



American Heart Association®

Hard Hats with Heart™



Charlas sobre seguridad

Preguntas más frecuentes sobre la RCP

¿Qué debo hacer si me canso al realizar compresiones torácicas antes de que llegue más ayuda?

La correcta realización de compresiones torácicas es un trabajo duro. Cuanto más te canses, menos efectivas serán las compresiones. Si hay alguien más que sepa hacer la RCP, pueden alternarse. Cambia de reanimador cada 2 minutos aproximadamente o antes si te cansas. Cambien rápidamente para no detener las compresiones. Si estás solo, haz todo lo posible por continuar realizando la RCP. Además, también recomendamos que si el reanimador puede ayudar a entrenar a otra persona sobre cómo hacer la RCP, esto daría la oportunidad de tener varios reanimadores dando RCP usando solo las manos hasta que llegue la ayuda.

¿Cuándo debo dejar de realizar la RCP usando solo las manos?

Continúa comprimiendo con fuerza y rápidamente en el centro del pecho hasta que llegue ayuda. Si la persona habla, se mueve o respira con normalidad mientras estás administrando las compresiones torácicas, puedes detener la RCP usando solo las manos.

¿Puedo romper las costillas a alguien realizando la RCP?

Sí, sin embargo, la posibilidad de provocar una lesión es mínima comparada con la oportunidad de salvar una vida realizando compresiones torácicas. Las probabilidades de sobrevivir a un paro cardíaco extrahospitalario son nulas si la persona no recibe de inmediato compresiones torácicas de alta calidad con interrupciones mínimas seguidas de tratamiento adicional en minutos (una descarga de desfibrilador o cuidados avanzados del personal del SEM).

Conozco la RCP usando solo las manos, ¿todavía necesito aprender la RCP con ventilaciones?

La RCP es una habilidad que puede mejorarse con la práctica. La American Heart Association sigue recomendando realizar un curso de RCP para que aprendas y practiques las habilidades de la RCP, incluida la realización de compresiones torácicas de alta calidad. Las personas que recibieron capacitación en RCP tienen más probabilidad de realizar compresiones torácicas de alta calidad y tienen mayor confianza en sus habilidades que aquellas que no recibieron capacitación (o no la han recibido en los últimos cinco años). Incluso un programa corto de entrenamiento en RCP que puedes hacer en casa, como el programa de 20 minutos CPR Anytime® de la American Heart Association, ofrece capacitación y práctica de habilidades que pueden prepararte para realizar compresiones torácicas de alta calidad.

Preguntas de debate:

- ¿Qué otras preguntas tienes sobre la RCP?