

1. Situaciones de urgencia

Cómo actuar ante un atragantamiento

¿Qué es?

El atragantamiento ocurre cuando un objeto o alimento se introduce en la vía respiratoria y la obstruye, de forma que no deja que el aire entre en los pulmones y causa una crisis de sofocación.

Cuando un niño se está ahogando o asfixiando significa que un objeto (generalmente un alimento o un juguete) se le ha quedado en la tráquea (la vía respiratoria) e impide que el aire vaya a los pulmones con normalidad.

En la edad escolar ocurre por pequeños objetos como el tapón de un bolígrafo, piezas de juguetes, frutos secos, caramelos...

¿Qué hay que saber?

El atragantamiento suele ocurrir de forma rápida e inesperada, creando mucha angustia. Es importante saber cómo actuar ante esta situación.

Cuando el niño se atraganta, de forma instintiva suele llevarse ambas manos al cuello, con sensación de ahogo. Se sujeta la garganta, parece aterrado. Además, comienza con tos o con arcadas para intentar expulsar el cuerpo extraño. Tampoco puede hablar.

En las formas más graves los labios y la cara se ponen morados y se pierde el conocimiento.

La mayoría de las veces el alimento u objeto solo bloquea la tráquea parcialmente y lo más probable es que sea expulsado tosiendo y la respiración se vuelva a restablecer. Algunas veces el objeto puede obstruir completamente la tráquea y no dejar el paso de aire. Entonces el cerebro deja de recibir oxígeno y la asfixia puede convertirse en una emergencia que pondría en peligro la vida del niño. Una obstrucción completa de la vía aérea puede producir una parada cardiorrespiratoria.

¿Cómo puedo actuar?

- Es importante tratar de mantener la calma para poder actuar de forma adecuada.
- **Si el niño tose** hay que dejarle toser, animándole a que siga haciéndolo. Probablemente el niño se encontrará bien después de un buen ataque de tos.
- No se le debe golpear la espalda ni intentar sacarle el cuerpo extraño de la boca a ciegas. Darle agua o miga de pan no lo solucionará porque la obstrucción está en la vía aérea.
- No deje al niño solo e intente estar tranquilo hasta que termine el episodio.
- **Si la tos es débil o tiene mucha dificultad para respirar** hay que actuar. Lo primero es pedir ayuda llamando al teléfono de emergencias 112.

- Si el niño está **consciente y es menor de un año** hay que mirar la boca.
 - Si vemos el objeto lo sacaremos pero con mucho cuidado de no empujarlo hacia adentro (haciendo un gancho con el dedo por la cara interna de la mejilla).
 - Si no lo vemos o no podemos sacarlo hay que girar al niño y ponerlo sobre nuestras piernas con la cabeza algo más baja que el cuerpo y darle cinco golpes secos en la parte alta de la espalda, entre los omóplatos. Después le damos la vuelta y comprobamos si respira. Miramos la boca de nuevo y si no se ve nada y el niño no puede respirar hacemos cinco compresiones en el centro del pecho con dos dedos de la mano. El lugar donde se comprime es justo debajo de la línea imaginaria que une ambos pezones.



Passar el dedo por la boca del niño o lactante para retirar los restos.

Imagen tomada de <http://reanimacion-cardiopulmonar.blogspot.com.es/>



Niño menor de un año. Cinco golpes en la espalda y, si no respira, cinco compresiones torácicas.

Fuente: Sociedad Española de Urgencias de Pediatría.

- Si el niño está **consciente y es mayor de un año**, tras dar cinco golpes en la parte alta de la espalda, se hacen cinco compresiones en la boca del estómago. Es lo que se conoce como **maniobra de Heimlich**. Nos colocaremos detrás de él, con el niño de pie y rodeando su cintura con los brazos. Colocaremos el puño de una mano en la zona del estómago que está entre el ombligo y el tórax. Cogemos el puño con la otra mano y realizaremos una compresión fuerte hacia dentro y hacia arriba.



Niño mayor de un año: cinco compresiones abdominales. Maniobra de Heimlich.

Fuente: Sociedad Española de Urgencias de Pediatría

Estos ciclos -observar la boca, cinco golpes en la espalda y compresiones torácicas o abdominales- deben repetirse tantas veces como sea necesario, hasta que el niño expulse el objeto, respire mejor o pierda la conciencia. Si el niño pierde el conocimiento hay que actuar como ante una parada cardiorrespiratoria.

Recursos

Direcciones web útiles

- Asfixia por aspiración: http://kidshealth.org/parent/en_espanol/seguridad/choking_esp.html
- Aspiración de un cuerpo extraño: <http://www.familiaysalud.es/podemos-prevenir/prevencion-de-accidentes/lesiones-infantiles-que-hacer/aspiracion-de-un-cuerpo>
- Atragantamiento: <http://enfamilia.aeped.es/prevencion/atragantamiento#video-player>

Vídeos educativos recomendados

- Vídeo de atragantamiento en niños: http://www.youtube.com/watch?v=co_9rTsvErg
- Vídeo de atragantamiento en lactantes: <http://www.youtube.com/watch?v=SrSuzb9uOZY>

Bibliografía

De la Torre Espí, M. Cómo actuar frente a un accidente infantil. En: Sociedad Española de Urgencias de Pediatría [en línea]. Disponible en: http://www.seup.org/pdf_public/hojas_padres/prevencion.pdf