

REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR BÁSICA

Hablaré de los siguientes casos:

1. Lipotimias: sin pérdida de conocimiento
con pérdida de conocimiento
2. Convulsiones.
3. Atragantamientos.
4. Muerte súbita.
5. Ictus.

Aunque me centraré en la muerte súbita o parada cardio-respiratoria, situación muy grave que una actuación correcta salva vidas.

QUÉ HACER

Antes se utilizaba la expresión **PAS** (proteger, avisar y socorrer).

Actualmente se habla de **cadena de supervivencia**, recomendada por la Asociación Americana del Corazón, que se define como cada uno de los eslabones o pasos a realizar de forma secuencial, es decir, uno va detrás del otro y todos son igual de importantes.

CADENA DE SUPERVIVENCIA



Reconocer 1. Reconocimiento de la situación procurando la seguridad nuestra y del paciente:

- No responde
- No respira o respira mal.

Solicitar ayuda a otras personas y al 112
Pedir desfibrilador.

2. Iniciar RCP con énfasis en las compresiones o masaje cardiaco.
3. Desfibrilación precoz.
4. Llegada del 112 soporte vital avanzado.
5. Traslado y cuidados en el hospital.

MAREO SIN PÉRDIDA DE CONOCIMIENTO

Esta situación es la más sencilla, supone que la persona está consciente (responde) pero se encuentra mareada. Se debe a causas muy diversas: dolor, miedo, calor, hipoglucemia...

QUÉ HACER

- Tranquilizar.
- Tumbarle boca arriba y elevar piernas.
- Aflojar ropa.
- Que haga respiraciones hondas y espaciadas.
- Administrar azúcar o caramelos, zumos, coca cola.

SI HIPERVENTILA (ansiedad, nerviosismo)

- Colocar bolsa de papel o plástico tapando boca y nariz
- Animarle a que tosa para así poder coger aire.
- Tranquilizar y liberar tensión: gestos mover manos o piernas...

MAREO CON PÉRDIDA DE CONOCIMIENTO

La situación se complica un poco: no responde aunque respira.

QUÉ HACER

- Pedir ayuda (112)
- Colocarlo en la posición lateral de seguridad(PLS)
- Utilizar tubo de guedel si se dispone de él (se coloca con la curva hacia arriba y cuando está dentro de la boca se gira quedando la lengua sujeta)

La PLS impide que la lengua caiga hacia atrás obstruyendo la vía aérea y si la persona vomitara, evita que el vómito se vaya a vía respiratoria. Hacerla despacio y retirar los objetos del bolsillo

POSICIÓN LATERAL DE SEGURIDAD



MUERTE SÚBITA

Situación grave, la persona no responde y no respira.

Definición: fallecimiento por causas naturales de forma repentina e inesperada (estando bien de repente la persona se desploma y no respira) Ejemplo jugadores de futbol fallecidos en el terreno.

Causa: la más frecuente es una arritmia llamada fibrilación ventricular que hace imposible que el corazón bombee sangre al organismo, provocando la muerte o secuelas graves por falta de oxígeno sobretudo en el cerebro.

Desfibrilador (DESA) es el único tratamiento eficaz para revertir esta arritmia y además es importante hacerlo en los primeros minutos. Por esto se están colocando estos aparatos y formando a personas para que los usen en polideportivos, campos de futbol, hipermercados colegios. **En el IES tenemos DESA y maletín de RCP.**

QUÉ HACER

Activar la cadena de supervivencia.

Antes se hablaba de ABC (vía aérea, boca a boca y compresiones cardiacas) desde 2010 ha cambiado a **CAB**

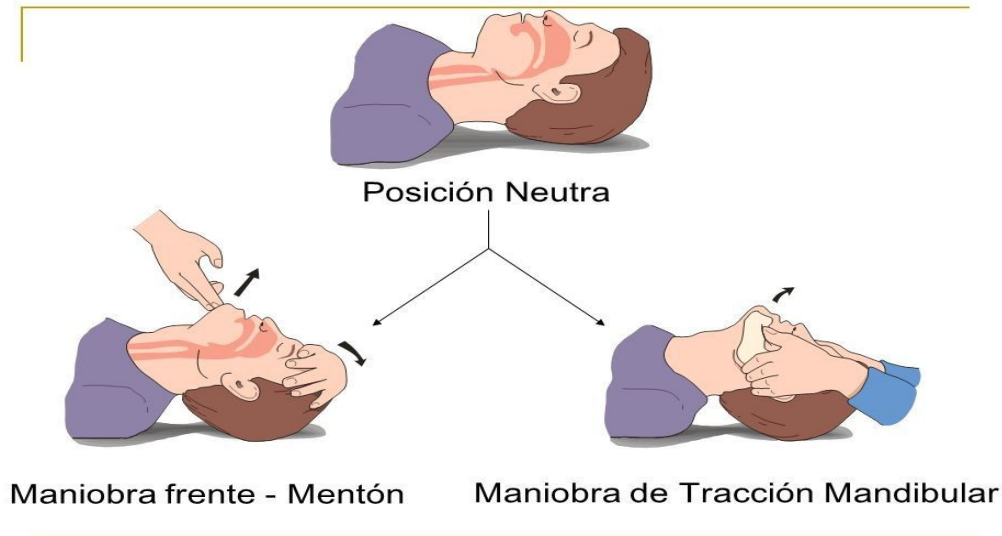
MASAJE CARDÍACO (C)

