

- **Respiración de Salvamento**

Hay necesidad de ayudar a respirar a la víctima cuando han cesado los movimientos respiratorios o cuando los labios, la lengua o uñas de los dedos se tornan azules. En caso de duda, comience con la respiración artificial. Esto no va a dañar al accidentado en caso de que no lo necesite, pero, una demora puede costarle la vida, si realmente necesitaba respiración artificial.

Respiración Artificial:

- Comience inmediatamente. Cada segundo que pasa es muy importante.
- Revise la boca y la garganta para remover obstrucciones.
- Coloque a la víctima en posición apropiada y comience la respiración artificial.
- Mantenga un ritmo respiratorio regular de 15 respiraciones por minuto.
- Manténgase en la misma posición Una vez que la víctima comienza a respirar, esté alerta para poder iniciar otra vez la respiración artificial en caso necesario.
- Llame a un médico.
- No mueva a la víctima a no ser que sea absolutamente necesario para sacarla de un sitio de peligro. No espere, o mire alrededor buscando ayuda.
- Afloje las ropas, camisa, cinturón, cuello, corbata y mantenga a la víctima abrigada.
- No se dé por vencido.

Método de Respiración Artificial Manual:

Este método de respiración artificial debe usarse en caso de que por cualquier razón no pueda usarse el método de boca-a-boca.

- Coloque a la víctima con la cara hacia arriba.
- Ponga algo debajo de los hombros para mantener levantados los hombros del accidentado, de manera que, la cabeza caiga hacia atrás. Arrodílese detrás de la cabeza del accidentado mirando hacia la cara de la víctima.
- Tome ambas manos de la víctima y crúcelas hacia adelante, empujándolas contra la parte baja del pecho del accidentado.
- Inmediatamente estire los brazos de la víctima hacia afuera, arriba y atrás, lo más que pueda.
- **REPITA ESTE MOVIMIENTO DE BRAZOS POR UN PROMEDIO DE 15 VECES POR MINUTO.**

- En el caso que se encuentre con la ayuda de otra persona, esta deberá sostener la cabeza hacia atrás y levantar la mandíbula hacia adelante.



Respiración de Boca-a-Boca En lactantes y Niños Pequeños:

- Coloque al niño con la cara hacia arriba. Incline la cabeza del niño hacia atrás.
- Levante con sus dedos la mandíbula inferior del niño en tal forma que sobresalga hacia afuera.
- Mantenga al niño en ésta posición para que la lengua no obstruya el paso del aire.
- Tome una respiración profunda y ponga su boca sobre LA BOCA Y NARIZ del niño.
- Sople suavemente dentro de la boca y nariz del niño el aire que usted tomó, hasta que vea levantarse el pecho del niño y usted sienta que ha expandido sus pulmones. El aire que usted ha respirado dentro de los pulmones del niño tiene suficiente oxígeno para salvarle la vida.
- Separe su boca de la del niño y deje que salga el aire.
- Al sentir o ver que el aire ha salido, aspire aire nuevamente y ponga su boca sobre la boca y nariz del niño.
- REPITA EL MISMO PROCEDIMIENTO 15 VECES POR MINUTO.
- Cuando sea posible, ponga su mano sobre el estómago del niño. Use presión moderada para evitar que el estómago se llene de aire.



Respiración Boca-a-Boca para Adultos:

- Coloque a la víctima con la cara hacia arriba.
- levante el cuello de la víctima con una mano. Incline la cabeza hacia atrás y sosténgala con la otra mano. Busque obstrucciones en la boca.

- Levante hacia arriba la mandíbula de la mano que sostenía el cuello. En ésta forma se evita que la lengua obstruya el paso de aire a los pulmones.
- aspire profundo, y ponga su boca sobre la boca o la nariz de la víctima. Presione su boca firmemente contra la boca de la víctima para que no se escape el aire.
- sople el aire aspirado, dentro de la boca o nariz de la víctima, hasta que vea que el pecho se levanta. El aire que usted sopla dentro de los pulmones de la víctima tiene suficiente oxígeno para salvar la vida.
- Separe su boca y deje que salga el aire que usted sopló dentro de la boca de la víctima.



En la Respiración Boca-a-nariz:

- Esté seguro de presionar su boca suficientemente contra la nariz del paciente y mantenga los labios de la víctima cerrados con los dedos de su mano, para que no se escape el aire en el momento de que usted sople aire dentro de la nariz de la víctima.

En la Respiración Boca-a-Boca:

- Presione fuertemente sus labios contra los labios de la víctima y cierre la nariz del paciente en el momento que usted sople el aire dentro de la boca del paciente.
- Apenas sienta usted que el aire ha salido, tome más aire y ponga su boca nuevamente sobre la boca o nariz del paciente y vuelva a respirar por él.
- REPITA EL MISMO PROCEDIMIENTO 15 VECES POR MINUTO.

Ventajas de la Respiración Boca-a-Boca

35. La víctima no necesita colocarse en posición especial, o sobre el suelo. La respiración de boca-a-boca puede administrarse en el agua o en cualquier lugar.

36. No se necesita de aparatos especiales.

37. La persona que proporciona los primeros auxilios puede mantener la respiración de boca-a-boca por varias horas sin fatigarse, aún con víctimas de mayor tamaño.
38. Las manos se pueden mantener libres para usarlas en colocar la cabeza estirada hacia atrás y levantar la mandíbula hacia arriba. Esto evita la obstrucción de la entrada del aire a los pulmones, que es el motivo de fracaso más común en la respiración artificial.
39. El que administra este tipo de respiración puede ver, sentir y escuchar, los efectos cada vez que sopla aire dentro de los pulmones del paciente.
40. Además, él puede controlar la cantidad de aire, el número de respiraciones y la presión necesaria para soplar aire dentro de la boca de la víctima.