

Tema 3. Valoración inicial del niño con compromiso respiratorio: Signos de alarma y cuándo consultar

Índice:

1. ¿Qué son los signos de alarma respiratoria?
2. Signos de alarma relacionados con la respiración
3. Cambios en el color, el comportamiento y el estado general
4. Situaciones especiales que requieren mayor vigilancia
5. Cuando consultar de forma urgente
6. Cuando consultar de forma preferente o programada
7. Cómo prepararse para una consulta o una urgencia

1. ¿Qué son los signos de alarma respiratoria?

Los **signos de alarma respiratoria** son señales que indican que un niño puede estar teniendo **dificultad para respirar** o que su problema respiratorio está empeorando. Reconocer estos signos a tiempo es fundamental para actuar de forma adecuada y evitar complicaciones.

No todos los cambios en la respiración son urgentes, pero algunos requieren **consulta médica inmediata**. Por eso, aprender a distinguirlos ayuda a las familias a sentirse más seguras y a saber cuándo pedir ayuda.

Respirar bien: ¿qué es lo normal?

Cada niño respira de forma ligeramente distinta según su edad, su actividad y su estado de salud. En general, una respiración normal es:

- Tranquila y regular.
- Sin ruidos llamativos.
- Sin esfuerzo visible.
- Acompañada de buen color y buen estado general.

Los niños con patología de la vía aérea pueden tener una respiración diferente a la de otros niños, y eso **no siempre significa una urgencia**. Lo importante es reconocer **los cambios respecto a su situación habitual**.

¿Por qué son tan importantes los signos de alarma?

La respiración es una función vital. Cuando el aire no entra o sale correctamente:

- El organismo puede recibir menos oxígeno.
- El niño puede cansarse con rapidez.
- Otros órganos pueden verse afectados si el problema se mantiene en el tiempo.

Detectar precozmente un empeoramiento permite:

- Actuar antes de que la dificultad respiratoria sea grave.
- Ajustar tratamientos.
- Evitar ingresos o complicaciones mayores.

Los signos de alarma pueden aparecer de forma progresiva o brusca

Algunos signos aparecen **poco a poco**, como un aumento del esfuerzo respiratorio o más cansancio.

Otros pueden aparecer de forma **repentina**, por ejemplo durante una infección respiratoria o tras un episodio de obstrucción.

Ambas situaciones requieren atención, y aprender a reconocerlas forma parte del cuidado diario del niño.

El papel de las familias en la detección precoz

Las familias son quienes mejor conocen al niño y su respiración habitual. Por eso, su papel es clave para:

- Identificar cambios sutiles.
- Detectar signos de alarma tempranos.
- Consultar a tiempo con el equipo sanitario.

En los siguientes apartados se describen de forma detallada **los signos de alarma más importantes**, para ayudar a las familias a saber **qué observar** y **cómo actuar**.

2. Signos de alarma relacionados con la respiración

Los **signos de alarma respiratoria** son cambios en la forma de respirar que indican que el niño está haciendo un **esfuerzo mayor de lo habitual** para que el aire entre y salga de los pulmones. Estos signos pueden aparecer tanto en niños previamente sanos como en aquellos con patología de la vía aérea conocida.

Es importante observar siempre la respiración del niño **en reposo**, sin llanto ni actividad, para valorar correctamente estos signos.

Aumento del esfuerzo al respirar

Uno de los signos de alarma más frecuentes es que el niño **respire con esfuerzo**. Esto puede manifestarse de varias formas:

- **Hundimiento de las costillas o del abdomen** al respirar.
Se observa que la piel se “mete hacia dentro” entre las costillas, por debajo del pecho o en el cuello. A esto lo llamamos tiraje y es un signo de dificultad respiratoria.
- **Respiración muy rápida**
El niño respira más deprisa de lo habitual, incluso estando tranquilo.
- **Uso exagerado del abdomen para respirar**
Especialmente en bebés, el movimiento abdominal puede ser muy marcado.

Estos signos indican que el niño está trabajando más de lo normal para respirar.

Ruidos respiratorios anormales

Los ruidos al respirar pueden ser habituales en algunos niños con patología de la vía aérea, pero deben vigilarse especialmente cuando:

- **Aparecen de forma nueva**
- **Aumentan de intensidad**
- **Se acompañan de mayor dificultad respiratoria**

Algunos ejemplos son:

- Sonidos agudos o “silbidos”
- Ruidos ásperos o fuertes al inspirar
- Respiración ruidosa incluso en reposo

Un cambio claro respecto a la respiración habitual del niño es siempre motivo de consulta.

