

Jamison: Educación y Bienestar del Paciente

FOLLETO 19.9: AHOGO: DIRECTRICES DE EMERGENCIA

- Si la persona puede hablar, la comida no está obstruyendo la respiración
- No golpee a la persona en la espalda, puede que eso haga que la comida se quede más atascada
- Inserte un dedo en el fondo de la boca para despejar las vías respiratorias de cualquier alimento que esté bloqueando el fondo de la boca
- Si la persona que se está atragantando no puede hablar o no hay nada en la boca, realice la maniobra de Heimlich:
 - Si la persona está de pie o sentada:
 - Póngase detrás de ella
 - Pase sus brazos alrededor de su cintura y enlace sus manos con fuerza
 - Tire con las manos hacia adentro y arriba, apretando el abdomen de la víctima, con rápidos movimientos ascendentes, empleando bastante fuerza. El movimiento debe ser similar a la letra J – hacia adentro y luego hacia arriba.
 - Repítalo hasta que la comida sea expulsada
 - Si la víctima está tumbada:
 - Coloque a la víctima sobre su espalda
 - Arrodílese a su lado o siéntese a horcajadas al nivel de la cadera
 - Ponga una mano sobre la otra, con el talón de una de las manos en el abdomen de la víctima, entre la punta del esternón y el ombligo
 - Muévase hacia arriba hasta que sus hombros estén justo al nivel del abdomen de la víctima
 - Utilizando las dos manos, presione hacia arriba con fuerza
 - Repita la maniobra hasta que pueda sacar la comida de la boca de la víctima
 - Apresúrese en retirar la comida rápidamente antes de que la víctima la espire de nuevo.

Vea

<http://www.mayoclinic.com/health/first-aid-choking/FA00025>