

CPR

CARDIOPULMONARY RESUSCITATION



1 Check to determine consciousness. Tap or gently shake the person and shout, "Are you OK?" If there is no response, shout for help. If you are alone, telephone emergency medical services before you assist victim.



6 If the victim is not breathing, GIVE TWO SLOW BREATHS, each breath lasting 1 second with enough volume to see the chest rise.

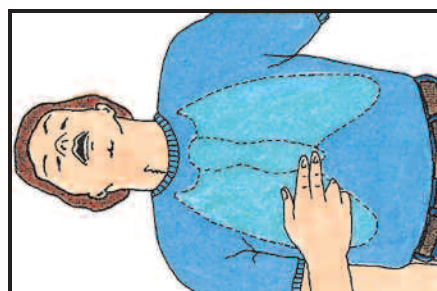


2 Telephone the Emergency Medical System or have someone else call.
ALWAYS HANG UP LAST!

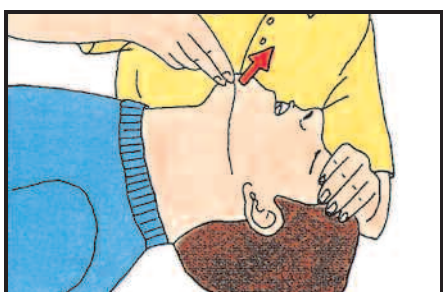
7 Begin the first cycle of CPR with chest compressions followed by rescue breaths.



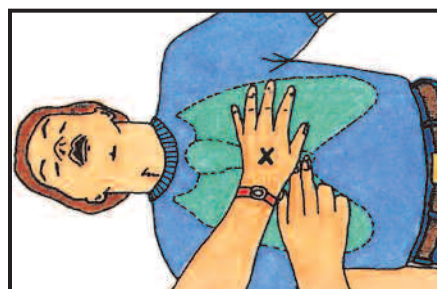
3 Position the victim onto the back, while supporting the neck. Avoid twisting the body.



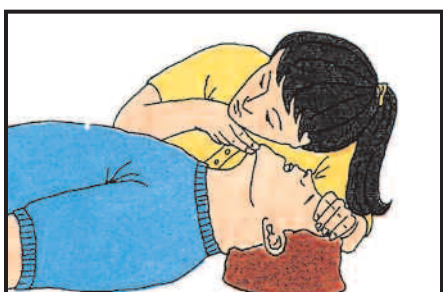
a. Locate the sternal notch (area where ribs meet).



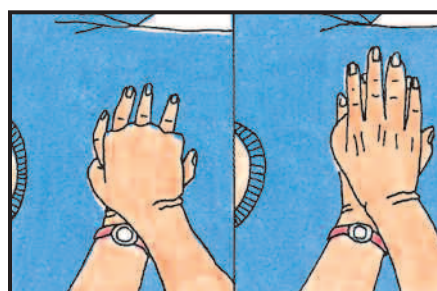
4 Tilt the head back and lift the chin to open airway.



b. Place the heel of your hand next to the sternal notch. Keep fingers off chest.



5 Check for breathing. LOOK at the chest. LISTEN for breaths. FEEL for breathing.



c. Begin compressions with your elbows straight and locked and your shoulders over your hands.

d. Count aloud to establish a rhythm.
e. Give THIRTY compressions followed by TWO rescue breaths.

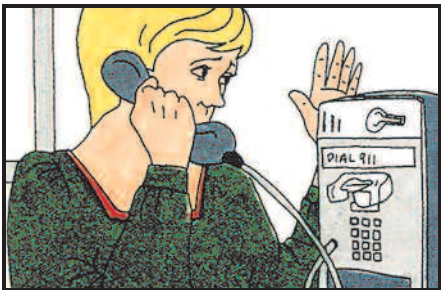
8 CONTINUE THE *THIRTY* CHEST COMPRESSIONS AND *TWO* RESCUE BREATHS CYCLE UNTIL AN AED ARRIVES, THE VICTIM BEGINS TO MOVE, OR PROFESSIONAL RESPONDERS TAKE OVER.

