

## RCP Hands-Only - Domande frequenti

### **D: Su cosa si basano i messaggi della RCP Hands-Only?**

R: L'American Heart Association collabora con alcuni dei professionisti sanitari e degli studiosi della RCP migliori al mondo. La revisione continua degli studi sulla RCP pubblicati ha portato al seguente Avviso Scientifico dell'American Heart Association, pubblicato nell'aprile del 2008 sulla rivista medica Circulation: "[Hands-Only \(Compression-Only\) Cardiopulmonary Resuscitation: A Call to Action for Bystander Response to Adults Who Experience Out-of-Hospital Sudden Cardiac Arrest.](#)" (Rianimazione cardiopolmonare Hands-Only [solo compressioni]: un invito all'azione per la risposta degli astanti di fronte ad adulti che subiscono un arresto cardiaco improvviso in ambiente extra-ospedaliero.)

### **D: Chi dovrebbe ricevere la RCP Hands-Only?**

R: La RCP Hands-Only è consigliata su adolescenti o adulti che si vedono collassare improvvisamente.

### **D: Ci sono occasioni in cui devo praticare la RCP tradizionale con ventilazioni?**

R: Sì, ci sono molte emergenze mediche che fanno sì che un individuo perda coscienza e smetta di respirare normalmente. In quei casi, la RCP tradizionale che include ventilazioni bocca-bocca potrebbe essere più utile della RCP Hands-Only. L'American Heart Association raccomanda di praticare la RCP con una combinazione di ventilazioni e compressioni per:

- tutti i lattanti (fino a 1 anno di età)
- i bambini (fino alla pubertà)
- chiunque venga trovato già non cosciente e che non respiri normalmente
- qualunque vittima di annegamento, sovradosaggio di farmaci, collasso dovuto a problemi respiratori o arresto cardiaco prolungato

### **D: Perché gli adolescenti o gli adulti che collassano improvvisamente non hanno bisogno delle ventilazioni bocca-bocca nei primi minuti in seguito a un arresto cardiaco?**

R: Quando un adolescente o un adulto collassa improvvisamente per un arresto cardiaco, solitamente dispone di abbastanza ossigeno per mantenere in salute gli organi vitali per i primi minuti. Praticare compressioni toraciche sufficientemente forti e veloci aiuterà a pompare sangue al cuore e al cervello. Studi hanno dimostrato che la RCP Hands-Only è efficace quanto la RCP tradizionale con ventilazioni quando viene effettuata nei primi minuti di un arresto cardiaco. Le ventilazioni non sono importanti quanto le compressioni toraciche poiché il livello di ossigeno nel sangue rimane sufficiente per i primi minuti che seguono un arresto cardiaco.

L'AHA raccomanda di praticare la RCP tradizionale se si sa come farla, ma la RCP Hands-Only rappresenta un'alternativa valida se il soccorritore non può o non vuole praticare ventilazioni (perché non è dotato di dispositivi di barriera o non sa come farle). L'AHA raccomanda di praticare la RCP con compressioni e ventilazioni su lattanti, bambini, vittime di annegamento o sovradosaggio di farmaci, o persone che collassano per problemi respiratori.

### **D: Nella RCP Hands-Only, perché non si cerca il polso carotideo della persona prima di iniziare con le compressioni?**

R: Lo scopo dell'insegnamento della RCP Hands-Only è fornire ai soccorritori non professionisti gli strumenti di base necessari a salvare una vita. Quando si assiste a un collasso, è possibile riconoscere un

arresto cardiaco in due semplici passaggi. I nuovi [video sulla RCP Hands-Only](#) dell'AHA mostrano la RCP Hands-Only e come usare correttamente un AED (defibrillatore esterno automatizzato), se disponibile. Questi video insegnano ai soccorritori cosa fare, poiché potrebbero avere poca o nessuna esperienza con le emergenze sanitarie. In questi video, l'utente ha la possibilità di capire che una persona ha avuto un collasso e un arresto cardiaco, quindi eseguire immediatamente i due passaggi necessari a salvare una vita. Questi passaggi includono: attivare il sistema di risposta all'emergenza, praticare immediatamente compressioni toraciche e usare un defibrillatore esterno automatizzato, se disponibile. [Le nostre linee guida scientifiche](#) stabiliscono che verificare la presenza di pulsazioni è spesso sbagliato e ritarda l'inizio di compressioni toraciche vitali tra i soccorritori non professionisti. Pertanto, non è consigliato per chi non è un professionista sanitario. Le Linee guida dell'AHA riportano anche che studi hanno dimostrato che sia i soccorritori laici che gli operatori sanitari fanno fatica a individuare una pulsazione.