Pausas en la respiración o respiración irregular

Otro signo de alarma importante es observar:

- **Pausas prolongadas** en la respiración.
- Respiración muy irregular, con momentos en los que parece que el niño “se olvida de respirar”.
- Episodios en los que el niño se despierta bruscamente para respirar.

Estos signos son especialmente importantes en bebés pequeños y requieren valoración médica.

Aleteo nasal

El **aleteo nasal** ocurre cuando las alas de la nariz se abren mucho con cada respiración. Es un signo claro de esfuerzo respiratorio, sobre todo en lactantes, y suele indicar dificultad para respirar.

Respiración que empeora con el llanto, el esfuerzo o las infecciones

Debe prestarse especial atención si:

- La respiración empeora claramente al llorar.
- El niño no tolera el esfuerzo mínimo.
- Los síntomas se agravan durante infecciones respiratorias, aunque sean leves.

En niños con patología de la vía aérea, las infecciones pueden descompensar una situación previamente estable.

TEST DE SILVERMAN

0 puntos: No hay dificultad respiratoria
1 a 3 puntos: Dificultad respiratoria leve
4 a 6 puntos: Dificultad respiratoria moderada
7 a 10 puntos: Dificultad respiratoria severa

MOVIMIENTOS TORACOABDOMINALES	TIRAJE INTERCOSTAL	RETRACCIÓN XIFOIDEA	ALETEO NASAL	QUEJIDO RESPIRATORIO
 expansión coordinada 0 PUNTOS	 ausente 0 PUNTOS	 ausente 0 PUNTOS	 ausente 0 PUNTOS	 ausente 0 PUNTOS
 retraso en la inspiración 1 PUNTO	 débil 1 PUNTO	 poco visible 1 PUNTO	 mínimo 1 PUNTO	 audible con fonendoscopio 1 PUNTO
 expansión descoordinada 2 PUNTOS	 marcado 2 PUNTOS	 marcado 2 PUNTOS	 marcado 2 PUNTOS	 audible 2 PUNTOS

3. Cambios en el color, el comportamiento y el estado general

Además de observar cómo respira el niño, es fundamental fijarse en su **color**, su **comportamiento** y su **estado general**. Estos cambios pueden indicar que el organismo no está recibiendo suficiente oxígeno o que el esfuerzo respiratorio es excesivo.

A menudo, estos signos acompañan a la dificultad respiratoria, pero en algunos casos pueden ser **la primera señal de alarma**.

Cambios en el color de la piel y los labios

El color del niño aporta información muy importante:

- **Coloración azulada o violácea**
Puede observarse en los labios, la lengua, las uñas o alrededor de la boca. Este cambio, conocido como cianosis, indica que puede haber un problema de oxigenación y requiere valoración médica urgente.
- **Palidez marcada o aspecto grisáceo**
Puede ser un signo de empeoramiento del estado general, especialmente si aparece de forma brusca.
- **Sudoración fría sin causa aparente**
En reposo y sin fiebre, puede indicar un esfuerzo respiratorio importante.

Cualquier cambio llamativo y persistente en el color debe considerarse un signo de alarma.



Cambios en el comportamiento

Los niños no siempre pueden expresar lo que sienten, por lo que su comportamiento es una pista fundamental.

Deben vigilarse especialmente:

- **Decaimiento importante**
El niño está menos activo, responde poco o parece muy cansado.
- **Somnolencia excesiva o dificultad para despertarlo**
- **Irritabilidad intensa o llanto inconsolable**
- **Desinterés por el entorno o por jugar**

Un niño con dificultad respiratoria significativa puede mostrarse muy irritable al principio y, más tarde, excesivamente tranquilo o apagado, lo cual también es preocupante.

Cambios en la alimentación y la hidratación

En lactantes y niños pequeños, la alimentación es un excelente indicador del estado general.

Son signos de alarma:

- **Rechazo de tomas** o dificultad para alimentarse.
- **Cansancio rápido durante la alimentación.**
- **Menor cantidad de orina** o pañales secos, lo que puede indicar deshidratación.

La dificultad respiratoria puede hacer que el niño no tenga fuerzas suficientes para comer o beber adecuadamente.

