

MANIOBRA DE HEIMLICH

Hay que actuar con rapidez y mucha serenidad

Conocer esta sencilla maniobra puede salvar vidas, pues un atragantamiento puede provocar la muerte en 4 ó 5 minutos

La obstrucción de vías aéreas por cuerpo extraño es más frecuente de lo que se cree. En las personas mayores se suele producir comiendo, raramente la ocasiona algún objeto, mientras que en niños pequeños y lactantes cualquier objeto de tamaño pequeño que manipule e introduzca en su boca puede ocasionar el dramático cuadro de la obstrucción de vías aéreas que, de no tratarse a tiempo y correctamente, puede ocasionar la muerte.

Ésta se produce en 4-5 minutos si no se socorre a la persona atragantada, y dado que lo habitual es que no haya un médico presente y que no dé tiempo a trasladar a la víctima a un centro médico, conocer esta sencilla maniobra puede salvar vidas.

¿En qué consiste?

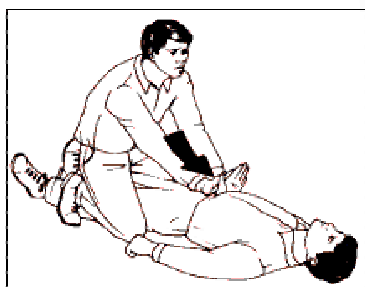
La maniobra de Heimlich es una técnica que, por medio de la compresión del abdomen, crea una fuerza expulsora que actúa desde los pulmones hasta las vías superiores. La velocidad de la corriente aérea que se genera es a menudo suficiente para impulsar de forma forzada el objeto que obstruye las vías aéreas y hacerlo salir.

La base anatomo-fisiológica de esta maniobra se encuentra en el empuje hacia arriba que experimenta el diafragma al presionar fuertemente el abdomen. La elevación del diafragma, equivalente a la que se hace en un golpe de tos, provoca que los pulmones expulsen el aire y se genere una corriente de 205 litros por minuto y una presión de 31 mmHg. La fuerza de proyectil así generada empuja cualquier obstrucción de la vía aérea.

La víctima de una obstrucción de vías aéreas no puede respirar, hablar ni toser y coloca de forma instintiva su mano en la garganta. La expresión de la cara es de angustia y la mayor parte de las veces queda inmovilizada por el pánico. Si la obstrucción persiste aparece palidez y progresivamente se va poniendo cianótica, violácea por la asfixia, para terminar perdiendo la conciencia y sufrir un colapso que puede llegar a ser mortal si no se interviene con premura.

¿Cómo realizar la maniobra de Heimlich?

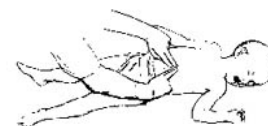
- **Si la víctima es adulta y está de pie:** se le pasa un brazo del auxiliador alrededor de la cintura con el puño cerrado colocando el lado del pulgar del puño justo encima del ombligo de la víctima y por debajo de la punta del esternón (apófisis xifoides). Después, con el otro brazo rodea la cintura y abraza su puño cerrado. Colocado así hace una única compresión o empujón, decidido, fuerte y rápido, hacia adentro y arriba, sin miedo a causar otros daños. A veces puede necesitar una serie de dos o más empujones.



HEIMLICH



- **Si la víctima es un niño pequeño o un lactante:** la maniobra de Heimlich es esencialmente la misma que en el caso del adulto tumbado, pero en este caso se utilizan los dedos índice y medio, muy unidos, colocados por encima del ombligo y en la línea media. Se aplica un empujón abdominal y en este caso la fuerza hay que medirla, hay que aplicar una fuerza de intensidad razonable, que dependerá de la edad del niño. También se puede aplicar dos o más veces si es necesario.



- **Si la víctima está tumbada en el suelo, en posición supina:** el auxiliador se arrodilla a horcajadas sobre la víctima y coloca el talón de una mano por encima del ombligo y por debajo de la punta del esternón, y da un decidido empuje hacia arriba y adentro, y como antes pueden ser necesarios dos o más empujones. Es importante colocar la mano en la línea media y no desviada hacia un lado u otro para evitar lesionar el hígado, bazo u otra víscera.

