

Puedes salvar la vida de tu bebé. ¡Aprende reanimación cardiopulmonar!

La [parada cardiorrespiratoria \(PCR\)](#) es el cese brusco de la respiración y la circulación sanguínea. Casi siempre ocurre sin que lo esperemos, pero, aun así, podemos revertirla.

A causa de la PCR no llega oxígeno a los órganos vitales y cerebro. Estos son necesarios para la vida y pueden dañarse.

Las maniobras de reanimación son distintas entre lactantes y niños de mayor edad. Aquí veremos las maniobras en el lactante, es decir, para los menores de 1 año.

¿Por qué puede mi bebé tener una PCR?

En los niños, la PCR no suele suceder de forma brusca. Suele ser por un fallo en la respiración, que se suele deteriorar poco a poco.

En un bebé sano podemos resaltar como causa de la PCR la [obstrucción de la vía aérea](#), es decir, que deje de respirar porque se atragante, y [la muerte súbita del lactante](#).

Hay lactantes en los que va a ser más probable una PCR por ser [prematuros](#), tener malformaciones, enfermedades respiratorias o del [corazón](#). Otras veces, el tener una [infección](#), un [traumatismo](#) o una [alergia grave](#) pueden terminar en una PCR.

Niños previamente sanos	Niños menores de 1 año
	- Síndrome Muerte Súbita del lactante (SMSL) - Malformaciones congénitas. - Complicaciones de la prematuridad. - Enfermedades respiratorias. - Obstrucción vía aérea.
Niños previamente enfermos	+ Respiratorias: Infecciones, displasia broncopulmonar. + Cardíacas: Insuficiencia cardíaca, arritmias, crisis hipoxémicas. + Circulatorias: shock séptico, anafiláctico o hipovolémico.

¿Cómo saber que mi bebé tiene una PCR?

Hay que comprobar:

- 1.- Si está **consciente o no**, si no responde al hablarle alto, al pellizcarle o darle una palmada.
- 2.- Si **respira o no**. Se acerca la cara a su nariz. Se observa si el pecho se mueve (VER), si se escuchan los ruidos respiratorios (OIR) o si se nota el aire que sale al respirar (SENTIR).
- 3.- Si **tiene o no signos de vida/circulación** como tos, movimientos o respiración.

¿Qué hacer si creo que mi bebé está en PCR?

Hay que iniciar la reanimación cardiopulmonar básica (RCP básica) que nos permite sustituir la respiración y la circulación, además de saber si el bebé está en PCR, como hemos visto antes. Lo puede hacer [cualquier persona, sin ser personal sanitario](#).

La RCP básica se debe iniciar lo antes posible. El objetivo es lograr que llegue oxígeno al cerebro y otros órganos vitales antes de que se dañen.

Y por supuesto, es crucial pedir ayuda y avisar a los servicios de emergencia, al **112**. El momento dependerá de si estamos solos y de si tenemos a mano un teléfono móvil. Las personas sin entrenamiento previo pueden ser guiadas desde la central de emergencias por teléfono.

¿Cómo se hace una RCP básica a un lactante?

Las maniobras de RCP básica son una secuencia. Hay que estar seguro de hacer cada paso bien para pasar al siguiente.

- 1.- **Comprobar el estado de conciencia:** hablarle alto, pellizcarle, darle palmadas.
- 2.- **Pedir ayuda:** si estamos solos, pediremos ayuda a gente que esté cerca. No se debe dejar solo al niño ni retrasar la RCP para usar el teléfono móvil. Si hay otra persona, le pediremos que avise ella al Servicio de Emergencias Médicas (112) y busque un DEA (desfibrilador automático externo), si está accesible.
- 3.- **Abrir la vía aérea:** mediante la maniobra frente-mentón. No debemos hacerlo si sospechamos traumatismo en el cuello. En estos casos se puede hacer la maniobra de elevación mandibular (subir la mandíbula y sujetar la frente en lugar de descenderla). En el menor de 1 año suele bastar con mantenerle con la cabeza alineada, como mirando al techo o ligeramente hacia atrás (figura 1).

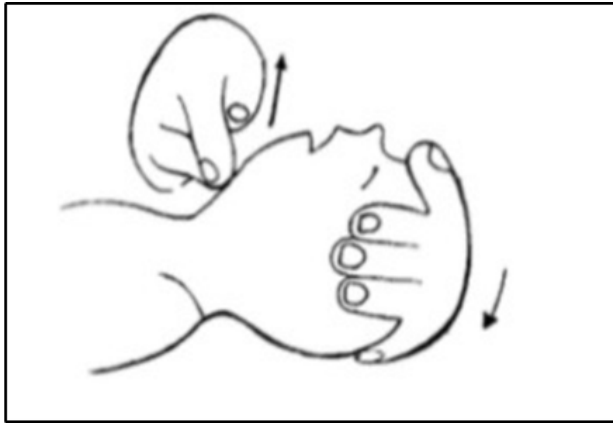


Figura 1: Apertura vía aérea



Figura 2: Comprobar respiración

4.- **Comprobar la respiración:** debemos ver, oír y sentir si el niño respira. No más de 10 segundos (figura 2).

