

# HÉROES DEL CORAZÓN DEL CONDADO DE LOS ÁNGELES



## ¿POR QUÉ APRENDER LA RCP USANDO SÓLO LAS MANOS?

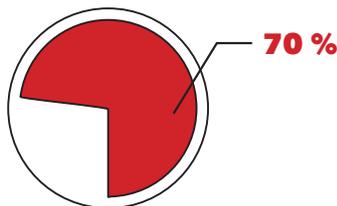
El paro cardíaco es una alteración eléctrica del corazón que produce un ritmo cardíaco irregular (arritmia) e interrumpe el flujo de sangre al cerebro, los pulmones u otros órganos. Es una de las principales causas de muerte. Cada año se producen más de 350,000 paros cardíacos fuera del hospital evaluados por el SEM en Estados Unidos.

La supervivencia de las víctimas de paro cardíaco depende de que alguien cercano realice la RCP inmediatamente.

Según la Asociación Americana del Corazón, aproximadamente un 90% de las personas que sufre un paro cardíaco muere fuera del hospital. La RCP, especialmente si se realiza de inmediato, puede duplicar o triplicar las probabilidades de supervivencia de las víctimas de paro cardíaco.

## SEA LA DIFERENCIA PARA UN SER QUERIDO

Si tiene que realizar la RCP ante una emergencia, es más que probable que la víctima a la que intenta salvar sea un ser querido: su hijo, su pareja, sus padres o un amigo.



El 70% de los paros cardíacos suceden en casa, y no en los hospitales



Sólo el 46% de las personas que sufren un paro cardíaco fuera del hospital obtienen la ayuda necesaria de forma inmediata antes de la llegada de los profesionales



**Se ha demostrado que la RCP usando sólo las manos es tan eficaz como la RCP convencional en caso de paro cardíaco en el domicilio, en el trabajo o en algún lugar público.**

La RCP usando sólo las manos consta de dos pasos muy sencillos en este orden:

1



Llame al 9-1-1 si ve a un adolescente o a un adulto que sufre un colapso súbito



2



Presione fuerte y rápido en el centro del pecho al ritmo de una canción conocida que tenga un ritmo de entre 100 y 120 compresiones por minuto