

CAMPAÑA DE REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR EN LAS ESCUELAS

R

C

P

Maniobra ante el atragantamiento en el contexto del COVID-19

Argentina **unida**



Ministerio de Educación
Argentina

La maniobra de Heimlich

Se trata de una técnica sencilla. No hace falta ser médica o médico para practicarla, ni tener ninguna ocupación relacionada con la salud.

La técnica consiste en comprimir el diafragma para generar que la persona que se atragantó pueda toser y expulsar así el objeto extraño que está obstruyendo sus vías respiratorias. Puede realizarse de dos maneras: autorrealizada, o bien, puede ser practicada por otra persona en posición de pie o sentado.

Se recomienda ejecutarla únicamente en los casos en los que la víctima no puede respirar, es decir que no puede hablar ni emitir ningún tipo de sonido. Usualmente las personas cuando no pueden respirar instintivamente se llevan las manos al cuello.



Gracias a esta maniobra miles de personas se salvaron de morir asfixiadas después de atragantarse. Fue inventada en 1974 y se la conoce como la maniobra de Heimlich en honor a su creador, el Dr. Henry Heimlich.

¿Cuándo se realiza esta maniobra?

Cuando no se puede respirar o cuando alguna persona no puede respirar debido a cualquier tipo de atragantamiento.



Ministerio de Salud de la Nación



¿Qué se debe hacer si estamos solos y solas?

Hay que colocar el abdomen sobre una silla (o cualquier elemento similar) tal como se observa en la imagen.

De este modo se expulsará el objeto extraño por la boca.

Maniobra de Heimlich auto ejecutada.

¿Qué se debe hacer si se atraganta alguien que está con nosotras y nosotros?



Maniobra de Heimlich en posición de pie.



En este contexto sanitario de Covid-19 es importante que la persona que ejecuta la maniobra tenga correctamente colocado el tapabocas o barbijo. La víctima no debe tener colocado el tapabocas.



- » Hay que colocarse detrás de la persona y poner una de las piernas en el medio de las piernas de la persona que se está ahogando y colocar la otra por detrás para generar una buena base de sustentación (ya que se presume que la víctima puede desmayarse por la falta de oxígeno).
- » El próximo paso es rodear con las manos la cintura de la persona en el perímetro que se encuentra arriba del ombligo y debajo de la caja torácica (las costillas). Sujetar su puño con la otra mano. Tirar del puño apretado con un movimiento seco y directo hacia atrás y hacia arriba hasta que la persona expulse el objeto extraño o se desvanezca por falta de oxígeno.
- » Si la persona pierde el conocimiento, se deberán realizar los pasos de la maniobra de RCP.



Maniobra de Heimlich, posición de sedente.

Si la víctima se encuentra sentada (o nos supera considerablemente en tamaño) se debe realizar la misma maniobra con la persona en la silla.

En los casos en que la persona que se atragantó presenta obesidad o se encuentra embarazada las compresiones deben ser realizadas en el pecho.

A continuación, se comparte el link de un video que describe con precisión cómo se realiza la maniobra.



<https://bit.ly/Heimlichvideo>

Atragantamiento. Maniobra de Heimlich. Ministerio de Educación de la Nación.

¿Qué cosas no se deben hacer?

A cualquiera se le puede quedar atorado en la garganta un alimento u objeto. Esto puede causar que el aire no circule fluidamente por las vías respiratorias, incluso puede impedir que se pueda respirar con normalidad.

Con frecuencia, en este tipo de ocasiones, vienen a la mente enseñanzas como levantar las manos. Esta práctica que se suele realizar es un mito y un error. Otro de los errores más comunes es el de darle golpes en la espalda a la persona que se encuentra de pie o sentada.

¿Por qué es un error ese tipo de prácticas?

Porque al levantar las manos, o recibir los golpes en la espalda, el objeto que está obstruyendo las vías respiratorias, lejos de salir expulsado, debido a la fuerza de gravedad tenderá a ir hacia abajo, lo que causará que se atore más en las vías respiratorias y se agrave el problema.

Desobstrucción de la vía aérea en lactantes

Frecuentemente los bebés suelen llevarse objetos a la boca, a veces se los tragan y a veces se atragantan. La obstrucción puede ser parcial o total.

Si el lactante puede balbucear, llorar o emitir algún tipo de sonido, significa que pasa el aire y que la obstrucción es parcial. En esos casos hay que dejar que tosa.

Si el bebé no puede emitir ningún tipo de sonido, significa que no pasa el aire. En esos casos hay que actuar rápidamente. Hay que sujetar con una de las manos el maxilar inferior (la parte de abajo de la boca) del bebé y girarlo en posición de decúbito ventral (boca abajo) ubicando su cuerpo en diagonal con la cabecita por debajo de la línea de su ombligo.

Es muy importante que se lo tome del maxilar inferior mientras realizamos el giro, de este modo vamos a poder sujetarle bien la cabecita para poder así acompañar el movimiento.

Una vez colocado en decúbito ventral, hay que ubicar el cuerpo del bebé sobre el antebrazo con el cual estábamos sosteniendo su maxilar, tal como se observa en la imagen.

Desobstrucción de la
vía aérea en lactantes.



Se recomienda que la persona adulta que vaya a realizar la maniobra se siente para poder tener mejor estabilidad y realizar con mayor comodidad la maniobra.

Una vez colocado el bebé en decúbito ventral, con el talón de la otra mano se realizarán cinco golpes -es importante tener en cuenta la contextura física del bebé para medir la fuerza con la que se realizará la maniobra- justo debajo y en el centro de las dos escápulas (omóplatos), tal como se observa en la imagen.



Desobstrucción de la
vía aérea en lactantes.



Luego de realizar los golpes, se vuelve a girar al bebé en posición de decúbito dorsal (boca arriba) y se observa su boca. Si el objeto está a la vista, y puede ser extraído solo con introducir el dedo índice y el dedo pulgar, se retira.

Desobstrucción de la
vía aérea en lactantes.

Si no se ve el objeto, o se encuentra atravesado en la garganta, no se hace fuerza para sacarlo, se vuelve a girar al bebé y a realizar la maniobra de Heimlich hasta que expulse el objeto.



Para mayor información se podrá leer el manual de primeros auxilios en las páginas 16, 17, 18 y 19.
<https://bit.ly/auxiliosmaniobra>



Lecturas recomendadas

- » BBC News Mundo. (19 de diciembre 2016). *Henry Heimlich, el médico estadounidense que salvó miles de vidas con una maniobra que todos podemos hacer*. Recuperado de <https://bit.ly/BBCHeimlich>
- » DINESA. (2016). *Manual de primeros auxilios y prevención de lesiones*. CABA: Ministerio de Salud de la Nación.
- » DINESA (2016). *Obstrucción de la vía aérea*. CABA: Ministerio de Salud de la Nación. Recuperado de <https://bit.ly/obstruccionaerea>
- » Green Martínez, J. (2020). *Derecho de promoción y capacitación en las técnicas de reanimación cardiopulmonar básicas*. CABA: Instituto Nacional de Formación Docente (INFoD). Ministerio de Educación de la Nación.
- » RCP Escuelas. (2015). *RCP en las escuelas* Buenos Aires. Ministerio de Educación de la Nación. Ministerio de Educación de la Nación. Recuperado de <https://bit.ly/RCPEscuelas>



CAMPAÑA DE REANIMACIÓN
CARDIOPULMONAR EN LAS ESCUELAS