5.- **Ventilar (respiraciones de rescate):** si el bebé no respira, mientras mantenemos la vía aérea abierta, haremos 5 insuflaciones. Hay que ver que en al menos en 2 de ellas se eleve el tórax. Se ventila abarcando con nuestra boca su boca y nariz. Y el aire insuflado debe hacer que el pecho se eleve como en una respiración normal, no más. Si hay un solo reanimador, tras esto, llamará al 112. Si el niño se ha desplomado de forma súbita, hay que intentar buscar un DEA.

6.- **Comprobar signos de vida.** No tardar más de 10 segundos.

- Si hay signos de vida, continuar ventilando a una frecuencia de 20 respiraciones por minuto. Seguir hasta que el lactante respire bien por sí mismo.
- Si no hay signos de vida, se hará masaje cardiaco coordinado con la respiración.

7.- **Masaje cardiaco (compresiones torácicas):** se harán sobre el tercio inferior del esternón. La frecuencia del masaje será de 100-120 por minuto más o menos. En el lactante, se puede hacer el masaje cardiaco de dos formas:

- Con los dos pulgares: es la mejor técnica. Se abraza con ambas manos el tórax (ver figura 4).
- Con los dedos índice y medio o medio y anular. Puede ser lo más fácil cuando solo hay un reanimador. Un dedo por debajo de la línea imaginaria entre las dos mamas (línea intermamilar) (ver figura 3).