Alteraciones del sueño

Durante el sueño, algunos signos pueden pasar desapercibidos si no se observan con atención.

Deben vigilarse:

- Despertares frecuentes por dificultad para respirar.
- Sueño inquieto, con respiración ruidosa o irregular.
- Necesidad de adoptar posturas extrañas para respirar mejor.

Estos signos son especialmente relevantes en niños con patología de la vía aérea conocida.

La importancia de valorar el conjunto

Ningún signo debe interpretarse de forma aislada. Lo más importante es:

- Valorar el **conjunto de síntomas**.
- Detectar **cambios respecto a la situación habitual** del niño.
- Confiar en la percepción de la familia cuando “algo no va bien”.

En el siguiente apartado abordaremos las **situaciones especiales que requieren mayor vigilancia**, como las infecciones respiratorias o los niños con dispositivos respiratorios.

4. Situaciones especiales que requieren mayor vigilancia

Algunos niños necesitan una **vigilancia más estrecha** porque tienen una patología de la vía aérea conocida o utilizan dispositivos respiratorios. En estos casos, pequeños cambios pueden tener más repercusión y deben observarse con especial atención.

Infecciones respiratorias

Las infecciones respiratorias (catarros, bronquiolitis, neumonías) son una de las causas más frecuentes de empeoramiento en niños con patología de la vía aérea.

Durante una infección, es importante vigilar si aparece:

- Aumento del esfuerzo respiratorio respecto a lo habitual.
- Más ruidos respiratorios o cambios en su intensidad.
- Mayor producción de secreciones.
- Dificultad para dormir o alimentarse.

En muchos niños, los síntomas respiratorios pueden empeorar **rápidamente**, incluso con infecciones leves.

Fiebre asociada a dificultad respiratoria

La fiebre por sí sola no siempre es preocupante, pero debe vigilarse especialmente cuando:

- Se acompaña de dificultad respiratoria.
- Produce mayor decaimiento.
- Coincide con cambios claros en la respiración habitual del niño.

En estos casos, es recomendable consultar para valorar la situación clínica de forma global

Niños con traqueostomía

Los niños con traqueostomía requieren una vigilancia específica, ya que la vía aérea está modificada.

Son signos de alarma:

- Dificultad para pasar aire por la traqueostomía.
- Aumento brusco de secreciones o secreciones muy espesas.
- Cambios en el color o en el estado general.
- Salida accidental de la cánula o problemas con su colocación.

Las familias suelen estar entrenadas para el manejo básico, pero ante cualquier duda o dificultad no habitual, es importante consultar.

Uso de oxígeno, ventilación o dispositivos respiratorios

En niños que utilizan oxígeno domiciliario, ventilación o pulsioxímetro, debe prestarse atención a:

- Descensos mantenidos de la saturación de oxígeno respecto a lo habitual.
- Necesidad de aumentar el oxígeno para mantener cifras normales.
- Alarmas repetidas de los dispositivos.
- Mala tolerancia al sistema respiratorio habitual.

Los cambios sostenidos, y no un valor aislado, son los que deben alertar.

Cambios respecto a la situación basal del niño

Cada niño tiene una situación “normal” diferente. Por eso, uno de los signos más importantes es:

- Cualquier cambio claro y mantenido respecto a su estado habitual.

Las familias conocen mejor que nadie cómo respira su hijo/a, y su percepción es fundamental para detectar problemas de forma precoz.

5. ¿Cuándo consultar de forma urgente?

Existen situaciones en las que es importante **acudir a urgencias de forma inmediata** o contactar sin demora con el equipo sanitario. Estas situaciones indican que la respiración del niño puede estar comprometida.

Debe consultarse de forma urgente si aparece alguno de los siguientes signos:

- **Dificultad respiratoria importante o que empeora rápidamente**, con mucho esfuerzo al respirar.
- **Coloración azulada o violácea** de labios, lengua o uñas.
- **Pausas en la respiración** o respiración muy irregular.
- **Decaimiento intenso**, somnolencia excesiva o dificultad para despertarlo.
- **Rechazo completo de la alimentación** o incapacidad para beber líquidos.
- **Descensos mantenidos de la saturación de oxígeno** respecto a los valores habituales del niño.
- **Problemas con la traqueostomía** que no se resuelven con las medidas habituales.
- **Sensación clara de que el niño está peor** de lo habitual y no responde a las medidas en casa.

En estas situaciones, es mejor **consultar de más que de menos**.