- Colocar a la persona sobre plano duro boca arriba, brazos a lo largo del cuerpo.
- Colocarnos de rodillas a la altura de sus hombros.
- Descubrirle el pecho (si se va a usar desfibrilador hay que secar y rasurar si hay mucho vello).
- Colocar la manos sobre el esternón apoyando el talón de una y anudando la otra sobre la 1ª , brazos estirados, sólo baja el cuerpo)
- Deprimir 5 cm el tórax. En niños 4 cm
- Hacer 30 compresiones y 2 ventilaciones.
- Hacer 100 -120 compresiones por minuto (unas 5 tandas de 30:2)
- Contar en alto
- Cambiarse cada 2 minutos o 2 ciclos.
- Será bueno detenerse a enseñar a alguien para que nos ayude. El masaje es muy agotador.

VIA AÉREA (A)

Una persona inconsciente presenta relajación de la musculatura incluida la lengua. La obstrucción de la vía aérea se produce por la caída de la lengua hacia atrás.

Para desobstruir se utilizan 2 maniobras:



MANIOBRA FRENTE MENTÓN

Usarla cuando no se sospecha traumatismo craneal y durante el boca a boca.

BOCA A BOCA (B)

- Utilizar maniobra frente-mentón.
- Taparle la nariz e insuflar el aire de una respiración normal en su boca abierta durante 1 segundo. sellar bien para que no se escape el aire.
- Hacer 2 insuflaciones.
- Comprobar que se eleva el tórax.
- Si la boca está sucia, se puede insuflar aire por la nariz cerrándole la boca.
- Si no se desea hacer el boca a boca se deberán hacer compresiones todo el tiempo.

CONSIDERACIONES ESPECIALES EN NIÑOS Y LACTANTES

- En la maniobra frente mentón no forzar el cuello pues se puede obstruir más la vía aérea (Ej. globo).
- Insuflar aire por la boca y nariz a la vez.
- El masaje cardiaco en niños se hace como en los adultos pero solo con una mano y en los lactantes con dos dedos entre las mamilas.

EN TODOS LOS CASOS EN CUANTO SE DISPONGA DE DESFIBRILADOR
USARLO

CONVULSIONES

Son contracciones enérgicas e involuntarias de toda la musculatura debida a la irritación de los centros nerviosos del cerebro.

Causas muy diversas (fiebre, traumatismos, intoxicación etílica...)

QUÉ HACER

- Pedir ayuda.
- PLS o girar cabeza.
- Protegerle de los golpes sujetándole suavemente.
- Colocar ropa debajo de la cabeza.
- Aflojar ropa.
- No forzar para abrir mandíbula.
- Colocar un objeto entre los dientes, **nunca nuestros dedos.**
- Si disponemos de medicación (stesolid) administrarlo.

INTOXICACIÓN POR ALCOHOL

- Se acabó la juerga: **no dejarle nunca sólo** ya que el alcohol deprime el centro respiratorio y al tener la consciencia disminuida se puede tragar el vómito y caer la lengua.
- Avisar a un adulto y al 112.
- Colocarle en PLS
- Mantenerlo despierto.
- NUNCA DAR DE BEBER
- NUNCA PROVOCAR EL VÓMITO
- Si no respira iniciar RCP

ATRAGANTAMIENTOS

- Animarle a toser, inclinándole ligeramente hacia delante.
- Realizar la maniobra de Heimlich (no usar en embarazadas)
- La maniobra de Heimlich en niños muy pequeños se hace apoyándolo en nuestro brazo o piernas boca abajo y golpeando con el talón de la mano entre las escápulas. **Sujetar la cabeza del bebé**, para evitar lesiones en cervicales y cerebro.
- Si pierde el conocimiento y no respira iniciar RCP
- EL MASAJE CARDIACO ES LA FORMA MÁS EFICAZ DE RESOLVER UN ATRAGANTAMIENTO

ICTUS

Falta de oxígeno en el cerebro debido a un trombo o coagulo o bien a una hemorragia, que puede dejar secuelas graves incluso provocar la muerte. Si se trata pronto, la recuperación será mejor: **el tiempo es vida en el ictus**.

Síntomas

- Falta de movilidad en extremidades.
- Falta de sensibilidad en dedos o cara: no puede atarse los botones, no nota los dedos...
- Problemas para hablar o entender .
- Se tuerce la boca, se cierra ojo, no sonrío...**asimetría en cara**.
- Cefalea repentina y muy fuerte.

Qué hacer

- Aviso al 112 y traslado a urgencias. **CODIGO ICTUS**
- Posición semisentada