Anche gli operatori sanitari potrebbero impiegare troppo tempo per verificare la presenza di pulsazioni. Il soccorritore laico non deve controllare il polso e deve presumere che sia presente un arresto cardiaco se un adulto sviene improvvisamente o una vittima non cosciente non respira normalmente.

**D: Nella RCP Hands-Only, perché non devo verificare la presenza di respirazione prima di iniziare con le compressioni?**

R: Come spiegato in precedenza, il presupposto della RCP Hands-Only è che se si assiste al collasso di una persona si è in grado di praticare immediatamente compressioni toraciche salva vita. Se si assiste ad un collasso improvviso, solitamente la causa è un arresto cardiaco ed è necessario eseguire immediatamente le compressioni.

**D: Ora che conosco la RCP Hands-Only, è ancora necessario che impari la RCP con ventilazioni?**

R: La RCP è una competenza che può essere migliorata con la pratica. La American Heart Association continua a consigliare di seguire un corso per fare pratica e imparare le competenze della RCP, tra cui praticare compressioni toraciche di alta qualità. È più probabile che chi ha avuto una formazione sulla RCP pratici compressioni toraciche di alta qualità e sia più sicuro delle proprie competenze, rispetto a chi non è stato formato (o non è stato formato negli ultimi cinque anni). Anche un breve programma di formazione sulla RCP che si può fare a casa o sul luogo di lavoro, come il programma di 20 minuti CPR Anytime® (RCP in qualunque momento) fornisce una formazione sulle competenze e sulla pratica che può preparare l'utente a fornire compressioni toraciche di alta qualità.

Seguire un corso di formazione come Family & Friends® CPR (Famiglia e amici RCP) con un facilitatore o Heartsaver® RCP AED con un istruttore AHA può anche insegnare tutte le competenze necessarie ad aiutare a salvare una vita. Per trovare il corso più vicino, visitare [Atlas](#).

Inoltre, ci sono molte emergenze mediche che fanno sì che un individuo perda coscienza e smetta di respirare normalmente. In queste emergenze, la RCP con ventilazioni bocca-bocca potrebbe essere più utile rispetto alla RCP Hands-Only. Alcuni esempi includono: lattanti e bambini non coscienti, chiunque venga trovato già non cosciente e che non respiri normalmente e vittime di annegamento, sovradosaggio di farmaci o collasso dovuto a problemi respiratori.

**D: La RCP Hands-Only è efficace quanto la RCP con ventilazioni?**

R: Ogni tentativo di RCP è meglio di nessun tentativo. È stato dimostrato che la RCP Hands-Only praticata da un astante è efficace quanto la RCP con ventilazioni bocca-bocca nei primi minuti di un arresto cardiaco improvviso in ambiente extra-ospedaliero. Tuttavia, per certe persone, la RCP con ventilazioni

potrebbe essere migliore rispetto alla RCP Hands-Only, come nel caso di lattanti e bambini, adolescenti o adulti trovati in arresto cardiaco (che non si sono visti collassare), o vittime di annegamento, sovradosaggio di farmaci o collasso dovuto a problemi respiratori.

**D: La American Heart Association ha modificato le raccomandazioni per gli operatori sanitari?**

R: No, le attuali raccomandazioni per gli operatori sanitari dell'American Heart Association non sono cambiate.

**D: Se ho ricevuto una formazione nella RCP con ventilazioni (2 ventilazioni ogni 30 compressioni) e vedo un adulto collassare improvvisamente, cosa devo fare?**

R: Chiamare il 112 e iniziare la RCP.

Se si è formati nella RCP con ventilazioni, con compressioni toraciche di alta qualità con interruzioni minime, praticare la RCP tradizionale (RCP con un rapporto di 2 ventilazioni ogni 30 compressioni) o la RCP Hands-Only. Continuare la RCP finché non è possibile utilizzare un AED o finché il sistema di emergenza territoriale o un operatore sanitario non arrivano per prestare assistenza alla vittima.

Se non si è formati per praticare la RCP con ventilazioni, con compressioni toraciche di alta qualità con interruzioni minime, praticare la RCP Hands-Only. Continuare la RCP Hands-Only finché non è possibile utilizzare un AED o finché il sistema di emergenza territoriale o un operatore sanitario non arrivano per prestare assistenza alla vittima.

