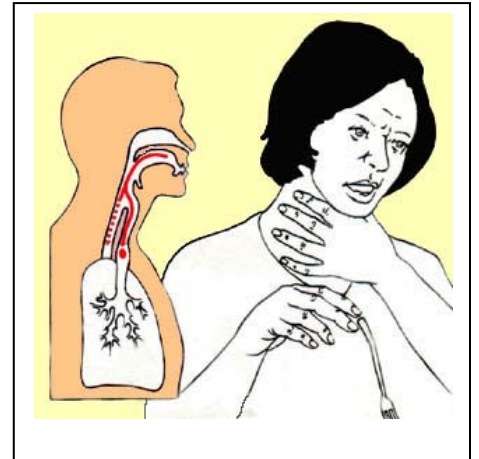


# ATRAGANTAMIENTO

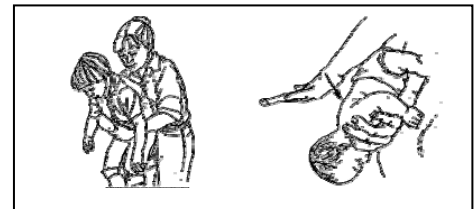
## ¿Qué es un atragantamiento?

Es la obstrucción de la vía aérea, por un cuerpo extraño.



## ¿Cómo ocurre el atragantamiento?

En los adultos suele ocurrir durante la comida, mientras que en los niños normalmente sucede cuando comen golosinas o cuando juegan con objetos pequeños.



## ¿Es grave el atragantamiento?

Los atragantamientos pueden producirse por una obstrucción leve o grave.

En la **obstrucción leve**, el individuo puede hablar y respirar, aunque puede tener cierta dificultad para ello.

En la **obstrucción grave**, el individuo no puede hablar ni toser y respirará de forma dificultosa, incluso puede estar un poco azulado. En el peor de los casos puede estar inconsciente.

## ¿Qué hacer ante un atragantamiento?

Tanto si es leve como si es grave, normalmente suele estar presente otra persona que, actuando correctamente, puede salvarle la vida.

**Si la obstrucción es leve**, él nos dirá que se atragantó, y debemos tranquilizarlo y animarlo a que tosa, tiene que toser. No debemos abandonarlo, mientras no se resuelve la obstrucción.

**Si se trata de una obstrucción grave**, aunque el individuo no pueda hablar, suele señalar a la garganta, indicando que se atragantó; en caso de duda, le preguntamos y él nos señalará afirmativamente. Nuestra actuación será distinta según si está consciente o inconsciente.

## ¿Qué hacer ante una obstrucción grave, pero con el individuo consciente y de pie?

### 1.- Golpes en la espalda (5)

Nos ponemos a su lado, un poco por detrás, y lo rodeamos con nuestros brazos. Lo inclinamos hacia delante, para que apoye su pecho en nuestra mano, y con el talón de la otra mano (la unión de la mano con la muñeca) le empezamos a dar golpes de forma enérgica en la parte media y alta de la espalda. Si no sale antes el objeto causante de la obstrucción, le damos hasta 5 golpes.



### 2.- Compresiones abdominales (5)

Posteriormente, nos ponemos por detrás de él, pasamos nuestros brazos por debajo de sus axilas, hasta la parte alta del abdomen, y lo inclinamos hacia delante. Cerramos un puño y lo colocamos entre el ombligo y las costillas; con la otra mano agarramos ese puño y tiramos con fuerza hacia adentro y hacia arriba. Si no sale ante el objeto causante de la obstrucción, hacemos esta maniobra hasta 5 veces.



Alternamos ambas maniobras (golpes en la espalda y compresiones abdominales), 5 veces cada una, mientras no salta el objeto.

## ¿Qué hacer ante una obstrucción grave, si el individuo está inconsciente?

**1.- Alertar a los Servicios de Emergencia. Llamar al 061 o al 112.**

**2.- Iniciar maniobras de resucitación cardiopulmonar (30:2).** Para no perder tiempo, iniciamos estas maniobras sin mirar si tiene pulso o no.

\* Con cuidado, lo tendemos en el suelo, boca arriba.

\* Nos arrodillamos a su lado.

\* Colocamos el talón de la mano en el centro de su pecho, entre los pezones.

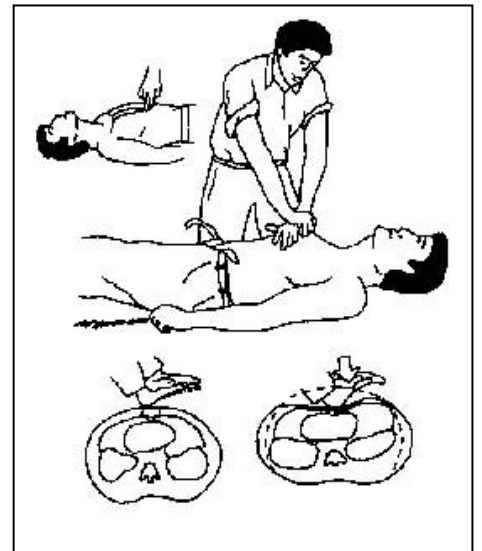
\* Colocamos el talón de la otra mano encima de la primera y entrecruzamos los dedos de ambas manos.

\* Nos colocamos con los brazos totalmente estirados y perpendiculares al suelo y al individuo.

\* Comprimos el tórax, a una frecuencia de 100 por minuto, de forma que dure lo mismo la compresión y la relajación, sin separar la mano del tórax durante la relajación. Durante la compresión, el tórax debe descender 4 ó 5 centímetros.

\* Estas compresiones las hacemos 30 veces.

\* A continuación, 2 ventilaciones boca a boca. Para ello, tapamos la nariz del individuo, cerrándola con los dedos índice y pulgar, y apoyando la palma de la mano en su frente. Con la otra mano, abrimos su boca, manteniendo elevada la barbilla. Hacemos una inspiración normal y sellamos su boca con la nuestra; a continuación insuflamos el aire a un ritmo constante, mientras miramos si sube el pecho con la insuflación. Sin mover su cabeza, retiramos nuestra boca y



vemos como desciende su tórax. A continuación, y del mismo modo, hacemos la segunda ventilación.

\* Una vez hechas las 2 ventilaciones, volvemos a hacer las 30 compresiones torácicas.

