

# 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 verbales ni dolorosos.
- **Ausencia de respiración:** para saber si la víctima respira, una vez abierta la vía aérea, acercaremos la cara a su nariz y boca, observando los movimientos del tórax y escuchando y sintiendo el flujo de la respiración. Si tenemos dudas, 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. Pedir ayuda a otra persona del centro para que avise al Servicio de Emergencias (SEM), es decir, llame al 112 con un móvil en modo altavoz. Y si hay un DESA (desfibrilador semiautomático) en el centro irá a buscarlo. Mientras, el primer reanimador continuará con las maniobras de RCP. Si estamos solo, llamará al 112 con móvil en modo altavoz.
3. **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 con la otra se empuja la frente ligeramente hacia atrás (**no se hará esta maniobra si sospechamos una lesión craneal o de la columna vertebral**). En bebés menores de un año el cuello se colocará sin hiperextensión, en posición neutra.



A Apertura de la vía aérea. A) Lactante, B) niño, C) sospecha de trauma cervical.  
Fuente de la imagen: An Esp Pediatr. 1999;51:409-16.

#### 4. Valorar 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. Y valoraremos los signos vitales (tos, movimientos).

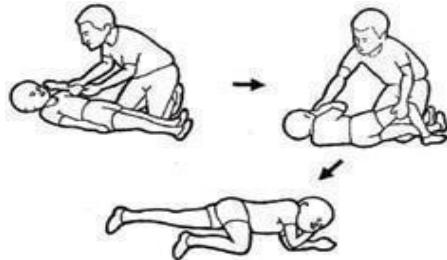


Comprobación de la respiración. Fuente: An Esp Pediatr. 2006; 65(3):241-51

5. Si la víctima **no responde, pero respira** con claridad, la mantendremos boca arriba con la vía aérea abierta. En los mayores de 1 año valoraremos el colocarlos en posición lateral de seguridad. Esta posición no la usaremos en los bebés o cuando sospechemos lesión en la columna vertebral tras golpe o caída. En cualquier caso, habrá que revalorar de forma constante si respira, y si pensamos que no respira o tenemos dudas, lo volveremos a colocar boca arriba.

## 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 su cuerpo, quedando la muñeca a la altura del cuello.
- Flexionarle la pierna más alejada de nosotros.
- Girar el cuerpo haciéndole rodar hacia nosotros hasta que quede de lado. Agarrarlo por el codo y rodilla más alejados.
- La cabeza debe estar girada hacia un lado para evitar atagantamientos.
- La postura ha de ser estable. Debe permitir que la respiración sea correcta y que de forma periódica pueda comprobarse la respiración.



Fuente de la imagen: An Pediatr (Barc). 2006;65(3):241-51

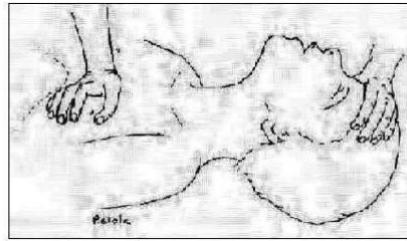
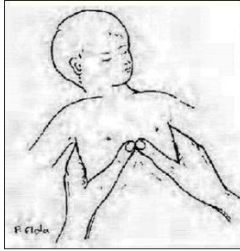
6. Si el niño **no responde y no respira**, aplicaremos las maniobras de **reanimación cardiopulmonar** hasta que lleguen los servicios sanitarios de urgencia. Haremos **las 5 insuflaciones de rescate**, comprobando que el tórax se eleva. Si no se eleva recolocaremos la apertura de la vía aérea.
  - **Boca-nariz** (en niños menores de un año).
  - **Boca-boca** (en mayores de un año). Para hacer la respiración boca-boca se pinza la nariz con los dedos índice y pulgar.
7. Hacer 30 compresiones torácicas: la fuerza que se ejerce debe comprimir aproximadamente un tercio de la profundidad del tórax y con una frecuencia de 100-120 por minuto. Después hacer 2 insuflaciones de aire.

En caso de personas entrenadas en RCP pediátrica valorar hacer 15 compresiones y 2 insuflaciones. En el caso de falta de experiencia es de elección seguir la secuencia de **RCP de 30 compresiones/2 insuflaciones**.
8. **Continuar** las maniobras de compresión y ventilación en una relación 30/2 hasta que la víctima recupere la respiración y los signos vitales con claridad, o hasta que lleguen los servicios de urgencia. También si el DESA lo indica.
9. Tras un minuto de RCP buscará ayuda y se llamará al 112 si no se pudo hacer antes. Se colocará el DESA en cuanto se disponga de él.
10. **Avisar a la familia**

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

En lactantes se hará con los dos pulgares, abrazando el tórax con las dos manos. En el caso de que no se pueda hacer de forma eficaz las compresiones abrazando el tórax, se hará con el talón de una mano.

