

Detrás de cada persona capacitada existe una posibilidad de **SALVAR UNA VIDA**, tenemos mucho trabajo por delante y asumimos el compromiso.

Para más información ingresá en



PROGRAMA MUNICIPAL

REANIMEMOS

"Compromiso con la vida de corazón a corazón"

Reanimemos nació en 2017 con el objetivo de brindar capacitaciones sobre la atención primaria del paro cardiorrespiratorio y de esta manera prevenir muertes evitables de origen cardiovascular. Además, tiene la finalidad de promover acciones de promoción y concientización sobre la importancia de aprender las técnicas de reanimación cardiopulmonar.

ESTA TAREA SE ENCUENTRA ENMARCADA EN LAS SIGUIENTES PREMISAS

Capacitar en la atención primaria básica del paro **cardio-respiratorio**

("RCP sólo con las manos", uso del Desfibrilador Externo Automático y Maniobra de Heimlich.

Aprender las técnicas de reanimación



Acercar esta metodología a los vecinos, vecinas y diversos sectores de **Mar del Plata y Batán**

MANIOBRAS A TENER EN CUENTA EN ADULTOS

Las maniobras de compresión torácica pueden mantener la circulación de la sangre oxigenada remanente hacia el cerebro y otros órganos, hasta la llegada del equipo de Emergencias. Cuando el corazón se detiene, el cuerpo ya no recibe sangre oxigenada y esta falta puede causar daño cerebral en pocos minutos.

¿Cómo podemos actuar ante una persona en Paro Cardiorrespiratorio?

- 1 Observar que el lugar sea un área segura para quien asistirá a la persona afectada.
- 2 Identificar si la persona está en Paro Cardiorrespiratorio, es decir, no responde a estímulos y no respira o respira mal (jadeo o boqueo). Estas acciones no deben demorar más de 10 segundos.
- 3 Comunicarse al **107 (Emergencias Médicas)**. Si hay otras personas en el lugar indicarle que realice este llamado y comenzar con las compresiones torácicas (colocar a la víctima sobre una superficie firme y segura).
- 4 Estas maniobras se realizarán hasta la llegada del equipo de Emergencias. Es por este motivo que resulta sumamente importante la capacitación en maniobras de RCP, ya que se debe cambiar de operador (quien realiza las compresiones) cada 2 minutos para brindarle a la persona una RCP de alta calidad.
- 5 En caso de recuperación de la persona afectada, se colocará en Posición Lateral de Seguridad, haciéndolo rotar hacia un costado de forma tal de poder observar su rostro, reacción y respiración



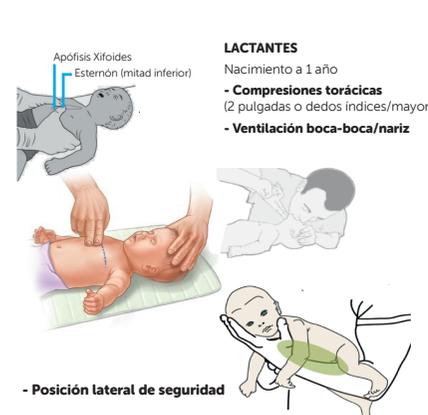
- Espalda recta
- Brazos extendidos sin doblar los codos
- Manos entrelazadas sobre la mitad inferior del esternón
- Compresión aprox. 6cm en adultos (1/3 de tórax)
- Frecuencia: entre 100-120 compr/min.



MANIOBRAS A TENER EN CUENTA EN LACTANTES Y NIÑOS

Para evitar cualquier episodio que ponga en riesgo su vida es fundamental tener presente la **PREVENCIÓN**. Al dormir, comer, deambular y en las actividades recreativas y cotidianas ya que la causa principal del paro cardiorrespiratorio en este rango etario (desde el nacimiento hasta los 8 años) es por insuficiencia respiratoria (asfixia).

- 1 Observar que el lugar sea un área segura para quien asistirá a la persona y colocarla sobre una superficie firme y segura.
- 2 Identificar si está en Paro Cardiorrespiratorio (no responde a estímulos, no respira o respira mal -jadeo o boqueo-), estas acciones no deben demorar más de 10 segundos
- 3 Dar 5 ventilaciones de rescate. En menores de 1 año abarcando boca y nariz y en mayores de 1 año comprimir nariz con dos dedos y administrar el aire boca a boca. Es muy importante observar que se eleve el tórax.
- 4 Si no se obtiene respuesta realizar un ciclo de RCP. Esto consiste en realizar 5 veces las 30 compresiones (a unos 4 o 5 cm del tórax) y 2 ventilaciones.
- 5 Comunicarse al 107 (Emergencias Médicas). Si hay otras personas indicarles la realización de esta tarea.
- 6 Continuar las compresiones torácicas y ventilaciones (1 persona ►30 compresiones por 2 ventilaciones o 2 personas ►15 compresiones por 2 ventilaciones cada una)
- 7 En caso de recuperación, se colocará en Posición Lateral de Seguridad.



LACTANTES
Nacimiento a 1 año
- **Compresiones torácicas**
(2 pulgadas o dedos índices/mayor)
- **Ventilación boca-boca/nariz**



**ALINEACIÓN DE LA VÍA AÉREA
(EN TODAS LAS EDADES)**



NIÑOS (1 a 8 años)
- **Compresión torácica con el talón de una mano**
- **Ventilación boca a boca (tapando nariz)**
- **Posición lateral de seguridad**