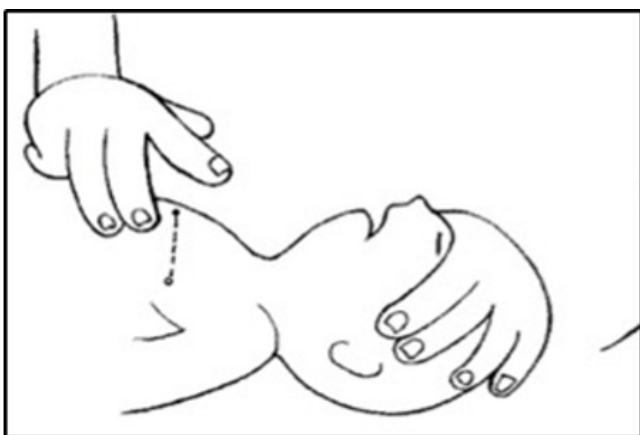


Figura 3: Masaje cardiaco con dos dedos

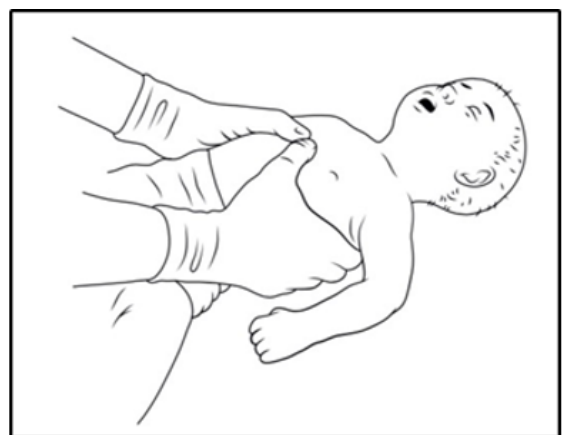


Figura 4: Masaje cardiaco abarcando el tórax con las dos manos

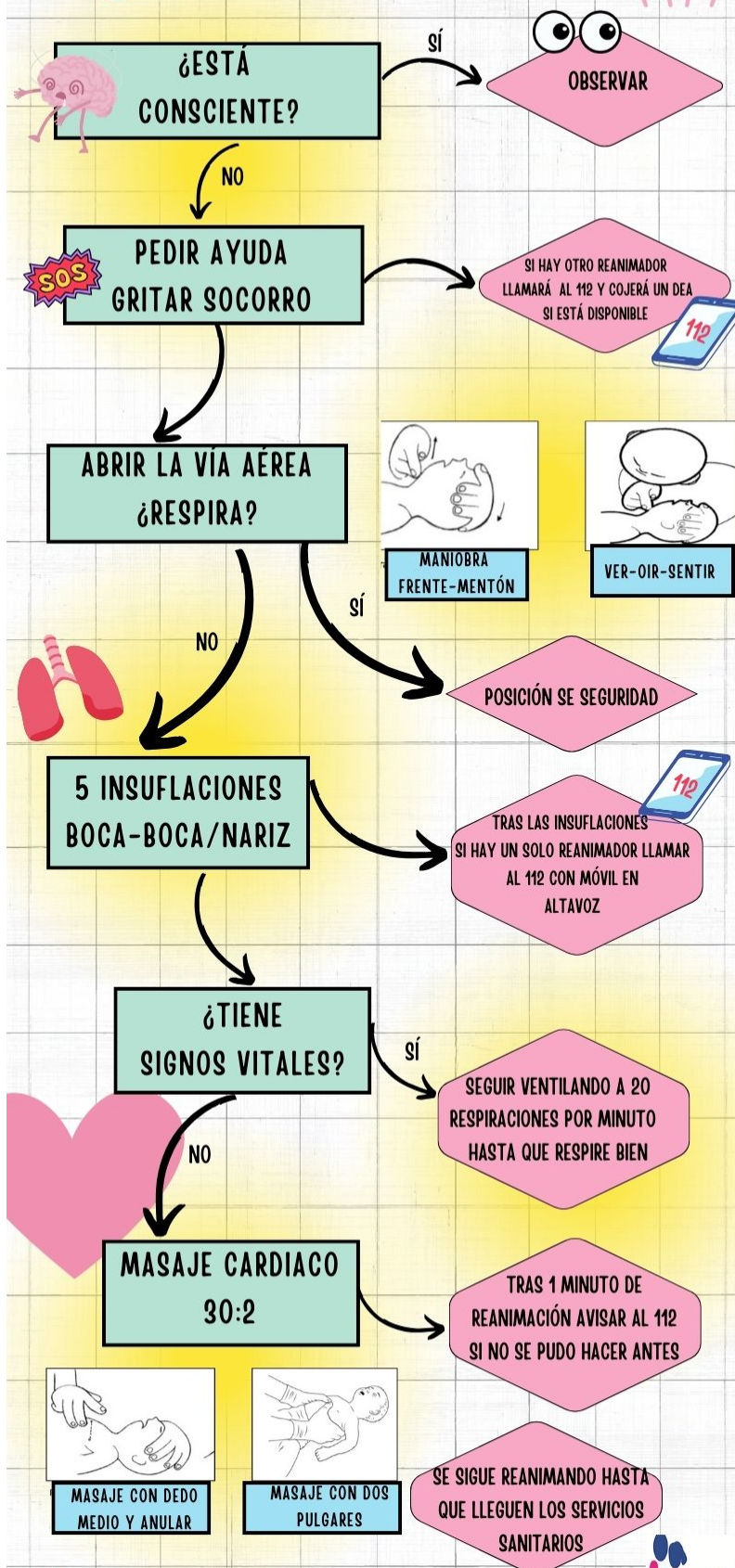
La **relación masaje cardiaco-ventilación** para personal no sanitario es **30:2 (30 compresiones seguidas de dos insuflaciones)**. Es igual que en el adulto.

8.- Tras un minuto de reanimación, se activarán los sistemas de emergencia SEM (112) si hay un solo reanimador. Si dispone de teléfono, el mismo activará el SEM. Si ha acudido alguien, se le pedirá que llame al 112. Si hay dos reanimadores, uno de ellos activará el SEM y después ayudará en las maniobras de RCP.

Es importante que toda la población aprenda a hacer una RCP básica pediátrica correcta. **Todos podemos salvar vidas.**

Sigue los pasos de esta infografía: (si pincháis en la imagen podréis verla mejor)

RCP BÁSICA EN EL LACTANTE



Enlaces de interés

- Vídeos demostrativos de la técnica de las maniobras de reanimación básica en las distintas edades:
 - RCP básica en NIÑOS y BEBÉS. [Primeros auxilios en pediatría: reanimación cardiopulmonar – YouTube](#)
 - RCP lactante. Fundación Española del Corazón. [RCP LACTANTES - YouTube](#)
- En *Familia y Salud*: para la actuación en caso de sospecha de PCR por aspiración de un cuerpo extraño, se recomienda leer: [Aspiración de un cuerpo extraño](#)

Ilustraciones tomadas del texto: Calvo Macías C, Rodríguez Núñez A, López Herce J, Manrique Martínez I, *Grupo Español de Reanimación Cardiopulmonar Pediátrica y Neonatal*. Recomendaciones de reanimación cardiopulmonar básica, avanzada y neonatal (II) Reanimación cardiopulmonar básica en pediatría. *An Esp Pediatr* 1999;51:409-416.

Autores artículo original:

- [Eva Suárez Vicent](#)
- [Nieves de Lucas García](#)

Fecha de publicación: 17-10-2016

Última fecha de actualización: 21-09-2023

Autor/es:

- [Margarita Escudero Lirio](#). Pediatra. Centro de Salud Francia. Fuenlabrada (Madrid)

