

La asfixia en niños mayores de 8 años (Spanish)

¿Cómo se puede evitar la asfixia?

Cualquiera, sea niño o adulto, puede atragantarse con comida o con algún objeto que se encuentre dentro de la boca. Sin embargo, en muchos casos la asfixia puede prevenirse ya que suele ocurrir cuando una persona trata de tragar trozos grandes de comida mal masticados, por ejemplo, de carne. Éstas son algunas medidas que deben tomarse para evitar que ocurra:

- Cortar la comida en trozos pequeños.
- Masticar bien la comida.
- Si algo resulta difícil de masticar, se debe sacar de la boca en lugar de tragarlo.
- No dejar que los niños corran, jueguen, rían o hablen cuando tienen comida en la boca.
- No poner objetos pequeños en la boca.

¿Cuáles son los síntomas de la asfixia?

- la persona se agarra la garganta
- la respiración tiene un sonido fuerte y agudo
- tose con muy poca fuerza
- no puede hablar ni emitir sonidos
- le cambia el color: de rojizo a morado a azulado
- no puede respirar

¿Qué se debe hacer?

Pregúntele al niño si se está ahogando. Si responde con la cabeza que sí, dígame que le va a ayudar. Siga las siguientes

Choking (age 8 and older) (English)

How can I prevent choking?

Choking can happen to anyone and often can be prevented. Many foods and foreign bodies have been the cause of choking in children and some adults. It often happens when people try to swallow large, poorly chewed pieces of food, such as meat. Ways to prevent choking include:

- Cut up food into small pieces.
- Chew food well.
- If something is hard to chew, remove it from your mouth. Do not swallow it.
- Do not allow children to run, play, laugh, or talk with food in their mouth.
- Do not put small objects in your mouth.

What are the signs of choking?

- person clutches his or her neck
- high-pitched noisy breathing
- cough is very quiet
- cannot talk or make sounds
- color changes from red to purple to blue
- cannot breathe

What should I do?

Ask, "Are you choking?" If person nods yes, say you're going to help. Follow these steps until the object comes out and the person can

instrucciones, hasta que salga el objeto que le está asfixiando, y pueda respirar, toser o hablar, o hasta ya no pueda responder.

breathe, cough, or talk, or does not respond.

Compresiones abdominales (maniobra de Heimlich):

1. Póngase de pie o de rodillas detrás de la persona y abrácela por debajo de los brazos.
2. Cierre el puño y ponga la parte del pulgar sobre el abdomen de la persona, justo por encima del ombligo. Ponga su otra mano sobre el puño.
3. Presione el abdomen con un movimiento rápido hacia adentro (hacia usted) y hacia arriba.



Abdominal thrusts (Heimlich maneuver):

1. Stand or kneel behind the person and put your arms under his or her arms.
2. Put the thumb-side of your fist against the person's abdomen (belly) just above the belly button. Place your other hand over your fist.
3. Press into the abdomen with quick inward and upward thrusts.

Si la persona no responde:

1. Grite: **“Auxilio. Llamen al 911.”**
2. Déle reanimación cardiopulmonar (RCP), pero cada vez que abra la vía respiratoria para darle un soplido, revise si hay algún objeto en la boca. Si ve algo, sáqueselo. Si no ve nada, **no meta los dedos en la boca.** Continúe dándole reanimación cardiopulmonar hasta que la persona responda, o hasta que le releve el personal médico.

If the person does not respond:

1. Yell **“Help – call 911.”**
2. Do CPR, but each time you open the airway to give breaths, look for an object in the mouth. If you see something, remove it. If nothing is seen, **do not put your fingers in the mouth.** Continue CPR until the person responds, or trained help takes over.

Nota importante

Este folleto no contiene información completa y sólo pretende ser un repaso de las técnicas que se enseñan en las clases de primeros auxilios. Usted debe practicar estas técnicas con un maniquí y en presencia de un instructor. **No** las practique con otra persona.

Important

This sheet is a review of techniques taught in a class on managing choking. It is not complete in itself. You must practice these techniques on a manikin with an instructor. **Do not** practice techniques on a person.

Children's Hospitals and Clinics of Minnesota
Patient/Family Education
2525 Chicago Avenue South
Minneapolis, MN 55404
6/09 ©Copyright, Translated 06/09