Qué hacer mientras se acude a urgencias

Mientras se contacta con el sistema sanitario o se acude a urgencias:

- Mantener la calma en la medida de lo posible.
- Colocar al niño en una posición que le facilite la respiración.

- Administrar el oxígeno o tratamiento indicado si lo utiliza habitualmente.
- No retrasar la consulta esperando a que los síntomas mejoren solos.

6. ¿Cuándo consultar de forma preferente o programada?

No todos los cambios respiratorios requieren acudir a urgencias, pero algunos deben ser valorados por el equipo médico en un **plazo corto**, mediante consulta preferente o contacto con el equipo de referencia.

Se recomienda consultar de forma preferente cuando:

- Los síntomas respiratorios **empeoran de forma progresiva**, pero el niño está estable.
- Aparecen **nuevos ruidos respiratorios** persistentes.
- Aumenta la necesidad de oxígeno sin llegar a una situación urgente.
- Hay **más infecciones respiratorias** de lo habitual.
- La familia tiene dudas sobre la evolución o el tratamiento.
- Se producen cambios en la respiración que **no son habituales**, aunque no sean graves.

Estas consultas permiten:

- Valorar la situación con calma.
- Ajustar tratamientos.
- Prevenir empeoramientos mayores.

La importancia de no normalizar el empeoramiento

En niños con patología respiratoria crónica, es importante no asumir que:

- “Siempre respira así” si hay cambios claros.
- “Ya se pasará” cuando los síntomas se mantienen o progresan.

Consultar a tiempo puede evitar complicaciones y aportar tranquilidad a la familia.

7. ¿Cómo prepararse para una consulta o una urgencia?

Saber **cómo prepararse para una consulta médica o una urgencia** puede ayudar a que la atención sea más rápida, eficaz y tranquila, tanto para la familia como para el niño.

Qué observar en casa antes de consultar

Cuando aparezcan signos de alarma o cambios en la respiración, es útil fijarse en:

- Cómo respira el niño en reposo.
- Si hay más esfuerzo respiratorio que de costumbre.
- Cambios en el color de la piel o los labios.
- Nivel de actividad, sueño y alimentación.
- Si los síntomas han aparecido de forma brusca o progresiva.

Esta información ayuda mucho al equipo sanitario a valorar la situación.

Información importante para transmitir al equipo médico

En una consulta o en urgencias, es recomendable explicar:

- Qué cambios se han observado y desde cuándo.
- Cómo es la respiración habitual del niño y qué ha cambiado.
- Si ha tenido fiebre o una infección reciente.
- Qué tratamientos utiliza habitualmente (oxígeno, inhaladores, ventilación, traqueostomía).
- Qué medidas se han probado en casa y con qué resultado.

No es necesario usar términos médicos: **describir lo que se ve** suele ser suficiente.

Preparación específica en niños con patología compleja

En niños con patología de la vía aérea conocida, puede ser útil:

- Llevar un **informe médico actualizado**.
- Conocer los datos básicos de su enfermedad.
- Tener a mano los teléfonos de contacto del equipo de referencia.
- En caso de dispositivos respiratorios, revisar que funcionen correctamente antes de salir de casa.

Esto facilita la atención, especialmente fuera del hospital habitual.

Confiar en la intuición de la familia

Las familias conocen mejor que nadie al niño. Si existe una **preocupación clara** o la sensación de que “algo no va bien”, es importante consultar, incluso aunque los signos no sean muy llamativos.

La consulta precoz es una herramienta de cuidado, no un error.

Mensajes clave del Tema 2. Signos de alarma y cuándo consultar

1. **Los signos de alarma indican que la respiración del niño puede estar empeorando.** Reconocerlos a tiempo permite actuar antes y evitar complicaciones.
2. **No solo hay que fijarse en cómo respira, sino también en su color y comportamiento**
Cambios en el estado general pueden ser una señal temprana de dificultad respiratoria.
3. **Las infecciones y los dispositivos respiratorios requieren una vigilancia especial**
En estos casos, pequeños cambios pueden tener mayor impacto.
4. **Existen situaciones que requieren acudir a urgencias y otras que permiten una consulta programada**
Saber diferenciarlas ayuda a reducir ansiedad y a actuar de forma adecuada.
5. **La familia es clave en la detección precoz**
Conocer la respiración habitual del niño y confiar en la propia percepción es fundamental.