

# Taller de RCP y DEA – Primeros Auxilios

Actualización AHA 2025.

## ❖ ¿Qué son los primeros auxilios?

Son las primeras acciones que se aplican a una persona que sufrió una lesión o manifestación súbita de una enfermedad. Se realizan antes de que llegue el personal médico. Su objetivo es:

Preservar la vida.

Evitar complicaciones.

Favorecer la recuperación.

No hace falta ser profesional para aplicarlos; con capacitación, cualquier persona puede salvar una vida.

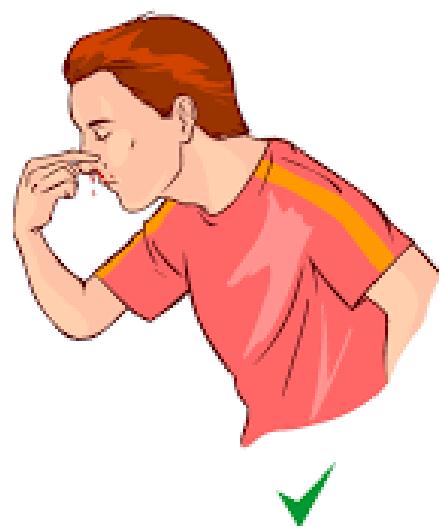
## ❖ Epistaxis (sangrado nasal):

Sentar a la persona y mantener la cabeza levemente inclinada hacia adelante.

Presionar suavemente las alas de la nariz durante 10-15 minutos.

No echar la cabeza hacia atrás: puede provocar que trague sangre.

Si el sangrado no cede en 10-20 minutos o es muy abundante, acudir a un centro de salud. No introducir algodón, ni gasas.



## ❖ Quemaduras:

Primer grado: enrojecimiento. Enfriar con agua por 10 minutos. No aplicar cremas.

Segundo grado: enfriar con agua. Si aparecen ampollas no romperlas.

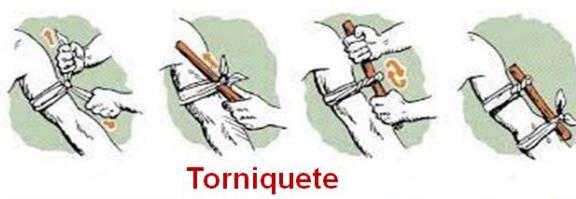
Tercer grado: piel quemada o carbonizada. No tocar. Cubrir con tela limpia y acudir o llamar a urgencias. Hay riesgo de vida.

Nunca aplicar hielo, pasta dental o manteca, aloe vera ni nada por riesgo de infección hasta ser atendido.



## ❖ Control de hemorragias:

1. Presión directa: con gasa o tela limpia sobre la herida.
2. Elevación del miembro afectado (si no hay fractura).
3. Torniquete (último recurso): sólo si la hemorragia no se detiene con presión directa o el sangrado es a borbotones (indica daño arterial) hacemos un torniquete, solamente en extremidades. Fundamental anotar la hora de colocación para avisarle al personal de salud, ya que existe posibilidad de que se requiera una amputación.



Torniquete



## ❖ Cadena de sobrevida:

5 pasos que aumentan la chance de sobrevivir ante un paro cardíaco:

1. Reconocer la emergencia y llamar al 107.
2. Iniciar RCP manual inmediatamente (si no respira o la respiración es agónica)
3. Usar un DEA si hay disponible.
4. Atención médica avanzada.
5. Cuidados post-paro.

**Cada minuto cuenta.**

## ❖ ¿Cómo sé si respira?

Me acerco a su nariz y boca con mi oído, escucho su respiración y observo su tórax y abdomen. Si no oigo nada y tampoco observo ningún signo vital ordeno a alguien específico que llame al 107 contando lo que sucede mientras inicio RCP (compresiones). También le pido a alguien específico que consiga un DEA, si es que esto es posible. El TIEMPO que tenemos para EVALUAR SI RESPIRA es de 10 SEGUNDOS. Si en ese margen de tiempo no notamos evidencia vital iniciamos RCP con las manos.



