

# 1. SITUACIONES DE URGENCIA

## RCP básica. Cómo aprender

### ¿Qué es la reanimación cardiopulmonar (RCP)?

La RCP básica es el conjunto de maniobras que deben hacerse cuando se ha identificado que una persona está en situación de parada cardiorrespiratoria. Consiste en sustituir las funciones circulatoria y respiratoria cuando no se dispone de material específico para ello y mientras se espera la llegada de personal sanitario que lleve a cabo un tratamiento más cualificado.

### Parada cardiorrespiratoria

#### ¿Qué es?

Es el cese brusco, inesperado y potencialmente reversible de la respiración y la circulación espontánea. En el caso de los niños no suele ocurrir de forma brusca. Casi siempre se para primero la respiración y después el corazón.

#### ¿Cuáles son los signos de una parada cardiorrespiratoria?

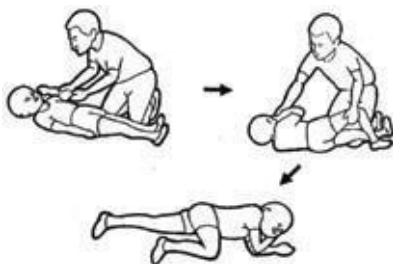
- **Inconsciencia:** no responde a estímulos ni verbales ni dolorosos.
- **Ausencia de respiración:** para saber si la víctima respira acercaremos la cara a su nariz, observando los movimientos del tórax y escuchando los ruidos respiratorios. Si hay dificultad para escucharlos actuaremos como si no respirara.
- **Ausencia de circulación:** se considera ausente si no hay signos vitales claros (tos, movimientos, respiración).

### ¿Cómo actuaremos ante una parada cardiorrespiratoria?

1. En primer lugar, debemos comprobar que la víctima no responde. Para ello, le hablaremos en voz alta, le tocaremos, pellizcaremos.
2. Avisar a alguna otra persona del centro y que avise al Servicio de Emergencias, llamando al 112 con móvil en altavoz y si hay DEA (desfibrilador externo automático) en el centro, lo traerá y colocará. Si estamos solos llamaremos al 112 con móvil en altavoz.
3. Si el niño no responde, pero respira, valoraremos colocarlo en la posición lateral de seguridad, pero no en caso de traumatismos o golpes importantes. También podemos dejarlo boca arriba con la vía aérea abierta con la maniobra frente-mentón, o la más adecuada según el caso.

## Posición lateral de seguridad:

- Colocar a la víctima boca arriba y totalmente estirada.
- Flexionar el brazo más cercano a nosotros a 90° hacia arriba.
- Flexionarle el brazo más alejado de nosotros sobre el cuerpo, con la muñeca a la altura del cuello.
- Flexionar la pierna más alejada de nosotros.
- Girar el cuerpo haciéndolo rodar hacia nosotros hasta que quede de lado. Se agarrará de la rodilla y del codo más alejados.
- La cabeza debe estar girada hacia un lado para evitar atragantamientos.
- La postura ha de ser estable. Debe permitir que la respiración sea correcta y que de forma periódica pueda comprobarse la respiración.



4. Si el niño no respira y no tiene signos vitales, comenzaremos la **reanimación cardiopulmonar** hasta que lleguen los servicios sanitarios de urgencia.

### A. Abrirle la vía aérea:

- Colocar la víctima boca arriba y totalmente estirada.
- Abrirle la vía aérea mediante la **maniobra frente-mentón**: con una mano se le levanta el mentón y se empuja la frente ligeramente hacia atrás (**no se hará esta maniobra si sospechamos una lesión craneal o de la columna vertebral**).



## B. Comprobar la respiración y los signos vitales:

- Durante un máximo de **10 segundos** observaremos los movimientos del tórax y del abdomen. Podremos oír y sentir la respiración al acercarnos a su cara. Comprobaremos si tose y se mueve.



Oír, ver y sentir.