En niños de más de un año, se realiza con el talón posterior de la mano, siempre en ángulo recto sobre el tórax.



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

### Zona donde hacer compresiones y posición correcta

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



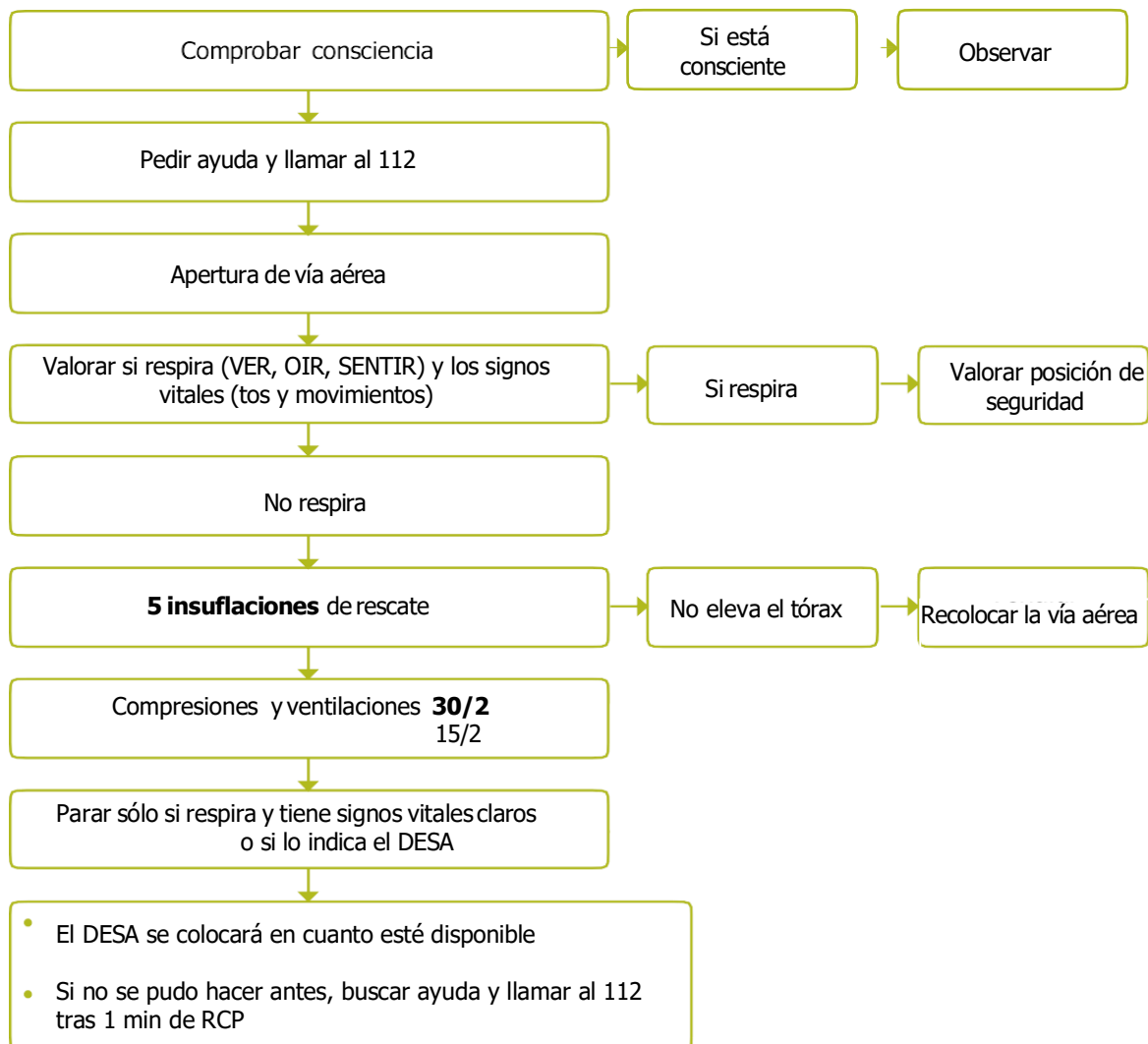
Imágenes extraídas de: Reanimación cardiopulmonar básica. Guía de atención a emergencias sanitarias en los centros educativos. En: Infomed [en línea].

Disponible en: <http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/urgencia/4rcp.pdf>

## 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>