
Cómo actuar ante un atragantamiento

¿Qué es?

El [atragantamiento](#) ocurre cuando se obstruye la vía respiratoria por un alimento u objeto que impide que entre el aire a los pulmones. Hay riesgo de asfixia porque no se puede respirar con normalidad.

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 los niños pequeños la causa de atragantamiento suele ser por frutos secos, y en [los niños mayores generalmente es por material escolar](#). Hay más riesgo durante los primeros años de vida. Muchos de estos episodios se pueden prevenir. Los padres y cuidadores reciben recomendaciones de prevención en los controles de salud infantil.

¿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 el niño está consciente pero la tos es débil o tiene mucha dificultad para respirar, no puede hablar o se pone morado, hay que actuar. Lo primero es pedir ayuda llamando al teléfono de emergencias 112.

- Hay que mirarle la boca y si el cuerpo extraño se ve y es accesible 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 el objeto no se ve en la boca o no se puede extraer damos 5 golpes fuertes con el talón de la mano en la parte alta de la espalda, entre los omóplatos.



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

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

- Si el niño tiene menos de 1 año y no ha expulsado nada se le debe dar la vuelta y realizar 5 compresiones torácicas en el centro del pecho, justo por debajo de la línea que une ambos pezones.
- Si el niño tiene más de 1 año y no ha expulsado nada, se realizan 5 compresiones abdominales en la boca del estómago ([maniobra de Heimlich](#)).
- Este ciclo (observar la boca-golpes en la espalda-compresiones abdominales-torácicas) se deben repetir tantas veces sean necesarias. Hasta que el niño expulse el objeto, respire mejor o pierda la conciencia.



. Fuente: Sociedad Española de Urgencias de Pediatría.

- Si el niño está inconsciente:
- Se debe de colocar sobre una superficie dura.
- Hay que mirar la boca y extraer el cuerpo extraño si es accesible.
- Se recomienda abrir la vía aérea sujetando con una mano la frente del niño y tirando ligeramente de la barbilla

hacia arriba y comprobar luego si respira:

- Si respira: se ha de colocar al niño de costado, vigilando que no deje de respirar hasta que llegue el equipo de emergencias.
- Si no respira: se inician [maniobras de RCP](#).

Frente a un atragantamiento Lactante Menor de 1 año

Tú también puedes ser un héroe

SÍ RESPIRA
(la tos es signo que respira)

Dejar toser y extraer cuerpo extraño visible ✓
No dar golpes ni introducir nada en la boca ✗

NO RESPIRA
y muestra signos claros de ahogo
Extraer cuerpo extraño visible

Consciente Inconsciente

5 golpes entre las escápulas (parte superior de la espalda)

112 5 ventilaciones + RCP

Si no es efectivo

5 compresiones torácicas con 2 dedos

5 compresiones torácicas

Si no es efectivo Alternar 5 golpes

Infermera virtual.com www.infermeravirtual.com COL·LEGI OFICIAL INFERMERES I INFERMERS BARCELONA

Frente a un atragantamiento

Adulto o Niños mayores de 1 año



Mantener la calma es lo más importante

SÍ RESPIRA

[la tos o un balbuceo son signos de que respira]

Dejar toser y extraer cuerpo extraño visible ✓

No dar golpes ni introducir nada en la boca ✗



NO RESPIRA

muestra signos claros de ahogo

Extraer cuerpo extraño visible

Consciente

Inconsciente

5 golpes entre las escápulas

(parte superior de la espalda)

112 + RCP

Si no es efectivo

5 compresiones abdominales

Si no es efectivo

Si no es efectivo

5 compresiones torácicas

Alternar 5 golpes

¿Cómo lo podemos hacer mejor todavía?

- Para sacar el cuerpo extraño de la boca si se ve y es fácilmente accesible se introduce un dedo por la cara

interna de la mejilla y se intenta barrer el cuerpo extraño hacia fuera.

