

# Actuar con rapidez y serenidad

CONOCER Y APLICAR ESTA SENCILLA MANIOBRA PUEDE SALVAR VIDAS

La obstrucción de vías aéreas por un cuerpo extraño es más frecuente de lo que se cree. En las personas mayores se suele producir comiendo, y raramente la ocasiona algún objeto, mientras que en niños pequeños y lactantes cualquier objeto de tamaño pequeño que manipule e introduzca en su boca puede ocasionar el dramático cuadro de la obstrucción de vías aéreas que, de no tratarse a tiempo y correctamente, puede incluso ocasionar la muerte.

Esta se produce en 4-5 minutos si no se socorre a la persona atragantada, y dado que lo habitual es que no haya un médico presente y que no dé tiempo a trasladar a la víctima a un centro médico, conocer esta sencilla maniobra puede salvar vidas.

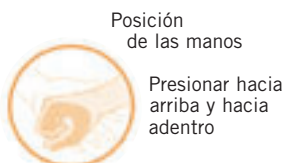
## ¿En qué consiste?

La maniobra de Heimlich es una técnica que, por medio de la compresión del abdomen, crea una fuerza expulsora que actúa desde los pulmones hasta las vías superiores. La velocidad de la corriente aérea que se genera es a menudo suficiente para impulsar de forma forzada el objeto que obstruye las vías aéreas y hacerlo salir.

La base anatómico-fisiológica de esta maniobra se encuentra en el empuje hacia arriba que experimenta el diafragma al presionar fuertemente el abdomen. La elevación del diafragma, equivalente a la que se hace en un golpe de tos, provoca que los pulmones expulsen el aire y se genere

## CÓMO REALIZAR LA MANIOBRA DE HEIMLICH

**1. Si la víctima es adulta y está de pie:** se le pasa un brazo del auxiliador alrededor de la cintura con el puño cerrado, colocando el lado del pulgar del puño justo encima del ombligo de la víctima y por debajo de la punta del esternón (apófisis xifoides). Después, con el otro brazo rodea la cintura y abraza su puño cerrado. Colocado así hace una única compresión o empujón, decidido, fuerte y rápido, hacia adentro y arriba, sin miedo a causar otros daños. A veces puede necesitar una serie de dos o más empujones.



**2. Si la víctima está tumbada en el suelo, en posición supina:** el auxiliador se arrodilla a horcajadas sobre la víctima y coloca el talón de una mano por encima del ombligo y por debajo de la punta del esternón, y da un decidido empuje hacia arriba y adentro, y pueden ser necesarios dos o más empujones. Es importante colocar la mano en la línea media y no desviarla hacia un lado u otro, para evitar lesionar el hígado, bazo u otra víscera.



## ATRAGANTAMIENTO DE BEBÉS Y NIÑOS

una corriente de 205 litros por minuto y una presión de 31 mmHg. La fuerza de proyectil así generada empuja cualquier obstrucción de la vía aérea.

La víctima de una obstrucción de vías aéreas no puede respirar, hablar ni toser y coloca de forma instintiva su mano en la garganta. La expresión de la cara es de angustia y la mayor parte de las veces queda inmovilizada por el pánico. Si la obstrucción persiste, aparece una palidez que va tornándose cianótica, violácea por la asfixia, para terminar perdiendo la conciencia y sufrir un colapso que puede llegar a ser mortal si no se interviene con premura y diligencia. ◀

No siempre resulta fácil distinguir una obstrucción completa de las vías aéreas en un bebé o niño de una parcial. Un pequeño objeto puede alojarse en la tráquea o en la división de ésta en los dos bronquios principales y ocasionar una obstrucción completa. Pero también puede pasar a un bronquio más pequeño dejando libres otros bronquios, lo que ocasiona una obstrucción sólo parcial. En este último caso, siempre queda un poco de respiración. Hay una serie de maniobras que tradicionalmente se han efectuado en casa, pero

que conllevan el riesgo de convertir una obstrucción parcial en completa.

### Las siguientes maniobras no deben realizarse nunca:

- Agarrar al niño por los talones y golpearle la espalda. Un cuerpo extraño alojado en un bronquio pequeño puede desplazarse y obstruir por completo la vía.
- Explorarlo la garganta metiendo los dedos, ya que además de provocar laceraciones en la hipofaringe, lo más seguro es que se empuje el cuerpo extraño más hacia adentro.



**3. Si la víctima es un niño pequeño o un lactante:** la maniobra de Heimlich es esencialmente la misma que en el caso del adulto tumbado, pero en este caso se utilizan los dedos índice y medio, muy unidos, colocados por encima del ombligo y en la línea media. Se aplica un empujón abdominal y en este caso la fuerza hay que medirla, hay que aplicar una fuerza de intensidad razonable, que dependerá de la edad del niño. También se puede aplicar dos o más veces, si es necesario.