**D: Devo seguire un corso di formazione per imparare a eseguire la RCP Hands-Only?**

R: La RCP è una competenza che può essere aiutata con la pratica. Tuttavia, imparare la RCP Hands-Only è semplice e richiede unicamente due passaggi: chiamare il 112 e comprimere con forza e velocità sul torace. Per ulteriori informazioni sulla RCP Hands-Only, incluse risorse e video formativi, visitare il sito [international.heart.org/hands-only-cpr/](http://international.heart.org/hands-only-cpr/).

**D: Cosa faccio se trovo un adolescente o un adulto svenuto ma nessuno ha visto cosa è successo?**

R: Chiamare il 112 e iniziare la RCP. Se si è formati sulla RCP con ventilazioni bocca-bocca, chiamare il 112 e praticare la RCP. Se si conosce unicamente la RCP Hands-Only, chiamare il 112 e praticare la RCP Hands-Only finché non è possibile usare l'AED o fino all'arrivo di un operatore sanitario che presta assistenza avanzata alla persona.

**D: Quando chiamo il 112, cosa mi viene chiesto o detto?**

R: I sistemi di risposta all'emergenza sono diversi in tutto il mondo. Tuttavia, l'operatore del servizio di emergenza potrebbe fare domande riguardo all'emergenza. Potrebbe chiedere informazioni sulla persona e se è cosciente e respira normalmente. Potrebbe chiedere se si conosce la RCP e fornire indicazioni su come aiutare la persona fino all'arrivo di qualcuno con una formazione avanzata che subentra nell'assistenza. Potrebbe chiedere inoltre dettagli sul luogo in cui ci si trova. È importante essere specifici, specialmente se si chiama da un cellulare, poiché non è associato a un luogo fisso o a un indirizzo. Ricordare che rispondere alle domande dell'operatore non ritarderà l'arrivo dei soccorsi. È necessario rimanere al telefono finché l'operatore del servizio di emergenza non indica di chiudere la chiamata.

**D: Se utilizzo un AED che indica di eseguire la RCP con ventilazioni, devo praticare unicamente le compressioni toraciche?**

R: Seguire le istruzioni dell'AED e ridurre al minimo le interruzioni per le compressioni toraciche. Se si sa come praticare compressioni toraciche e ventilazioni, praticarle. Altrimenti, praticare la RCP Hands-Only.

Ricordare che chi è in arresto cardiaco deve ricevere compressioni toraciche di alta qualità. Comprimerne con forza e velocità al centro del torace con interruzioni minime.

**D: Cosa devo fare se inizio a stancarmi di eseguire compressioni toraciche prima che arrivino i soccorsi?**

R: Eseguire compressioni toraciche corrette è faticoso. Più ci si stanca, meno efficaci sono le compressioni. Se è presente qualcun altro che conosce la RCP, è possibile alternarsi. Alternare i soccorritori ogni 2 minuti circa o meno se ci si sente stanchi. Spostarsi rapidamente per mantenere le pause tra le compressioni le più brevi possibile. Se si è da soli, fare del proprio meglio per continuare a fornire la RCP. Inoltre, se un soccorritore può aiutare a istruire un'altra persona su come eseguire la RCP, questa diventa un'opportunità di avere più soccorritori che possono eseguire la RCP Hands-Only fino all'arrivo dei soccorsi.

**D: Come capisco se le pulsazioni di una persona sono tornate o se inizia a respirare, mentre sto praticando la RCP Hands-Only?**

R: Quando qualcuno inizia a respirare e ha una pulsazione, è probabile che abbia una reazione, che si lamenti, apra gli occhi o che inizi a muoversi.

**D: Quando smetto di praticare la RCP Hands-Only?**

R: Continuare a comprimerne con forza e velocità al centro del torace fino all'arrivo dei soccorsi. Se la persona parla, si muove o respira normalmente mentre si eseguono le compressioni toraciche, la RCP Hands-Only può essere interrotta.

**D: Non tutte le persone che collassano improvvisamente sono in arresto cardiaco. La RCP provoca lesioni gravi?**

R: È molto probabile che gli adolescenti o gli adulti che collassano improvvisamente abbiano un arresto cardiaco, e le loro possibilità di sopravvivenza sono pari a zero a meno che qualcuno non agisca immediatamente.

Chiamare il 112 e comprimerne con forza e velocità al centro del torace, con interruzioni minime. Se la causa del collasso è un arresto cardiaco, la RCP Hands-Only è un modo semplice ed efficace per raddoppiare o triplicare le possibilità di sopravvivenza della vittima. Se un adolescente o un adulto ha avuto un collasso per ragioni diverse dall'arresto cardiaco improvviso, la RCP Hands-Only può aiutare comunque la persona a riprendere coscienza (iniziare a muoversi, respirare normalmente o parlare). Se ciò accade, la RCP Hands-Only può essere interrotta.