- Para dar los golpes en la espalda a los niños de menos de 1 año hay que ponerlo sobre nuestras piernas con la cabeza algo más baja que el cuerpo. Estaremos más cómodos si nos sentamos y el niño se coloca boca abajo a lo largo de nuestro antebrazo y sujetamos la cabeza con esta mano. La mano libre del reanimados realizar los golpes entre los omóplatos.
- Para dar las compresiones en el pecho también colocaremos el lactante sobre el antebrazo manteniendo la cabeza más baja. Usaremos 2 dedos de la mano y han de ser bruscos, dirigidos hacia delante y hacia abajo.
- Para hacer la Maniobra de Heimlich: nos colocaremos detrás, con el niño de pie y rodeando su cintura pasando nuestros brazos por debajo de sus axilas. Colocaremos el puño de una mano “en la boca del estómago” que está entre el ombligo y la parte baja del esternón. Sujetar el puño con la otra mano y realizaremos una compresión fuerte hacia arriba y hacia atrás.
- En los menores de un año no se deben de realizar compresiones abdominales por el riesgo de producir lesiones en el hígado.

¿Cómo se puede prevenir?

Hay que seguir las normas de seguridad durante la alimentación complementaria para minimizar el riesgo de atragantamiento.

Normas de seguridad en alimentación complementaria

Para prevenir atragantamientos

1

El bebé debe comer SIEMPRE sentado (en trona o regazo), NUNCA recostado o tumbado



2

No dejar a su alcance trozos duros o peligrosos



3

El bebé siempre debe comer acompañado, nunca SIN SUPERVISIÓN



4

NUNCA obligar o meterle comida en la boca a la fuerza



Gómez Fernández-Vegue M. Alimentación infantil. Evidencias para el BLW. FMC 2023; 30 (2): 66

- Al menos hasta los 4 años no deben comer alimentos con los que se pueden atragantar: frutos secos enteros, trozos de fruta dura, trozos de zanahoria cruda, uvas, aceitunas, palomitas de maíz, caramelos, gusanitos, polvorones...
- Mientras comen deben permanecer sentados. Se pueden atragantar fácilmente mientras corren o juegan con la comida en la boca.
- A los niños se les debe de advertir que no se deben meter material escolar dentro de la boca. Cuidado con los tapones del boli, las gomas de borrar, las pegatinas...
- Hay que seguir las normas para usar los juguetes de forma segura:
 - Comprobar que tiene el certificado de Conformidad Europea.

- Comprobar la edad mínima de uso del juguete.
- Quitar y retirar los embalajes y adornos en seguida.
- Almacenar por separado los juguetes de los niños pequeños y de los mayores.
- Revisar los juguetes viejos. Y también los nuevos, por si tienen bordes agudos o partes pequeñas que se pueden desprender.

Recursos

Enlaces de interés

- [Aspiración de un cuerpo extraño](#)
- [Atragantamiento](#)
- [Cómo actuar en una situación en que un niño se atraganta](#)

Vídeos de interés

- [Vídeo de atragantamiento en lactantes](#)
- [Vídeo de atragantamiento en niños](#)

Fuente: **Cómo actuar ante un atragantamiento** ([descarga pdf](#) del capítulo) En: *GUÍA DE AYUDA PARA CENTROS DOCENTES. Manejo práctico de los problemas de salud pediátricos más frecuentes. Consejos para el profesorado y los cuidadores escolares.* Grupo de Educación para la Salud de la AEPap, actualizada en 2023.

Presentación powerpoint [en formato pdf](#).

Más información en Familia y Salud

- [Y si alguien se atraganta, ¿qué puedo hacer yo?](#)
- [¿Qué son los primeros auxilios?](#)
- [Parada cardiorrespiratoria: cómo reconocerla, prevenirla y actuar](#)

Fecha de publicación: 28-08-2019

Última fecha de actualización: 24-10-2023

Autor/es:

- [Grupo de Educación para la Salud](#). AEPap.

