

MANIOBRA *de* HEIMLICH

Aprender la técnica,
una herramienta fundamental



? ¿QUÉ ES?

La **Maniobra de Heimlich** (Compresión Abdominal) es un procedimiento de primeros auxilios para desobstruir el conducto respiratorio bloqueado por un trozo de alimento o cualquier objeto pequeño. Una técnica efectiva para salvar vidas en caso de asfixia por atragantamiento, lo que impide que el oxígeno llegue a los pulmones y desde allí al resto de los órganos.

Se recomienda aplicarla cuando la persona ya no hace ningún ruido. Si la víctima puede toser, no impedirle sus intentos de expulsar el objeto.

LA TÉCNICA DIFIERE EN

embarzadas, personas obesas o de
contextura grande, por ello:

- Los golpes en la espalda pueden agravar la obstrucción.
- Reemplazar por compresiones torácicas con igual dinámica que las abdominales.

4' sin Oxígeno:
Daño cerebral y/o muerte



SÍNTOMAS



Piel morada



Dificultad
para respirar



Incapacidad
para hablar



Pérdida del
conocimiento
(si la obstrucción no se alivia)

OTROS SIGNOS:

- Respiración ruidosa o sonidos muy agudos al inhalar
- Tos débil e improductiva

PREVENCIÓN

Adultos

- Cortar los alimentos en piezas pequeñas
- Masticar lenta y completamente, en especial si se usa prótesis
- No reír o hablar mientras se mastica y traga
- Evitar la ingesta excesiva de alcohol antes y durante las comidas

Bebés y niños

- No dar a menores de 4 años alimentos pequeños o trozos que puedan atorarse fácilmente en su garganta
- Supervisar el momento de la ingesta
- Mantener objetos y juguetes pequeños fuera de su alcance
- Evitar que caminen, corran o jueguen con alimentos o juguetes en la boca

Los niños mayores no deben ofrecer alimentos o juguetes peligrosos a los más pequeños



SEÑAL UNIVERSAL
DE ALARMA



AGARRARSE
LA GARGANTA



CON LA
MANO

¿CÓMO SE REALIZA LA MANIOBRA DE HEIMLICH?

Simple y efectiva, la Maniobra de Heimlich puede ser dolorosa y causar lesiones a la víctima. Utilizar sólo en reales emergencias.

1



Pararse detrás de la persona rodeándola por la cintura con los brazos

2



Formar con una mano un puño, colocarlo por el lado del pulgar y encima del ombligo de la víctima

3



Agarrar el puño con la otra mano y realizar compresiones rápidas hacia arriba y hacia adentro

Repetir hasta que el objeto salga o la víctima pierda el conocimiento

PARA TENER EN CUENTA



SI SE ENCUENTRA SOLO

Empújese a usted mismo o empuje su abdomen contra el respaldo de una silla, mesada o baranda

NIÑOS MENORES DE 2 AÑOS

- **Sostener al pequeño de su pecho**, boca abajo, con una sola mano y a lo largo del antebrazo
- **Con el talón de la mano libre** dar 5 golpes fuertes y rápidos en la espalda
- **Voltear al menor y extraer el objeto** con el dedo formando un gancho. Hacerlo en un solo intento evitando agravar la situación.