

Reanimación cardiopulmonar

Cuando el corazón deja de latir (paro cardíaco), quedan solo unos pocos minutos para que la persona muera, a menos que la **circulación** (el flujo sanguíneo) regrese o se lo restablezca. Suministrar **reanimación cardiopulmonar** (cardiopulmonary resuscitation, **CPR**) es una manera de mantener cierto nivel de circulación hasta que llegue la ayuda experta. La compresión, es decir, ejercer presión sobre el pecho del paciente y luego permitir que el pecho vuelva a elevarse, ayuda a impulsar algo de sangre a través del corazón, hacia los pulmones y las arterias principales del cuerpo (incluido el cerebro). Estas compresiones del pecho, en lo posible combinadas con **respiración** artificial que suele hacerse “boca a boca”, son lo que se denomina **CPR básica**. Los desfibriladores automáticos externos (automated external defibrillators, AED) han pasado a ser parte de las prácticas de reanimación fuera del hospital. El uso de un AED puede salvar la vida en ciertos tipos de paro cardíaco. La disponibilidad de AED es cada vez mayor en escuelas, sedes deportivas, aeropuertos y otros lugares públicos. El número de *JAMA* del 6 de octubre de 2010 incluye un artículo sobre el uso exclusivo de compresiones del pecho en la CPR, sin aplicar respiración boca a boca, durante un paro cardíaco fuera del hospital.



CÓMO HACER CPR

PIDA AYUDA. ACTIVE EL SISTEMA DE RESPUESTAS DE EMERGENCIAS LLAMANDO AL 9-1-1 EN LOS ESTADOS UNIDOS Y CANADÁ. SI SE ENCUENTRA DISPONIBLE UN AED, PIDA QUE SE LO TRAIGAN.

Después de confirmar que el paciente no responde y está inconsciente, compruebe si respira. Si no es así, abra las vías respiratorias levantándole suavemente el mentón. Si el paciente no respira, comience la CPR de inmediato administrando 2 respiraciones y comenzando las compresiones del pecho. Si no se siente cómodo dando respiración de rescate boca a boca, realice igualmente las compresiones del pecho. Coloque el talón de una mano en el medio del esternón y ubique la otra mano encima. Presione con fuerza hacia abajo, comprimiendo el pecho entre 1 pulgada y media y 2 pulgadas, a razón de 100 veces por minuto aproximadamente. Si tiene acceso inmediato a un AED, aplique las almohadillas en el pecho del paciente, de acuerdo con las ilustraciones de la caja del AED. Encienda el AED. Permita que el AED analice el ritmo cardíaco del paciente. Escuche lo que indica el AED y siga las instrucciones que le dé. Si el AED administra una descarga eléctrica pero el paciente no recupera la conciencia de inmediato, vuelva a iniciar las compresiones del pecho durante 2 minutos y, a continuación, controle nuevamente el AED, de acuerdo con las instrucciones de la caja. En este momento, compruebe si el paciente tiene pulso. Si no hay pulso, vuelva a iniciar las compresiones del pecho y siga haciéndolo hasta que llegue la ayuda calificada.

Las personas sin formación médica pueden estar más dispuestas a realizar CPR mediante compresiones del pecho únicamente, lo que podría mejorar las posibilidades de supervivencia en casos de paros cardíacos fuera del hospital. Saber cómo hacer CPR básica (compresiones del pecho y uso de un AED) podría salvarle la vida a un ser querido, un colega o un vecino. Puede obtener más información sobre la capacitación en CPR en los sitios web de la American Heart Association (Asociación Americana del Corazón) y la Cruz Roja Americana, los cuales se indican más arriba.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- American Heart Association (Asociación Americana del Corazón) www.americanheart.org
- Cruz Roja Americana www.redcross.org
- American College of Emergency Physicians Foundation (Fundación del Colegio Americano de Médicos de Emergencia) www.emergencycareforyou.org

INFÓRMESE

Para encontrar esta y otras Hojas para el paciente de *JAMA* anteriores, vaya al enlace Patient Page (Hoja para el paciente) del sitio web de *JAMA* en www.jama.com. Muchas están disponibles en inglés y español. El 9 de agosto de 2006 se publicó una Hoja para el paciente sobre desfibriladores automáticos externos.

Fuentes: American Heart Association; American Red Cross; National Heart, Lung, and Blood Institute; American College of Emergency Physicians

Janet M. Torpy, MD, Writer

Cassio Lynn, MA, Illustrator

Richard M. Glass, MD, Editor

La Hoja para el paciente de *JAMA* es un servicio al público de *JAMA*. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, *JAMA* le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales sanitarios pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades llame al 312/464-0776.

JAMA
COPIA PARA
SUS PACIENTES