CPR

RESUCITACIÓN CARDIOPULMONAR



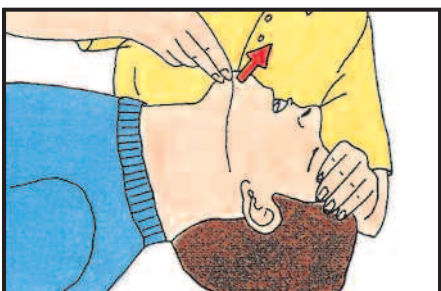
1 Chequee para determinar si la persona está consciente. Déle una palmadita o sacúdalo levemente y grite: ¿Está usted bien? Si no hay respuesta, grite pidiendo ayuda. Si usted está solo, llame por teléfono a los servicios de emergencias médicas antes de ayudar a la víctima.



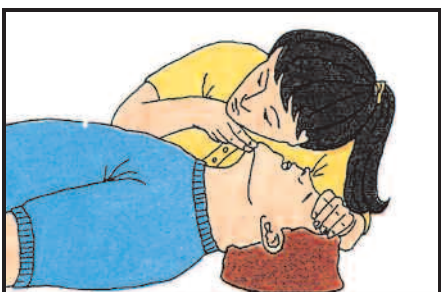
2 Llame por teléfono al Sistema de Emergencias Médicas o pídale a alguien que llame. **¡SIEMPRE SEA USTED EL ÚLTIMO EN COLGAR!**



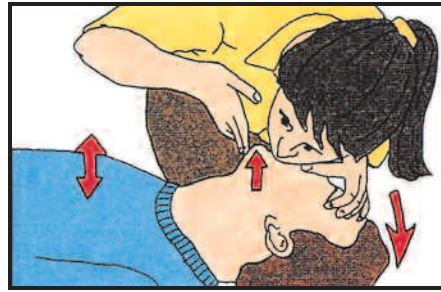
3 Ponga la víctima boca arriba, mientras que apoya el cuello. Trate de no torcer el cuerpo de la víctima.



4 Incline la cabeza hacia atrás y levante la barbilla para abrir las vías respiratorias.

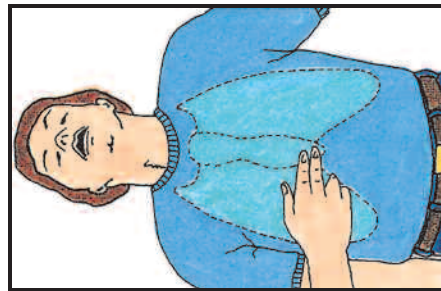


5 Chequee para ver si la persona está respirando. **MIRE** el pecho. **ESCUCHE** si hay respiros. **SIENTA** a ver si está respirando.

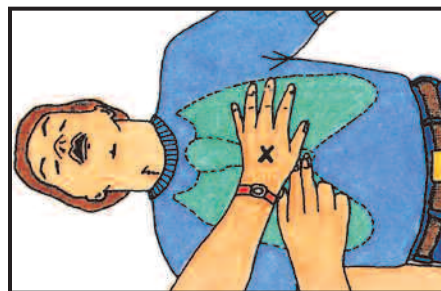


6 Si la víctima no está respirando, **ADMINISTRE DOS RESPIROS LENTAMENTE**, cada respiro durando de 1 segundo con suficiente volumen para ver que el pecho se llene.

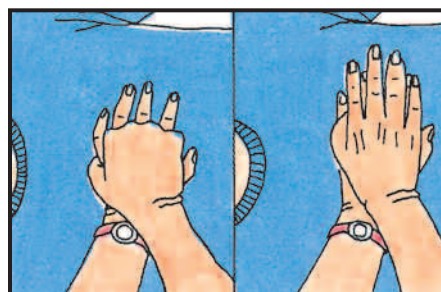
7 Comience el primer ciclo del CPR con compresiones del pecho seguidas por respiros de rescate.



a. Ubique la ranura esternal (área donde las costillas se unen).



b. Ponga la parte inferior de su mano al lado de la ranura esternal. Mantenga los dedos alejados del pecho.



c. Comience las compresiones con sus codos enderezados e inmóviles y sus hombros por encima de sus manos.

d. Cuente en voz alta para mantener un ritmo.

e. Haga **TREINTA** compresiones seguidas de **DOS** respiros de rescate (cuatro ciclos cada minuto).

8 **CONTINÚE EL CICLO DE LAS 30 COMPRESIONES Y DOS RESPIROS DE RESCATE HASTA QUE UN DESFIBRILADOR EXTERNO AUTOMATIZADO (AED) ESTÉ DISPONIBLE, LA VÍCTIMA EMPIEZA A MOVERSE O AYUDA PROFESIONAL SE HAGA CARGO.**