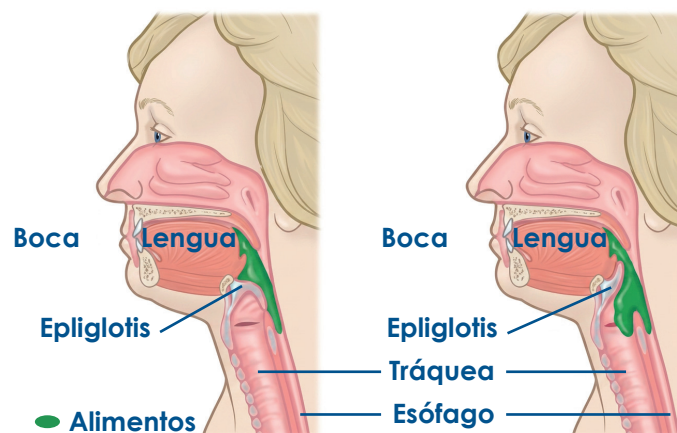


1

¿Qué es un atragantamiento y en qué consiste?

El **atragantamiento** es la obstrucción de la vía aérea/respiratoria ocasionada por un cuerpo extraño (por ejemplo fragmentos de comida u objetos), impidiendo el paso de aire hasta los pulmones y de ahí a la sangre, provocando la asfixia seguida de parada cardiorrespiratoria si no se actúa.

Los atragantamientos se producen porque la **epiglotis** (estructura anatómica que separa el tubo digestivo del respiratorio) deja libre el paso respiratorio introduciéndose el aire y la comida en la tráquea. La obstrucción puede ser de dos tipos: **incompleta o completa**.



TIPOS DE OBSTRUCCIÓN

OBSTRUCCIÓN INCOMPLETA

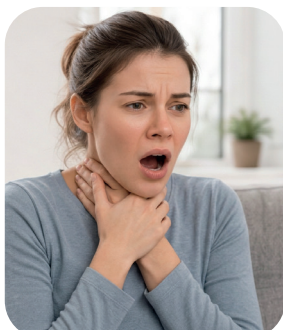


En el caso de la **obstrucción incompleta**, el cuerpo extraño no tapa toda la entrada de aire, por lo que se pone en funcionamiento el **mecanismo de defensa** y la persona empieza a toser.

¿Qué hacer?

- **Dejarla toser** (los mecanismos de defensa funcionan) y observar que siga haciéndolo o que expulse el cuerpo extraño.
- **NO golpear nunca la espalda**, ya que se podría producir la obstrucción completa o introducirse más el cuerpo extraño.

OBSTRUCCIÓN COMPLETA O TOTAL



En el caso de **obstrucción completa o total**, la persona no tose ni habla, indicando que el aire ni entra ni sale.

¿Cómo actuar?

- Actuar con rapidez. Realizar las maniobras específicas (**maniobra de Heimlich**) y llamar a los **servicios de emergencia (112)**.
- En caso de **pérdida del conocimiento**, realizar la **RCP** hasta la llegada de los servicios de emergencia.



La cifra de personas fallecidas por atragantamientos en España, según los últimos datos vigentes publicados, ascienden a 2.920, lo cual implica que 8 personas fallecen al día por atragantamientos*.

*Fuente: Instituto Nacional de Estadística. Estadística de defunciones según la causa de muerte. Códigos CIE-10 W79 y W80.

2

Causas que pueden provocar un atragantamiento

Las **causas** más frecuentes que pueden producir atragantamientos en las personas de cualquier edad son:

 Comer o beber muy rápido	 Introducir demasiada comida en la boca	
 No masticar bien la comida antes de tragar	 Ingerir objetos no comestibles	
 No prestar atención mientras se come: aspirar bruscamente por reírse, hablar, caminar, jugar, correr con objetos o distraerse con otras actividades	 Disfagia, es decir, dificultad para tragar debido a una enfermedad de base	
	 Ausencia de alguno o carencia de dientes que impide masticar bien la comida	

3

Medidas preventivas para evitarlos

Con pequeños gestos podemos reducir el número de casos por atragantamientos. A continuación, los detallamos:

 ADULTOS	 BEBÉS Y NIÑOS/AS
 Cortar los alimentos en piezas pequeñas	 No dar a menores de 4 años frutos secos o alimentos en trozos pequeños
 Masticar lenta y completamente (en especial si se usa prótesis)	 Supervisar las comidas
 No reír o hablar mientras se mastica y traga	 Mantener objetos y juguetes de pequeñas dimensiones fuera de su alcance
 Evitar la ingesta excesiva de alcohol antes y durante las comidas	 Evitar que caminen, jueguen o corran con alimentos en la boca