

Guía de Primeros Auxilios: Atragantamiento

¿Qué es el atragantamiento?

El atragantamiento se produce cuando un objeto, generalmente un alimento, bloquea las vías respiratorias impidiendo el paso de aire hacia los pulmones. Puede ser parcial o total, y requiere atención inmediata para prevenir la asfixia.

Signos y síntomas

- Dificultad o incapacidad para respirar o hablar.
- Tos débil o inefectiva.
- Piel o labios azulados (cianosis).
- Gestos de llevarse las manos al cuello (signo universal de atragantamiento).
- Pérdida de la conciencia si no se resuelve rápidamente.

Qué hacer ante un caso de atragantamiento

■ **1. Evalúa la situación:** Si la persona puede toser o hablar, animala a seguir tosiendo.

■ **2. Si no puede respirar, toser ni hablar:**

- Colócate detrás de la persona.
- Rodea su cintura con tus brazos.
- Coloca un puño justo encima del ombligo, con la otra mano sujetando el puño.
- Realiza compresiones rápidas hacia adentro y arriba (maniobra de Heimlich).

■ **3. Si la persona pierde el conocimiento:** Llámala, revisa su respiración y llama a emergencias. Comienza RCP si no respira.

Qué no hacer

■ No intentes sacar el objeto con los dedos a ciegas.

■ No des palmadas en la espalda si la obstrucción es total y la persona está de pie (puedes empeorar la situación).

En bebés menores de un año

- Coloca al bebé boca abajo sobre tu antebrazo, sosteniendo su cabeza.
- Da hasta 5 golpes firmes entre los omóplatos con el talón de tu mano.
- Si no mejora, voltealo boca arriba y realiza 5 compresiones en el pecho con dos dedos (debajo de la línea de los pezones).
- Repite el ciclo hasta que respire o llegue ayuda médica.

Números de emergencia en Guatemala

Bomberos Municipales: 123

Bomberos Voluntarios: 122

Cruz Roja: 125

Hospital Roosevelt (Urgencias): 2321-4700

Después del incidente

Tras un episodio de atragantamiento, incluso si la persona se recupera, es importante que un médico la revise, ya que pueden haber quedado lesiones en las vías respiratorias o restos del objeto en los pulmones.

Elaborado por equipo HusL

Basado en protocolos de Cruz Roja Internacional y OMS