

# TALLER DE ATRAGANTAMIENTO Y PRIMEROS AUXILIOS



Nacho  
Pediatra

Ignacio Domingo Triadó  
@nachopediatra

## ATRAGANTAMIENTO

Se trata de una situación de urgencia vital con necesidad de actuar rápidamente y que tiene su pico de incidencia en los menores de 5 años.

¿Cuál suele ser la causa?

- Comida: alimentos duros y redondeados (frutos secos, frutas como la uva o los arándanos, aceitunas)
- Palomitas de maíz
- Chucherías: caramelos, chupa-chups, chicles...
- Piezas de juguetes
- Objetos pequeños: cuentas de collares o pulseras, pendientes...

La prevención es fundamental para evitar tener que actuar. Así que debemos evitar todo lo comentado hasta mínimo los 5 años. Alimentos como la uva o las aceitunas se deben cortar en cuartos para poder comerlos antes de esta edad, los arándanos aplastarlos previamente o los frutos secos molerlos. El resto directamente debe evitarse.

Es importante que los niños coman siempre sentados, sin correr ni tumbarse ya que son situaciones que facilitan el atragantamiento. Además, debemos recordar que siempre debe haber un adulto supervisando mientras un niño come (incluso aunque estemos convencidos de que lo hace de maravilla).



El manejo del atragantamiento tiene 3 situaciones:

1. - Niño consciente y tosiendo:

Esta será la situación que nos encontraremos con más frecuencia, hasta en un 90% de los casos se resolverán siguiendo estas indicaciones:

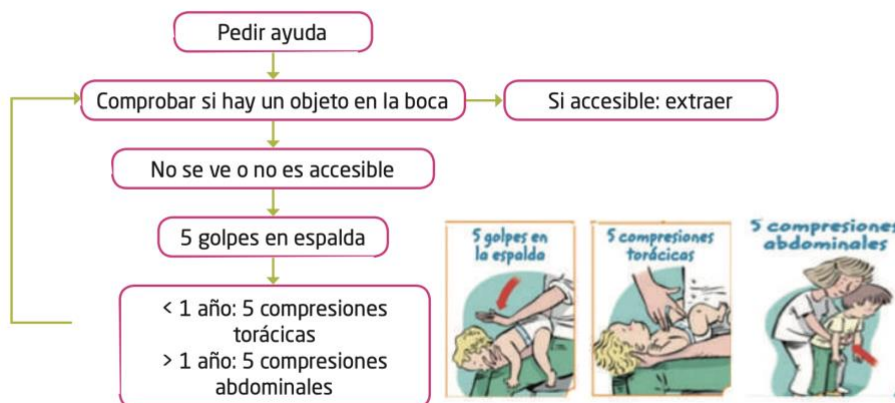
- Posición incorporada
- **Animar a que siga tosiendo**
- Vigilarlo hasta que se resuelva el atragantamiento
- No intentar extraer el cuerpo extraño a ciegas
- No dar golpes en la espalda (podría impactar más la causa de la obstrucción)
- No zarandear al niño



2. - Niño consciente, pero tos inefectiva (se cansa y debilita):

En este caso el niño tose con menos fuerza y menos frecuencia, notamos que pierde tono muscular y tiende a caerse, pero no ha perdido el conocimiento. Será un 8% de los casos que tengamos. Seguiremos el siguiente esquema:

**Niño consciente. Tos inefectiva**



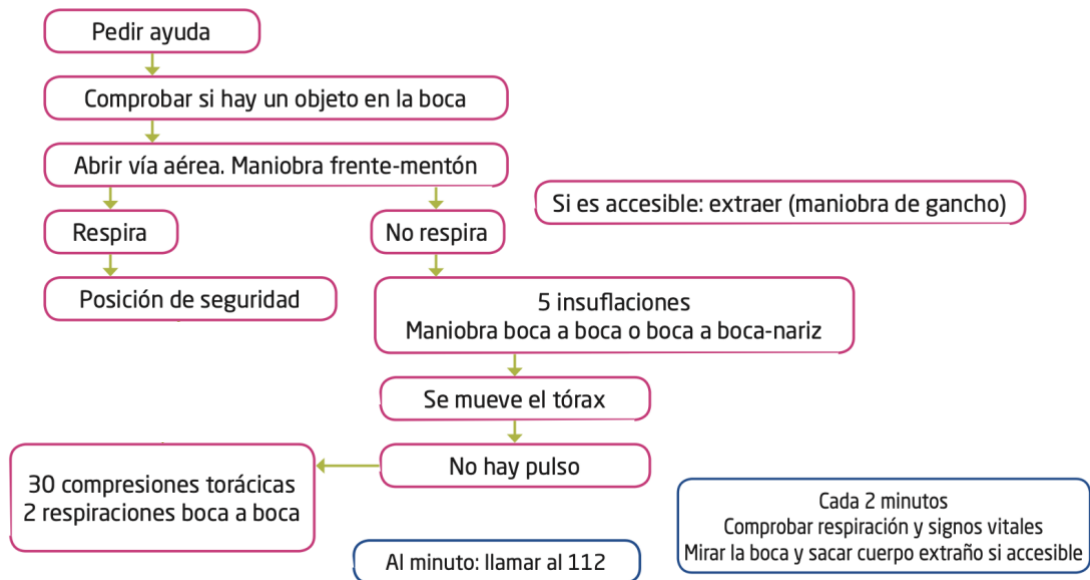
Izquierda: cómo actuar con bebés; derecha, con niños. Imágenes tomadas de la Sociedad Española de Urgencias Pediátricas.

**Extraído del documento de la AEPap sobre manejo del atragantamiento**

### 3. - Niño inconsciente:

Esta situación es la menos habitual de todas (2% de los casos) pero requiere tener claros los puntos a seguir ya que es una situación vital. No debemos olvidar nunca que siempre hay que demandar ayuda externa (112, manos libres u otra persona). Esta fase consiste en realizar una RCP básica siguiendo este esquema:

#### Niño inconsciente



**Extraído del documento de la AEPap sobre manejo del atragantamiento**