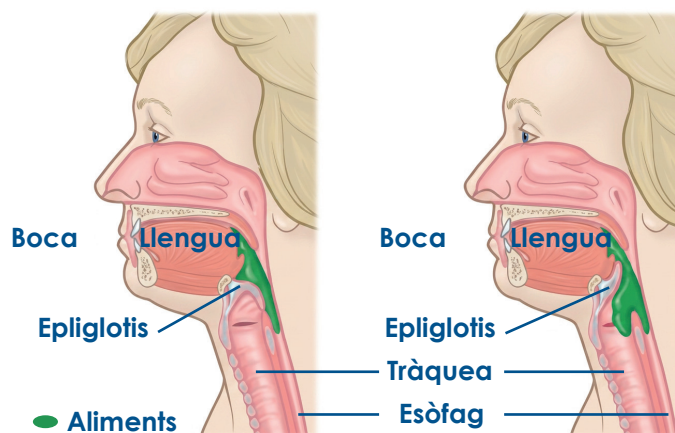


1

Què és un ennuegament i en què consisteix?

L'**ennuegament** és l'obstrucció de la via aèria/respiratòria ocasionat per un cos estrany (per exemple fragments de menjar o objectes) impedit el pas d'aire fins als pulmons i d'aquí a la sang, tot provocant l'asfíxia seguida d'aturada cardiorespiratòria si no s'actua.

Els ennuegaments es produeixen perquè l'**epiglòtis** (estructura anatòmica que separa el tub digestiu del respiratori) deixa lliure el pas respiratori i s'introdueix l'aire i el menjar a la tràquea. L'obstrucció pot ser de dos tipus: **incompleta o completa**.



TIPUS D'OBSTRUCCIÓ

OBSTRUCCIÓ INCOMPLETA



En el cas de l'**obstrucció incompleta**, el cos estrany no tapa tota l'entrada d'aire, per la qual cosa es posa en funcionament el **mecanisme de defensa** i la persona comença a **estossejar**.

Què s'ha de fer?

- **Deixar-lo estossejar** (els mecanismes de defensa funcionen) i observar que continuï fent-ho o que expulsi el cos estrany.
- **NO copejar mai l'esquena**, ja que es podria produir l'obstrucció completa o introduir-se més endins el cos estrany.

OBSTRUCCIÓ COMPLETA O TOTAL



En el cas d'**obstrucció completa o total**, la persona no estosseja ni parla, cosa que indica que l'aire ni entra ni surt.

Com s'ha d'actuar?

- Actuar amb rapidesa. Fer les maniobres específiques (**maniobra de Heimlich**) i trucar als **serveis d'emergència (112)**.
- En cas de **pèrdua del coneixement**, fer la **RCP** fins a l'arribada dels serveis d'emergència.



La xifra de persones mortes per ennuegaments a Espanya, segons les últimes dades vigents publicades, pugen a 2.920, la qual cosa implica que 8 persones moren al dia per ennuegaments*.

*Font: Institut Nacional d'Estadística. Estadística de defuncions segons la causa de mort. Codis CIE-10 W79 i W80.

2

Causas que poden provocar un ennuegament

Les **causes** més freqüents que produeixen l'ennuegament de les persones de qualsevol edat són:



Menjar o beure molt de pressa



No mastegar bé el menjar abans d'empassar-se'l



No fer atenció mentre es menja: aspirar bruscament per riure, parlar, caminar, jugar, córrer amb objectes o distreure's amb altres activitats



Posar-se massa menjar a la boca



Ingerir objectes no comestibles



Disfàgia, és a dir, dificultat per empassar a causa d'una malaltia de base



Absència d'alguna dent o carència de dents, fet que impedeix mastegar bé el menjar



3

Mesures preventives per evitar-los

Amb petits gestos podem reduir el nombre de casos per ennuegaments. A continuació els detallem:

 ADULTS	 NADONS I INFANTS
 Tallar els aliments en peces petites	 No donar fruita seca o aliments en trossos petits als menors de 4 anys
 Mastegar lentament i completament (especialment si es fa servir pròtesi)	 Supervisar els àpats
 No riure o parlar mentre es mastega i empassa	 Mantenir objectes i joguines de petites dimensions fora del seu abast
 Evitar la ingesta excessiva d'alcohol abans i durant els àpats	 Evitar que caminin, juguin o corrin amb aliments a la boca