## ❖ Maniobra de Heimlich

Desobstrucción de la vía aérea por atragantamiento:

-Adultos y niños: si tose no hacemos nada y lo dejamos toser, solo observamos. Si deja de toser y se agarra el cuello con las manos es porque no le entra oxígeno, es una emergencia. Nos paramos detrás de la persona, le damos 5 golpes en la espalda entre los omóplatos y la abrazamos por detrás y juntamos nuestras manos formando un puño, presionamos con ambas manos en la boca del estómago, hacia atrás y arriba (en forma de J). repetimos los ciclos de 5 golpes en la espalda y 5 J las veces que sea necesario. Si es un pediátrico o adulto de baja estatura hacemos el mismo procedimiento pero

nos arrodillamos para estar a su altura.

Embarazadas/obesos: nos colocamos por detrás le damos 5 golpes en la espalda y presionamos en el centro del pecho, también en forma de J, un poco más arriba de la boca delestómago en el caso de embarazadas.



-Lactantes: 5 golpes en la espalda + 5 compresiones torácicas con el talón de la mano, como se ve en la imagen.  
Si estás solo: apóyate contra el borde (nunca puntas) del respaldo de una silla o superficie para aplicar presión con tus manos sobre esta superficie en la boca del estómago.

***La Maniobra de Heimlich SALVA VIDAS.***

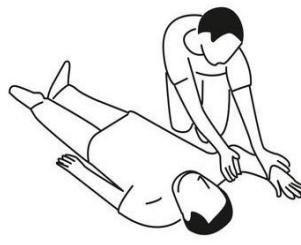


### ❖ Posición lateral de seguridad:

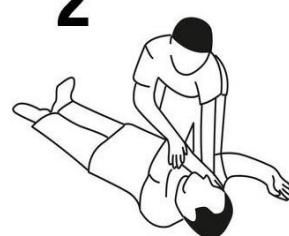
Para personas conscientes o inconscientes que respiran:

Acostar de lado, con una pierna flexionada y cabeza ligeramente hacia atrás, pediátricos y lactantes también (el bebe puede estar en PLS a upa)

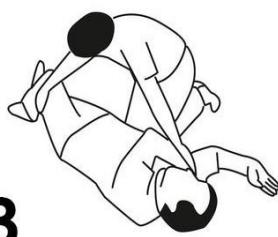
1



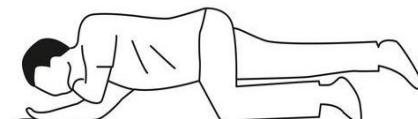
2



3



4



Evita la asfixia en caso de vómitos.

Facilita la vigilancia mientras llega ayuda médica.

Si la persona está consciente hacer contacto visual, dar calma, acompañar, explicar que está llegando ayuda médica y no dar bebida, alimentos, ni medicamentos salvo que lo indique personal capacitado.

### ❖ Muerte súbita:

Es la pérdida repentina e inesperada del pulso y de la respiración. Afecta a personas aparentemente sanas. En Argentina hay alrededor de 40.000 muertes al año por esta causa.

Actuar rápido es vital:

Llamar al 107

Iniciar RCP

Usar DEA si hay disponible

### ❖ Paro cardiorrespiratorio:

Llamar al 107.

Persona que no responde ni respira.

Confirmar la ausencia de respuesta y respiración (10 segundos)

Comenzar RCP con compresiones torácicas sin demora.

Usar DEA, si es posible.

## ❖ RCP adultos, solo con las manos:

Usar solo en adultos que no respiran o que tienen respiración agónica (como un pescado fuera del agua).

