

ACCIDENTES POR ASFIXIA:

La mayoría pueden prevenirse

1

En México, la asfixia es una de las principales causas de muerte por accidentes en niñas y niños.

Objetos pequeños fuera de su alcance

Las vías respiratorias de niñas y niños son pequeñas y pueden obstruirse fácilmente.



Monedas



Globos desinflados



Partes de juguetes



Pilas de botón



Llaves



Canicas

2



Revisa periódicamente debajo de muebles, cojines y otras áreas donde puedan quedar objetos pequeños al alcance de niñas y niños

Alimentos seguros

Corta los alimentos en porciones pequeñas y supervisa siempre a tu hija o hijo mientras come.

Evita ofrecer



Uvas enteras

Alimentos que deben evitarse



Chicles



Palomitas de maíz



Dulces duros



Nueces y semillas

3

Sueño seguro (menores de 1 año)



Acuéstalo boca arriba

Mantener la cuna libre de:

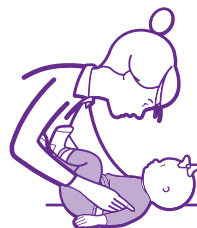


- Almohadas
- Peluches
- Cobijas sueltas

4

Supervisión constante

Vigila constantemente a tu hija o hijo durante el juego, la alimentación y el sueño.



La supervisión constante es la medida más efectiva para prevenir accidentes por asfixia.

¿Sabía que...?

Cuatro minutos sin oxígeno pueden provocar daño cerebral permanente e incluso la muerte.





ACTÚE DE INMEDIATO

Qué hacer ante un atragantamiento

Conocer las acciones adecuadas puede marcar la diferencia y salvar una vida

Estemos preparados

La prevención es la mejor herramienta, pero sabemos que pueden ocurrir situaciones inesperadas.

Por eso, ponemos a su disposición materiales de apoyo con información práctica sobre las técnicas adecuadas que pueden salvar la vida de niñas y niños menores y mayores de un año.

Le invitamos a revisar estos materiales y los videos ilustrativos disponibles mediante los códigos QR, para que usted pueda actuar de forma oportuna mientras llega la atención médica.



Estar preparados hoy puede ayudarnos a proteger lo más valioso: su vida.

Escanee y vea los videos ilustrativos

Aprender a actuar puede ser la diferencia.

Video Ilustrativo



Menores de 1 año



Guarde estos
códigos o
compártalos con
quienes cuidan a sus
niñas y niños.

¡Estar preparados
puede salvar una
vida!

Video Ilustrativo



Mayores de 1 año

**La información y la preparación son nuestras mejores herramientas
cuidemos su vida, juntos.**

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>
- <https://youtu.be/mMVqqbW67eE>
- <https://youtu.be/F39xvI5PjuE>



INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL
SEGURIDAD Y SOLIDARIDAD SOCIAL