



7 de mayo 2021

Con motivo del Día Nacional de la Resucitación el 11 de mayo, el Consejo Nacional de Resucitación (CNR) convoca a sus integrantes y a los Centros y Sitios de Entrenamiento acreditados a realizar actividades de promoción y difusión \* bajo el lema: **“También en pandemia, tus manos pueden salvar vidas”**.

El CNR ve con preocupación la posibilidad que aumente la incidencia del paro cardíaco extrahospitalario PCEH y su mortalidad en Uruguay dada la situación epidemiológica actual que indica una gran circulación del virus SARS-CoV-2, y la evidencia internacional al respecto.

Dados los cometidos del CNR, y más allá de los recaudos que deba tomar la autoridad sanitaria en cuanto al sistema sanitario, el CNR exhorta a redoblar los esfuerzos para promover la intervención de los testigos presenciales (reconociendo el paro, pidiendo ayuda, tomando las medidas de bioseguridad, iniciando masaje cardíaco externo precozmente y usando el DEA más cercano mientras llega la ayuda médica) como acción crítica y determinante de la supervivencia a la muerte súbita.

Las medidas de bioseguridad son sencillas y están resumidas en las siguientes recomendaciones:

- Cuando evalúe a una persona que no responde, NO realice la maniobra “miro, escucho y siento”, sólo MIRE si respira normalmente.
- Procure cubrir la boca y la nariz, suyas y de la víctima, con una mascarilla, prenda de ropa o toalla, lo cual podría reducir la diseminación del virus durante el masaje cardíaco.
- Evite la respiración boca a boca. Se recomienda la resucitación sólo con las manos en caso de muerte súbita del adulto. En el caso de paro respiratorio como suele ser frecuente en niños, tomando en cuenta que la mayoría de los testigos presenciales suelen ser integrantes del hogar o cuidadores (por tanto con exposición previa al SARS-CoV 2 si la víctima está infectada), es probable que estén dispuestos a realizarla.
- La utilización del DEA no implicaría ningún riesgo biológico para los rescatadores, y junto con el masaje cardiaco va a darle a las víctimas de muerte súbita las mejores chances de supervivencia.
- Al terminar su intervención lave sus manos tan pronto como sea posible o desinfectelas con alcohol al 70%, y consulte a su prestador de salud para asesoramiento sobre el cuidado de su salud y eventuales controles posteriores.
- Tome en cuenta que el hecho de estar completamente vacunado contra SARS-CoV-2 no lo exime de infectarse, pero sí está protegido de las formas graves de COVID-19.
- No olvides :

- Tus manos pueden salvar una vida.
- Las medidas de protección para disminuir el riesgo de transmisión del virus son simples. Actúa con seguridad y sin miedo.

Se solicita que informen sobre las actividades que realicen ese día, y si desean pueden hacer llegar material audiovisual a [consejonalesresucitacion@gmail.com](mailto:consejonalesresucitacion@gmail.com) para compartir en nuestras redes sociales. Aprovechando la ocasión se les invita a seguirlos (instagram @cnruy, twitter @cnruruguay1, facebook @cnruruguay) y a que en sus publicaciones etiqueten al CNR según la red, y utilicen el #cnruruguay.

\* El CNR exhorta a cumplir con los protocolos actuales de prevención COVID-19 del MSP, sugiriendo actividades online/virtuales y en redes sociales.

Directiva CNR 2021  
Dra. María Fernanda Xalambri  
Presidente

Dr. Marcelo Cabrera  
Vicepresidente

Dr. Martín Everett  
Secretario