Compresiones en el centro del pecho, fuerte y rápido (100 a 120 por minuto), de 5 a 6 cm de profundidad. Si se fractura alguna costilla y le salvas la vida va a tener tiempo de curarse, si nadie hace nada no hay sobrevida posible. El único RCP mal hecho es el que no se hace.

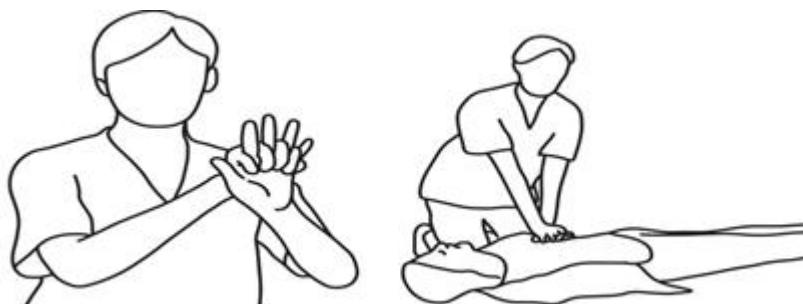
Practicar siempre sobre superficie firme.

Compresión y descompresión total.

Brazos rígidos.

No es necesario hacer ventilaciones. Si no estoy solo alternar cada 2 minutos con otra persona para hacer las compresiones para poder seguir haciendo RCP de alta calidad y que no baje su eficacia debido al cansancio. Si estoy solo puedo hacer pausas de 6 segundos para descansar.

Continuar hasta que llegue asistencia médica o la persona respire. Si vuelve a respirar la coloco en PLS y no la dejo sola.



## ❖ RCP pediátricos:

Verificar si responde y si respira. Si no, iniciar RCP.

Llamar al 107

Compresiones torácicas con el talón de una sola mano Le realizo compresiones al igual que a un adulto pero con una sola mano. Se considera pediátrico hasta los 8-9 años o hasta los 50 kg aproximadamente.

Presionar en el centro del pecho, 5 cm de profundidad.

Ritmo de 100-120 por minuto.

## ❖ RCP en lactantes (menores de 1 año):

Verificar si respira. Si no responde le damos golpecitos en la planta de los pies, si está consciente debería responder.

Pedir a una persona específica que llame al 107 o servicio de emergencias y explique situación.

Si no respira practicar RCP con los 2 pulgares hasta que llegue el personal médico o hasta que vuelva a respirar, si lo hace colocar en posición lateral de seguridad (de costado, puede estar a upa) y observar hasta que lo vea personal capacitado.



En el caso de que el lactante no respire y estén solos, hace primero 2 minutos de RCP con tus 2 pulgares y luego anda a abrir la puerta para que pueda entrar el personal de salud cuando llegue así no tendrás que interrumpir el RCP para abrir y al instante llama al 107, pone el teléfono en altavoz y hace las compresiones mientras hablas con el operador/a.

### -¿Cómo le hago RCP?

Lo apoyo sobre superficie firme y hago compresiones con los 2 pulgares sobre la línea media entre los pezones, de 100 a 120 por minuto, de 4 cm de profundidad.

Si el bebe es conocido

y estoy dispuesto a hacer ventilaciones, inclino levemente su cabeza hacia atrás, no demasiado porque esto puede cerrar la vía del aire. Cubro su nariz y su boca con la mía y soplo dos veces con el aire que tengo en la boca. Hago 2 ventilaciones y 30 compresiones con los 2 pulgares. Cada ventilación debe durar 1 segundo. Si no estoy solo que una persona haga las ventilaciones (con cada ventilación se infla el pecho del lactante) y otra las compresiones.

Continuo con estos ciclos hasta que respire o llegue el personal de salud. La AHA en su última actualización sugiere las ventilaciones ya que los paros cardiacos en bebés provienen en su mayoría de una falla respiratoria y no cardiaca.



