



## RCP USANDO SOLO LAS MANOS FRENTE A RCP CON VENTILACIONES

### RCP USANDO SOLO LAS MANOS



**LLAME AL NÚMERO LOCAL DE EMERGENCIAS**



**COMPRIJA FUERTE Y RÁPIDO EN EL CENTRO DEL PECHO**

Campaña de concienciación pública para aumentar el número de personas que actúan ante un paro cardíaco. Punto de partida para incrementar el aprendizaje de la RCP.

**Tenga en cuenta que no cumple con los requisitos si usted necesita entrenamiento en RCP para su trabajo.**

### ENTRENAMIENTO EN RCP



**COMPRESIONES + VENTILACIONES**

Se ofrece mediante clases online o presenciales. Ofrece un entrenamiento más profundo con un instructor, que incluye RCP con ventilaciones y desobstrucción.

**Suele ser necesario para las personas que necesitan entrenamiento en RCP por motivos laborales.**

## ¿CÓMO FUNCIONA?

**Las compresiones torácicas** son buenas en los primeros minutos de un paro cardíaco, ya que distribuyen el oxígeno por todo el cuerpo para mantener los órganos vitales con vida. Además, permiten ganar tiempo hasta que alguien con habilidades más avanzadas pueda ayudar.

**La RCP con ventilaciones combina compresiones torácicas y ventilaciones**, lo que aporta oxígeno adicional que circula a través del cuerpo.

## ¿A QUIÉN SE LE PRACTICA?

**Adultos y adolescentes.**

**Cualquier persona que esté en paro cardíaco, lo que incluye:** adultos y adolescentes, lactantes y niños, mujeres embarazadas y cualquier víctima de ahogamiento, sobredosis de fármacos, colapso debido a problemas respiratorios o paro cardíaco prolongado.

## ¿CÓMO APRENDO A REALIZARLA?

**Visite [international.heart.org/es/rcp-usando-solo-las-manos](https://international.heart.org/es/rcp-usando-solo-las-manos)** para aprender los pasos de la RCP usando solo las manos.

**Visite [international.heart.org/es/recursos-es](https://international.heart.org/es/recursos-es)** y haga clic en el botón Atlas para encontrar una clase en línea o cerca de usted.