

RCP Solo Con las Manos

RCP Solo Con las Manos Puede ser una de las cosas más sencillas y más importantes que puedas aprender.

Si te encuentras en algún lugar donde un adolescente o un adulto se colapsa de repente, solo hay dos cosas que necesitas hacer para ofrecerle a esa persona la mejor oportunidad de evitar daño al cerebro o la muerte.

Paso 1: Llama al 911

O, pide que alguien llame al 911.

Un operador del 911 puede darte instrucciones por teléfono sobre cómo hacer la RCP hasta que llegue el servicio de emergencia.

Si hay disponible un DEA, pide que alguien te lo lleve.

Paso 2: Inicia con compresiones de pecho para ayudar a circular la sangre y el oxígeno mientras llega la ayuda.

Para hacer las compresiones de pecho, coloca el talón de una mano en el centro del pecho de la persona.

Coloca la otra mano encima de la primera, y entrelaza los dedos.

La mano de arriba puede dirigir hacia arriba los dedos para que solo utilices el talón de la mano.

Inclínate hacia adelante y presiona directamente hacia abajo – hasta que el pecho de la persona se hunda unas 2 pulgadas.

Presiona con fuerza y rápido, con un ritmo de 2 compresiones por segundo – o de 100 a 120 compresiones por minuto.

Si te ayuda, haz las compresiones al ritmo de la canción “Stayin’ Alive”.

Continúa con las compresiones hasta que llegue la ayuda, la persona empiece a respirar, o el DEA esté listo para usarse.

Eso es todo.

Dos pasos.

Llama 911.

Y empieza con las compresiones rápidas y fuertes.

Lo puedes hacer.

Este programa es solo para fines informativos. El editor se deslinda de cualquier garantía, con respecto a la exactitud, integridad o idoneidad de este video para la toma de decisiones médicas. Para todo asunto relacionado con la salud, por favor consulte a su profesional médico.