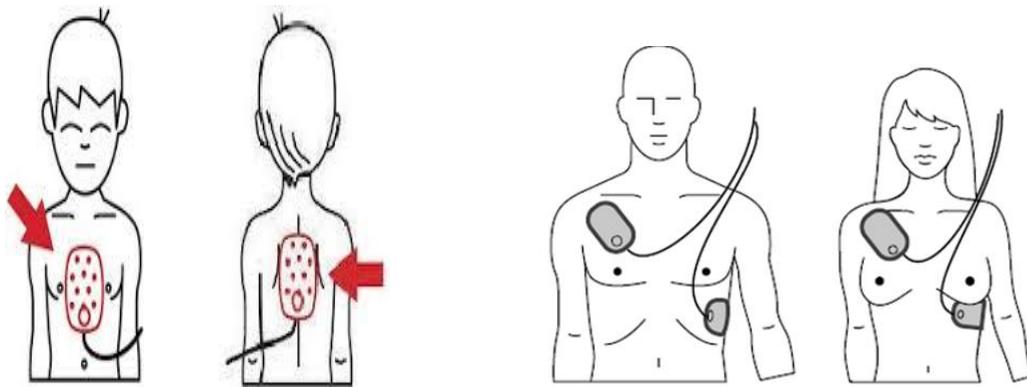
-Sueño seguro: los lactantes deben dormir en su cuna, solos. No deben estar acompañados de juguetes, ni de chichoneras, ni de almohadas, nunca, si lo tapamos debemos hacerlo con una sábana muy ajustada. Y deben SIEMPRE DORMIR BOCA ARRIBA, esta posición impide que la saliva se vaya a la tráquea y así el lactante tendrá un sueño seguro, salvo indicación médica. Ninguna otra opinión es válida en este caso, salvo otra indicación médica.

### ❖ Uso del DEA:

Encender el DEA y seguir las instrucciones de voz. Colocar los parches en el pecho como se indica en los dibujos, mientras alguien coloca los parches continúa haciendo compresiones.

Asegurarse de que nadie toque al paciente antes de administrar la descarga. Si alguien está en contacto con la víctima durante la descarga puede entrar en paro.

Seguir las indicaciones del equipo. No colocar el DEA si la persona esta mojada o si la superficie lo está.



Si la persona tiene vello en el pecho rasurar la zona antes de pegar los parches ya que deben estar en contacto directo con la piel. Si la víctima esta mojada secarla. Si el adulto tiene mamas correr el corpiño o quitarlo de ser necesario. Es importante que le hagamos RCP a las mujeres ya que en Argentina y en el mundo se realizan 30 por ciento menos de reanimaciones en mujeres. La Ley Nacional 27159 nos protege legalmente, ningún ciudadano argentino tendrá problemas legales por practicar RCP.

Si el adulto tiene un marcapasos o está embarazada colocar los parches en modo pediátrico (antero-posterior)

### ❖ ¿Cómo detecto un ACV?

El ACV es aun accidente cerebrovascular, este puede ser por obstrucción de un vaso (isquémico) o por rotura (hemorrágico). Pero este dato solo es importante para el personal de salud.

Pero sí es fundamental que sepas detectar un ACV y solo debes seguir tres pasos, si la persona esta extraña o confundida y no consumió alcohol ni drogas hace estas pruebas:

- 1-Que diga una oración coherente, que hable.
- 2-Que sonría (si es ACV lo hará de forma asimétrica).
- 3-Que levante los 2 brazos al mismo tiempo (si es ACV no lo hará correctamente).

No es necesario que falle en las 3 pruebas, alcanza con que no pueda realizar bien una para determinar que está atravesando un ACV:

Si no responde bien a estas pruebas llama al 107 y avisa que está teniendo un ACV, así activan el protocolo o sino lleva a la persona urgentemente al centro de salud mas cercano que tenga cierta complejidad (quirófanos, sala de emergencia, terapia, etc.) Avisa que es un ACV, así también activan el protocolo específico.

# Ha Bra So



**Gracias.**