

# Una Sociedad que salva vidas



**16 DE OCTUBRE 2017**

**EUROPEAN RESTART A HEART DAY**

**Mejorando la concienciación sobre la parada cardiaca**

---

**WWW.RESTARTAHEART.EU #restartaheart**



## 1. LLAME

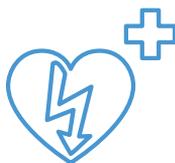
Acérquese de forma segura

- Compruebe si la víctima responde
- Incline la cabeza hacia atrás, eleve el mentón y compruebe la respiración.
- Si la víctima no respira con normalidad, inicie la RCP
- Llame al 112 y siga sus instrucciones
- Si hay alguien con usted, pídale que llame al 112 y que le traiga un DEA si es posible



## 2. COMPRIMA

- Coloque ambas manos en el centro del pecho
- Comprima el pecho al ritmo de "Stayin' Alive"
- Si sabe cómo hacerlo, administre 2 respiraciones de rescate cada 30 compresiones, en caso contrario, haga compresiones de forma continua
- Comprima fuerte. No se preocupe, no puede hacerle ningún daño



## 3. DÉ UNA DESCARGA

- Si llega un DEA, enciéndalo inmediatamente y siga las instrucciones



## 4. SONRÍA

- Cuando lleguen los servicios de emergencia continúe hasta que le digan que pare
- Sonría! Sus manos pueden reiniciar un corazón y salvar una vida
- SIEMPRE es mejor hacer algo que no hacer nada
- ¡Bien hecho!

Una iniciativa de...



EUROPEAN  
RESUSCITATION  
COUNCIL

[www.erc.edu](http://www.erc.edu)

[WWW.RESTARTAHEART.EU](http://WWW.RESTARTAHEART.EU)  
#restartaheart



Consejo  
Español