cuente en voz alta para mantener un ritmo.  
**e.** Haga **QUINCE** compresiones seguidas de **DOS** respiros de rescate (cuatro ciclos cada minuto).



**9** Al final de cada **CUATRO** ciclos, chequee para ver si hay señales de circulación por no más de diez segundos.

**10** Repita los pasos 8 y 9.