

CÓMO OFRECER ALIMENTOS

EN MENORES DE 5 AÑOS POR RIESGO ALTO DE ATRAGANTAMIENTO Y CUÁLES EVITAR



MANZANA, ZANAHORÍA Y UVAS

La manzana y zanahoria crudas, son muy duras para los niños pequeños. No las pueden aplastar fácilmente con la lengua y al morder los trozos pueden salir disparados hacia la garganta. Mejor cocidas y cortadas en palitos (zanahoria), o asadas, rayadas y laminadas (manzana) nunca en forma de moneda o a gajos. Las uvas no se deben dar enteras, sino cortadas en 4 trozos, ya que por su tamaño y su piel encajan en la tráquea de los pequeños.

FRUTOS SECOS

Son los protagonistas con más del 60% de atragantamientos y broncoaspiración en niños y niñas. Ni enteros ni cortados en trozos pequeños. Únicamente en cremas de manera untada (no a cucharadas) o molidos. Lo mismo con las semillas. A evitar las palomitas y panes de semillas.



CARAMELOS

Los caramelos duros, conguitos, lacasitos etc, al ser duros, redondos, pequeños y resbaladizos, son los causantes del 15% de los atragantamientos. Hay que evitarlos y más aún si los peques corren, juegan o viajan en coche



SALCHICHAS

Al ser blandas, gomosas, y cortarlas en rodajas, se adaptan fácilmente a la vía aérea y se quedan encajadas dificultando las maniobras de desobstrucción. Constituyen la primera causa de asfixia en países anglosajones. Mejor cortadas a lo largo.



RECOMENDACIONES DE EMERGENCIA EN ATRAGANTAMIENTO Y DE LA AEP (ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE PEDIATRÍA)



ver
oir
sentir

NEREA MOYA
CURSOS DE PREVENCIÓN,
PRIMEROS AUXILIOS INFANTILES
Y BABY SIGN