## C. Si no respira y no tiene signos vitales:

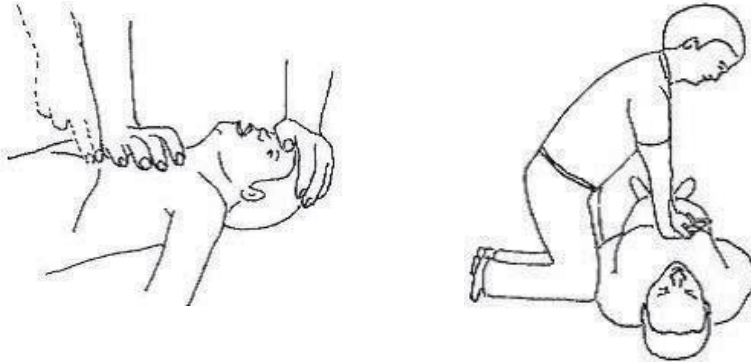
- **Boca-boca**. Para hacer la respiración boca-boca se pinza la nariz con los dedos índice y pulgar.
- Hacer **5 insuflaciones** comprobando que el tórax se eleva. Si el tórax no se eleva, recolocaremos la apertura de la vía aérea.

## D. Iniciaremos las **compresiones torácicas**:

- Colocar a la víctima en una superficie dura.
  - Hacer **30 compresiones** torácicas: se trata de hacer compresiones con el talón de la mano o con las dos manos sobre la mitad inferior del esternón con una fuerza que deprima aproximadamente un tercio de la profundidad del tórax y con una frecuencia de 100-120 por minuto.
  - Hacer **2 insuflaciones** de aire.
  - En caso de personas entrenadas en RCP pediátrica se pueden hacer 15 compresiones y 2 insuflaciones. En el caso de falta de experiencia o seguir la secuencia de RCP para adultos con la **relación masaje: insuflación 30:2**.
5. **Continuar** las maniobras de compresión y ventilación boca-boca en una **relación 30:2** hasta que la víctima recupere la respiración y los signos vitales, el DESA lo indique o hasta que lleguen los servicios de urgencia.
  6. Se colocará el DESA en cuanto esté disponible.
  7. Si no se pudo hacer antes, se realizará 1 minuto de RCP antes de ir a buscar ayuda y activar el SEM.
  8. **Avisar a la familia.**

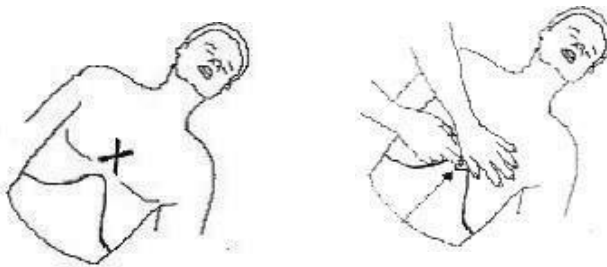
## ¿Cómo hacer las compresiones torácicas según la edad?

En los niños pequeños pueden hacerse con el talón de una mano y en niños mayores y adolescentes con las dos manos. Dependerá también del tamaño y el alcance de las manos del reanimador. Si solo se usa un mano, la otra mano se puede colocar para mantener la vía aérea abierta en todo momento (o para estabilizar, a nivel del codo, el brazo que comprime).



### Zona donde hacer compresiones y posición correcta

Comprima el tórax aproximadamente 1/3 de su diámetro anteroposterior y en el tercio inferior del esternón.



Imágenes extraídas de:

Reanimación cardiopulmonar básica. Guía de atención a emergencias sanitarias en los centros educativos.

En: Infomed [en línea]. Disponible en: <http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/urgencia/4rcp.pdf>

Calvo Macías C, Martínez IM, Núñez AR, Cid JLH. Reanimación cardiopulmonar básica en Pediatría. An Pediatr (Barc). 2006;65(3):241-51.

