

# ATRAGANTAMIENTOS Y MANIOBRA DE HEIMLICH



Los sucesos de atragantamientos suelen estar producidos por **alimentos**, aunque en bebés y niños también los ocasionan **objetos de pequeño tamaño** (piezas de juguetes, monedas...).

## ¿Cómo identificar un atragantamiento?



**Tos:** es el principal síntoma, impide a la persona pedir ayuda.

**Sujetarse la garganta con ambas manos:** es la señal universal de socorro.

**Habla y respiración debilitadas o interrumpidas.**

En ocasiones, la persona afectada no puede toser ni emitir sonidos agudos, por lo que empieza a adquirir una coloración azul/violácea e incluso puede sufrir una convulsión o desmayo.

## Maniobra de Heimlich en el adulto o el niño consciente

**Esta maniobra debe realizarse cuando la obstrucción es grave y pone en peligro la vida de la persona.** La descartaremos si la persona puede hablar, toser con fuerza o respirar de manera adecuada. En este caso, animaremos a que siga tosiendo para expulsar el objeto. No se recomienda dar palmadas en la espalda porque puede hacer que el objeto descienda por la vía respiratoria.

**Si la persona no puede toser se realizará la maniobra de Heimlich.**

Para ello:

- 1 La persona que auxilia se colocará detrás rodeando el abdomen con los brazos.
- 2 Se inclinará al afectado ligeramente hacia delante.
- 3 Se cerrará una mano en forma de puño, con el pulgar hacia dentro, y se colocará **entre el final del esternón y el ombligo**.
- 4 La otra mano se colocará sobre el puño ya situado y comprimirá con fuerza en ese punto, realizando un movimiento hacia dentro y hacia arriba (*como si se dibujara una "L"*) **entre 6 y 10 veces, hasta conseguir la salida del objeto**.

## Si la persona afectada es un menor de 5 años o pesa menos de 20 kg

- Nos colocaremos **de rodillas** para auxiliar, realizando la maniobra **con menos fuerza**.

## Si el afectado es un bebé:

**No debe hacerse esta maniobra. En su lugar:**

- Se colocará al bebé boca abajo, apoyado sobre el antebrazo y con la cabeza más baja que el resto del cuerpo, sujetando su cabeza y mandíbula para evitar que se desplacen.
- En esta posición, **se golpeará 5 veces con el talón de la mano en el espacio entre sus dos escápulas**.
- Si tras estos golpes no ha salido el objeto, se dará la vuelta al bebé en la misma posición, y se realizarán **5 compresiones sobre el esternón del bebé con el dedo índice y el corazón** con movimientos hacia dentro y hacia arriba de una fuerza moderada.
- Se repetirá esta secuencia hasta lograr la salida del objeto.

## Si el afectado es una mujer embarazada o una persona obesa

- Colocaremos **el puño sobre la base del esternón** y realizaremos la maniobra sobre este punto hasta conseguir la salida del objeto.

## Si los afectados, anteriormente descritos, pierden el conocimiento

- Se interrumpirá la maniobra para verificar si es posible retirar el objeto de la boca.
- Si no lo es y la persona deja de respirar es crucial iniciar la reanimación cardiopulmonar y solicitar ayuda sanitaria de inmediato (**llamar al 112**).



La maniobra de Heimlich puede provocar vómitos en la persona a la que se le realiza, aunque su presencia no significa que ya haya salido el objeto. **Tras un acontecimiento de este tipo, es recomendable valoración médica.**