

LOS ACCIDENTES POR ASFIXIA:

En México, son la segunda causa de muerte por accidentes.

¿Qué es una asfixia? es la obstrucción de las vías respiratorias que impide que el oxígeno llegue a los pulmones, por lo que tenemos que reaccionar rápido porque cuando el cerebro no recibe oxígeno durante más de cuatro minutos, se puede producir daño cerebral permanente y la muerte.

Los más propensos a tener este tipo de accidentes son las y los más pequeños de la casa porque aún no tienen la habilidad para morder y masticar mejor y por el tamaño del diámetro de su vía aérea, que es el camino desde la nariz y la boca hasta los pulmones.

¿Cómo se puede prevenir la asfixia?

- Mantén fuera de su alcance objetos pequeños como partes de juguetes, globos (no permitas que jueguen con globos desinflados en la boca), monedas, pelotas de látex, alfileres, pilas (sobre todo redondas) bolsas de plástico, llaveros, etc.
- Revisa debajo de los muebles y entre los cojines, o en cualquier lugar, que en estos lugares no haya este tipo de objetos.
- Compra juguetes diseñados y adecuados a su edad. No permitas que jueguen con juguetes diseñados para niños más grandes.
- Evita que se metan a la boca dulces duros y redondos, goma



de mascar, trozos grandes de alimentos, nueces o semillas, palomitas, vegetales y frutas crudas (zanahorias, jícamas, etc.) y uvas enteras. Parte los alimentos en pequeñas porciones y manten vigilado a tu hijo/hija mientras come.

- Si tu hijo/hija es menor de un año, duérmelo boca arriba en su propia cuna o cama sin almohadas, peluches o cobijas sueltas.
- Deja fuera del alcance de las y los niños los cordones de las persianas y cortinas.



TE INVITAMOS A MANTENERTE INFORMADO A TRAVÉS DE ESTE SITIO

Fuente:

- <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/207076/ModeloAsfixia.pdf>
- <https://www.mayoclinic.org/es-es/first-aid/first-aid-choking/basics/art-20056637#:~:text=Para%20realizarte%20compresiones%20abdominales%20>