

Nombre del cliente _____ Fecha _____

Dietista/Técnico dietético _____

Email _____ Teléfono _____



Consejos para prevenir la asfixia

- **Siempre** supervise las horas de comida. Un niño que se está atragantando puede que no sea capaz de hacer ruido o llamar la atención.
- Esté pendiente de su niño cuando coma en el auto.
- Trate de evitar que su niño coma mientras juega o camina.
- Evite los alimentos difíciles de masticar o alimentos que aumenten el riesgo de asfixia por atragantamiento. Algunos alimentos favoritos se pueden servir sin riesgos si son preparados de forma correcta:
 - Corte perros calientes (*hot dogs*) y las salchichas a lo largo y corte las uvas en cuartos.
 - Cueza las zanahorias en agua o al vapor y pique el elote/ maíz/ choclo.
 - Sirva la mantequilla de cacahuete / maní untada en capas delgadas con jalea o salsa de fruta. No la sirva a cucharadas.
- La tos es señal de que el niño está removiendo un objeto de forma natural.

Alimentos que pueden causar asfixia

Maíz entero	Palomitas de maíz (<i>popcorn</i>)
Uvas enteras	Uvas pasas/ pasitas, a menos que estén cocidas
<i>Hot dogs</i>	Manzanas crudas
Trozos de carne, a menos que estén picados finamente y combinados	Verduras/ vegetales crudas
Salchichas	Gomitas de dulce
Nueces, a menos que estén cortados finamente	Caramelos duros
Mantequilla de cacahuete	Caramelos tipo “jelly beans”

Notas: