



# Prevención del Atragantamiento y el Estrangulamiento



La mayoría de las asfixias, estrangulamientos y atragantamientos de niños ocurren en la casa. Al igual que con la mayoría de las lesiones y muertes accidentales, los incidentes relacionados con la asfixia y el estrangulamiento se pueden evitar tomando sencillas medidas preventivas.

## CONSEJOS

- ✓ La estrangulación y la asfixia pueden ocurrir en cunas que tienen diseños antiguos e inseguros. Antes de usar una cuna, busque el sello de certificación de la Asociación de Fabricantes de Productos Juveniles indicando que la cuna cumple con las normas de seguridad actuales.
- ✓ Asegúrese de que la cuna no tiene piezas que falten, estén colocadas de forma inadecuada, sueltas o rotas. Compruebe el espacio entre las barras de la cuna para asegurarse de que el cuerpo del bebé no se puede deslizar a través de la abertura. Las barras de la cuna no deben de estar separadas más de 2 pulgadas y 3/8 alrededor del ancho de una lata de soda). Las cunas antiguas a las que les falta un número significativo de barras, presentan un peligro significativo.
- ✓ Use solamente colchones y colchas que entren justo en la cuna para que el bebé no corra el riesgo de quedar atrapado entre el colchón y el costado de la cuna ni enredarse con la sábana.
- ✓ Los niños se pueden estrangular en las cuerdas de las persianas de las ventanas. Es importante asegurarse de que todas las cuerdas de las ventanas están fuera del alcance del niño y de que los muebles se apartan de modo que el niño no pueda trepar para alcanzar la cuerda de la cortina.
- ✓ Inspeccione el empaquetamiento de los juguetes antes de comprarlos. Sólo permita a los niños jugar con juguetes que estén etiquetados para su edad. Inspeccione los juguetes viejos y lo nuevos de forma regular para asegurarse de que no hay daños o partes dañadas, sueltas o que falten.
- ✓ La mitad de todas las muertes relacionadas con juguetes se deben a niños que se ahogan con piezas de globo. Mantenga los globos fuera del alcance de los niños menores de ocho años de edad.
- ✓ Remueva los cordones de la ropa de los niños. Los cordones se enredan con el equipo de juego, puertas de autobús o cunas. Remueva completamente los cordones de las capuchas y el cuello de toda la ropa de los niños incluyendo chaquetas y sudaderas hasta la edad de 12 años.
- ✓ No permita que los niños lleven cascos de bicicleta en las áreas de juego. Presentan un peligro de estrangulamiento para los niños porque se pueden quedar atascados en aberturas del equipo de juego. También, evite el estrangulamiento, no permita nunca que los niños lleven collares, bolsos, bufandas o ropa con cordones en las áreas de juego.
- ✓ Aprenda a administrar primeros auxilios y resucitación cardiopulmonar.



Si usted o alguien que conoce está experimentando una lesión que amenace su vida o un acto de violencia, por favor marque al 911 inmediatamente.

Si desea más información sobre lesiones y educación en prevención de violencia e información, llame al 1-800-732-8333 o envíe un correo electrónico a [ivp@vdh.virginia.gov](mailto:ivp@vdh.virginia.gov)