

# Choking, Strangulation, and Suffocation

## Facts About Choking and Suffocation

- ◆ Children under age 4 are at highest risk for choking. Suffocation is a leading cause of injury death for infants under age 1.

## Choking Prevention Tips

- ✱ **Keep it out of reach!** Babies explore their world by putting everything in their mouths.

- ✓ **NEVER leave small objects** (like coins, balloons, buttons or small toys) in your baby's reach, even for a moment.



- ✓ Avoid putting bandages on small children's fingers. Small children can choke on them.



- ✓ A child under age 4 should not eat hard pieces of food like chunks of raw carrots, apples, hot dogs, grapes, peanuts or popcorn. Cut foods you feed your child into very small pieces to prevent choking.

- ✓ Try to keep bits of food off the floor where a child may find it and put it in his/her mouth. Empty wastebaskets often to keep children from taking things out and trying to eat them.



- ✓ Toy manufacturers are required to place warning labels on toys that could be a choking hazard to young children. Be sure to read the labels and avoid:

- ☒ Small toys, like marbles or balloons, and toys with small removable parts



## Strangulation Prevention Tips

- ✱ **Avoid potentially dangerous household items and toys**
- ✓ Tie up or shorten cords on blinds or drapes. Retrofit current blinds with safety devices.
- ✓ Remove drawstrings from hooded jackets.
- ✓ Toys with strings, straps or cords longer than 7 inches that could wrap around a child's neck and strangle him or her.
- ✓ Don't allow children to wear necklaces that are not designed to break away.

## Suffocation Prevention Tips

- ✓ Plastic wrappers and bags form a tight seal if placed over the mouth and nose and may suffocate your child. Keep these things where your child cannot get them.
- ✓ To prevent suffocation and reduce the risk of sudden infant death syndrome (SIDS), babies should always sleep on their backs.



- ✓ **NEVER** put a baby on a waterbed, bean bag or object soft enough to cover the baby's face and block air to the nose or mouth.

## Be Prepared

- ✓ Use a small parts tester (or even a toilet paper tube) to measure the size of small toys or parts. If the piece fits entirely inside the tube, your child could choke on it.
- ✓ Be prepared to save the life of a choking or suffocating child. Learn the Heimlich maneuver, CPR and first aid.

Visit  The Consumer Products Safety Commission at [www. CPSC.gov](http://www.CPSC.gov)



# Asfixia, Estrangulación, y Sofocación

## Realidades

- ◆ Los niños menores que 4 años tienen el riesgo mayor de asfixia. La sofocación es la causa principal de muerte accidental en bebés menores que 1 año.

## Para prevenir la asfixia:

- \* **¡Fuera de su alcance!** Los bebés ponen todo en su boca para explorar su mundo.
- ✓ **NUNCA deje objetos pequeños** (como monedas, globos, botones, juguetitos) al alcance del bebé, ni siquiera por un momento.
- ✓ Evite poner vendas en los dedos del niño pequeño. Se pueden ahogar con ellas.



- ✓ Un niño menor que 4 años no debe comer trozos de comida dura, como zanahorias crudas, manzanas, uvas, salchichas, maní o palomitas. Corte la comida en trocitos muy chicos.

- ✓ Trate de recoger del suelo los restos de comida. El niño los puede hallar y meterlos en la boca. Vacíe a menudo los basureros, para que el niño no saque cosas y trate de comérselas.



- ✓ Los fabricantes de juguetes tienen obligación de poner etiquetas en juguetes que podrían causar asfixia en niños chicos. Lea las etiquetas y evite:

- Juguetes chiquitos, como canicas o globos, y con piezas chicas, removibles.



Visite La Comisión para la Seguridad de los Productos de Consumo (CPSC) al [www.cpsc.gov](http://www.cpsc.gov)

## Para prevenir la estrangulación

- \* **Evite la ropa y los juguetes que pudieran ser peligrosos.**
- ✓ Haga más cortos los cordones de las persianas o cortinas. Utilice borlas de seguridad para ayudar a evitar la estrangulación de niños.
- ✓ Elimine los cordones en el cuello de los abrigos con capucha. Juguetes con cuerdas o tirantes de más que 7 pulgadas, que podrían enredarse en el cuello y estrangular al niño.
- ✓ No deje que el niño use collares diseñados para que no se rompan.

## Para prevenir la sofocación:

- ✓ Las bolsas y los envoltorios de plástico forman un sello sobre la boca y la nariz y pueden sofocar al niño. Ponga estas cosas donde el niño no las pueda alcanzar.
- ✓ Para prevenir sofocación y reducir el riesgo de muerte súbita del infante, el bebé debe dormir boca arriba.
- ✓ NUNCA ponga al bebé sobre un colchón de agua ni otra superficie tan blanda que pueda cubrirle la cara y taponarle la nariz y la boca.



- ✓ Para prevenir sofocación y reducir el riesgo de muerte súbita del infante, el bebé debe dormir boca arriba.

## Prepárese

- ✓ Use un probador de piezas chicas (como un tubo de papel higiénico) para ver el tamaño de juguetes o partes chicas. Si cabe por el tubo, se puede asfixiar con ella.
- ✓ Prepárese para salvar la vida de un niño asfixiado. Aprenda la maniobra de Heimlich, RPC y primeros auxilios.