Altrimenti, continuare le compressioni toraciche fino all'arrivo degli operatori del servizio di emergenza territoriale.

**D: Si possono rompere le costole di una persona eseguendo la RCP?**

R: Sì, tuttavia le possibilità di lesione potenziale sono minime comparate all'opportunità di salvare una vita praticando compressioni toraciche. Una revisione della letteratura scientifica effettuata nel 2004 ha mostrato che la RCP tradizionale può provocare la frattura di costole e/o sterno in almeno un terzo dei casi.<sup>†</sup> In uno studio di persone che avevano ricevuto tali lesioni dalla RCP, le fratture non avevano

provocato emorragie interne gravi o decesso.‡ La possibilità di sopravvivere a un arresto cardiaco in ambiente extra-ospedaliero è pari a zero per una persona che non riceve immediatamente compressioni toraciche di alta qualità con interruzioni minime seguite da terapia aggiuntiva entro pochi minuti (la scarica di un defibrillatore e/o assistenza avanzata da parte del personale del servizio di emergenza territoriale).

‡ Lederer W, Mair D, Rabl W, Baubin M. Frequency of rib and sternum fractures associated with out-of-hospital cardiopulmonary resuscitation is underestimated by conventional chest x-ray. Resuscitation. 2004;60:157-162.

† Hoke RS, Chamberlain D. Skeletal chest injuries secondary to cardiopulmonary resuscitation. Resuscitation. 2004;63:327-338.

### **D: È pericoloso praticare la RCP senza avere ricevuto una formazione?**

R: In media, ogni tentativo di praticare la RCP a una persona è meglio che nessun tentativo di fornire soccorso.

### **D: Perché la American Heart Association ha deciso di consigliare la RCP Hands-Only per adolescenti e adulti che collassano improvvisamente?**

R: L'American Heart Association pubblica Linee Guida aggiornate per la rianimazione cardiopolmonare (RCP) e il trattamento delle emergenze cardiovascolari. Queste linee guida riflettono una revisione approfondita della scienza attuale da parte di esperti internazionali. Le linee guida 2010 riportavano che in studi sull'arresto cardiaco in ambiente extra-ospedaliero, gli adulti che avevano ricevuto la RCP Hands-Only da un assistente avevano più probabilità di sopravvivere rispetto a chi non aveva ricevuto nessun tipo di RCP. L'aggiornamento delle linee guida 2015 dell'AHA per RCP ed ECC ha confermato questa raccomandazione. In altri studi, il tasso di sopravvivenza di adulti in arresto cardiaco trattati da persone che non erano professionisti sanitari era simile con la RCP Hands-Only e la RCP con ventilazioni.

Quando intervistati, gli assistenti riferivano che il panico era l'ostacolo maggiore al praticare la RCP. La tecnica Hands-Only, più semplice, potrebbe aiutare a superare il panico e l'esitazione ad agire.

### **D: La RCP Hands-Only è stata introdotta nel 2008 come Avviso Scientifico. Qual è il processo dell'American Heart Association per la pubblicazione di dichiarazioni, linee guida e avvisi scientifici?**

R: Studiosi e medici che si prestano come esperti volontari per l'American Heart Association monitorano e revisionano continuamente la letteratura scientifica relativa alla diagnosi e al trattamento delle patologie cardiovascolari e l'ictus. Quando gli esperti concordano che le evidenze pubblicate supportano una raccomandazione nuova o modificata, un gruppo di esperti redige una dichiarazione, linee guida o un avviso scientifico per la pubblicazione in una rivista medica con revisione paritaria.

### **D: L'American Heart Association offre prodotti che insegnano la RCP Hands-Only?**

R: Ci sono alcuni corsi che insegnano la RCP Hands-Only e forniscono un'opportunità per fare pratica su un manichino. Il kit di formazione Adult & Child CPR Anytime (Adulto e bambino, RCP in qualunque momento) e Family and Friends (Famiglia e amici) sono due prodotti basati sulla comunità che offrono formazione nella RCP Hands-Only. Inoltre, l'AHA fornisce una formazione mediante i corsi Heartsaver®, che offrono opzioni di apprendimento integrato e formazione in aula con un istruttore per chi ha bisogno o meno di un attestato di completamento del corso per questioni lavorative. Mediante lo strumento Trova un corso RCP, è

possibile trovare una rete di Centri di formazione e Istruttori AHA autorizzati che offrono formazione in aula in presenza e sessioni di valutazione delle competenze in luoghi dedicati. Lo strumento è disponibile all'indirizzo [atlas.heart.org](https://atlas.heart.org).