

Prevención del atragantamiento



El atragantamiento causa pánico. Puede prevenirse.

Los bebés se llevan todo a la boca.

A los 4 a 6 meses de edad, aparece su aptitud de usar la lengua o mover los sólidos dentro de la boca, desde adelante hacia atrás.

Para garantizar un medio seguro, mantenga lo siguiente alejado de los bebés y niños pequeños:

- globos de látex;
- monedas;
- canicas;
- juguetes con partes pequeñas;
- tapas de lapiceras o marcadores;
- botones pequeños.

CONSEJO: si el objeto puede caber en un rollo de papel higiénico es suficiente para que un niño se atragante con él.

Para niños menores de 4, las siguientes comidas pueden atragantarlos:

- *hot dogs*;
- nueces y semillas;
- caramelos duros, gomosos o pegajosos;
- palomillas de maíz;
- goma de mascar.

CONSEJO: siempre haga sentar al niño para comer o beber.

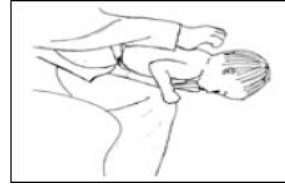
Tratamiento del atragantamiento

Paso 1: Síntomas de atragantamiento

- Si su hijo se pone colorado, azul y **no puede** llorar, toser o emitir sonidos (pregúntele si pueden hablar) siga con el paso 2 ó 3.
- Si su hijo hablase como si estuviera amordazado o tosiera **e hiciera sonidos**, bríndele apoyo pero no siga con los pasos 2 ó 3. Incítelo a toser hasta expulsar el objeto.

Nota: las manos cruzadas debajo del mentón es el signo universal del atragantamiento (vea la figura de la izquierda).

Paso 2: si el bebé tiene menos de 1 año de edad comience con 5 golpes en la espalda



- Coloque al bebé boca abajo, sobre su antebrazo, con la cabeza del bebé más abajo que el resto del cuerpo.
- Los golpes en la espalda deben aplicarse entre los omóplatos del bebé, con el talón de la palma de la mano.

Para niños de más de 1 año de edad realice la maniobra de Heimlich

- Comience por pararse detrás del niño
- Envuélvale el abdomen con sus brazos.
- Coloque un puño sobre el ombligo, debajo de las costillas e inicie empujones fuertes y rápidos hacia adentro y hacia arriba, hasta expulsar el objeto.



Paso 3: si el bebé/niño no responde, llame al 911 y luego

- Retire el objeto, si lo ve, y comience con la CPR [*cardiopulmonary resuscitation*, resucitación cardiopulmonar].
- No haga un barrido a ciegas. Esto puede hacer que objeto se aloje más al fondo de la garganta.

El ABC de la CPR

Determine si su hijo responde, golpeándolo suavemente y preguntándole en voz alta “¿Te encuentras bien?”. Esté atento a sus movimientos. El niño responde si se mueve o le contesta.

Sin embargo, si no responde, comience con su ABC.

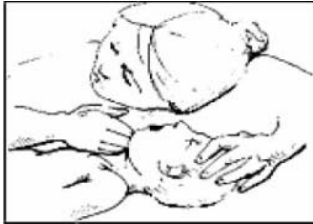
A. Vías respiratorias

Compruebe que el niño respire, de la siguiente manera:

observando si su pecho sube y baja;

escuchando si hay sonidos respiratorios en la nariz o la boca;

sintiendo si respira cuando usted le apoya la mejilla en el rostro



- Si usted está **SOLO** y el niño no respira, realice la maniobra de la **inclinación de la cabeza** para abrir la vía respiratoria y siga luego con la **respiración de rescate**.
- Si hay **OTRA PERSONA PRESENTE**, pídale que llame al 911, **llame al 911, llame al 911**

B. Respiración (respiración de rescate)

Para bebés de < 1 año de edad

Aplique **2 respiraciones suaves** cubriendo la boca y la nariz del bebé con su boca.

Cada respiración debe durar **un segundo**.



Observe si el pecho sube y baja.

Para niños de 1 a 8 años de edad

Aplique **2 respiraciones** apretando la nariz y soplando en la boca del niño

o

cubra la boca y nariz del niño con su boca.

Observe si el pecho sube y baja.

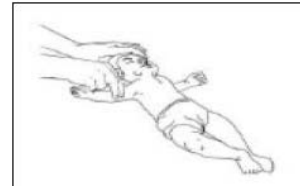
Si el pecho no sube, la ventilación no es efectiva. Vuelva a ubicar la cabeza y comience otra vez.

C. Circulación

Cuando la respiración de rescate no basta, se necesitan compresiones en el pecho para activar la circulación. **No comience las compresiones del pecho a menos que NO HAYA PULSO.**

Verifique si el bebé o niño tiene pulso.

- Para los bebés, coloque 2 dedos en la arteria braquial, que está dentro del codo.
- Para niños y adolescentes, busque el pulso en la carótida (cuello) o radial (en la muñeca).



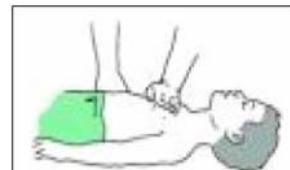
Para bebés < 1 año de edad

Coloque **dos dedos** sobre la mitad inferior del esternón (el hueso del pecho). Presione el pecho **1 pulgada** (alrededor de 1/3 a 1/2 de la profundidad del pecho). Haga 30 compresiones a una velocidad de 100 por minuto.



Para niños de 1 a 8 años de edad

Coloque **el talón de una mano** en la mitad inferior del esternón (el hueso del pecho). Presione el pecho **1,5 pulgadas** (alrededor de 1/3 a 1/2 de la profundidad del pecho). Haga 30 compresiones a una velocidad de 100 por minuto.



REPITA DOS RESPIRACIONES MÁS

Verifique que el bebé o el niño esté respirando.

Si no responde, **llame al 911...llame al 911... llame al 911** y continúe con **2 respiraciones, seguidas por 30 compresiones**.

Cada 5 ciclos, revise para asegurarse de que el niño todavía siga sin responder.