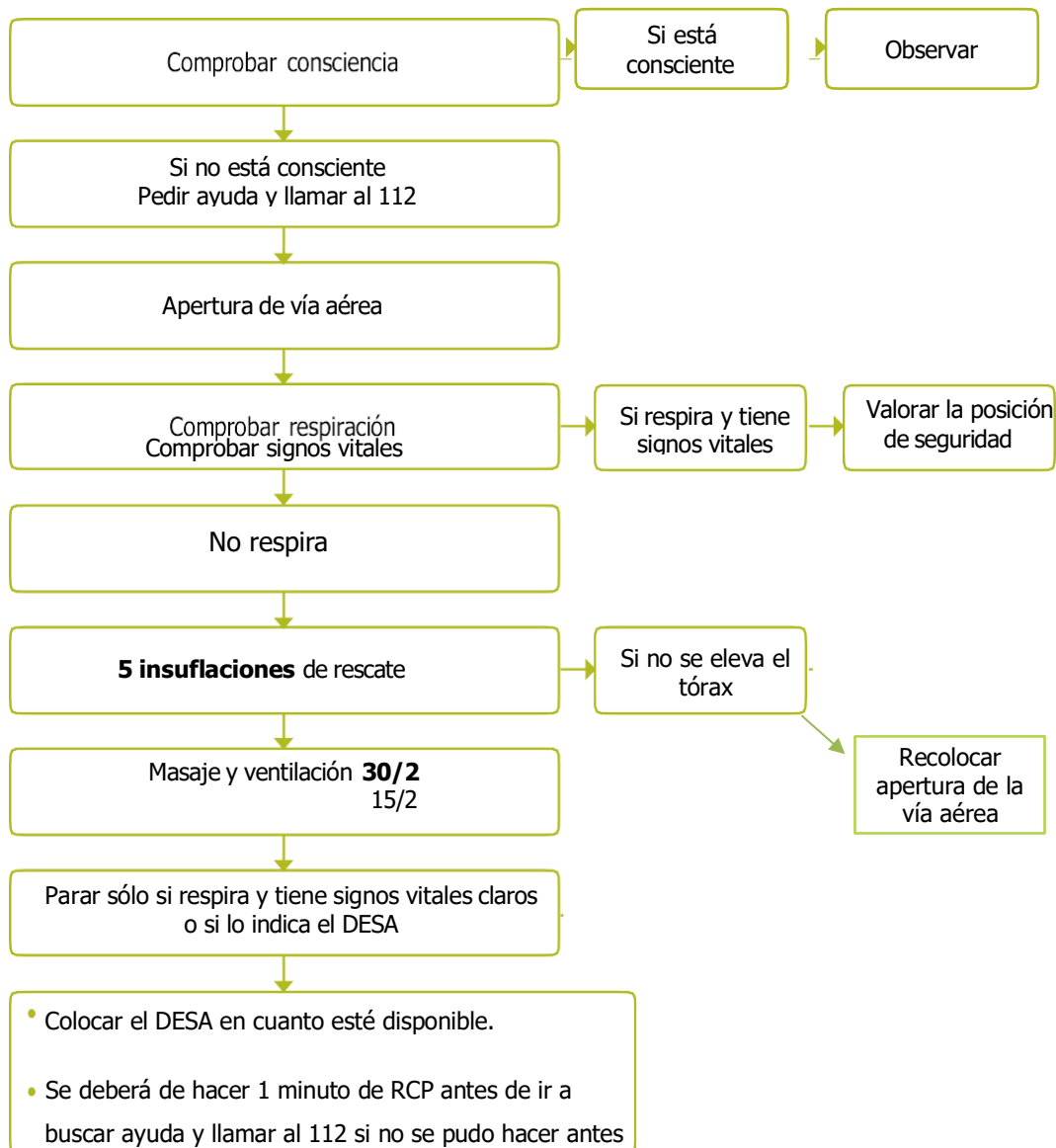
Hoy día, gracias a los teléfonos móviles, las personas sin experiencia en RCP pueden ser dirigidos por el teleoperador del centro de coordinación de urgencias.

Es una responsabilidad de todos el aprender a realizar una RCP básica pediátrica correcta. Debería estar al alcance de toda la población, y ya desde la escuela comenzar a enseñarlo.

## Regla de los primeros auxilios:

Haz solo lo que estés preparado o preparada para hacer y si no estás seguro o segura, NO LO HAGAS.

## Algoritmo de actuación en una parada cardiorrespiratoria



## **Recursos**

- [Simulador de RCP básica Salva una vida](#)
- [Videos demostrativos de las técnicas de reanimación cardiopulmonar básica pediátrica dirigido a población general realizados por el GERCPYUN.](#)

## **Bibliografía**

- [Puedes salvar la vida de tu bebé. ¡Aprende reanimación cardiopulmonar! | Familia y Salud](#)
- [C. Calvo Macías, I. Manrique Martínez, A. Rodríguez Núñez, J. López-Herce Cid. Reanimación cardiopulmonar básica en pediatría. An Pediatr \(Barc\). 2006;65\(3\):241-5.](#)
- J. López-Herce Cid, J. del Castillo, S.P. Morales et al., Novedades en las recomendaciones de reanimación cardiopulmonar pediátrica 2026, Anales de Pediatría, <https://doi.org/10.1016/j.anpedi.2026.504162>