

Peligro de Asfixia




antes de darle algún alimento de alto riesgo a los niños menores de 4 años o quienes tengan dificultades orales motorices

ALIMENTO PELIGROSO:

EN SU LUGAR, PRUEBA:

Rebanadas de manzana fresca	• Puré de manzana cocida o al vapor
Frijoles	• Frijoles molidos
Zanahoria cruda	• Zanahoria cocida o enlatada
Palomitas de maíz y frutos secos	• Productos de la marca <i>Pirate's Booty</i> o galletas disolubles (marcas <i>Graham</i> o <i>Ritz</i>)
Uvas enteras, aceitunas y tomates <i>cherry</i>	• Corte cada uno en 4 pedazos
Fruta con semillas	• Retire las semillas y rebane la fruta
Perros calientes/ <i>Hot dogs</i>	• Corte cada pieza en 4 tiras largas (no en rebanadas)
Trozos de carne	• Carne finamente picada, cortada o desmenuzada después de retirar los huesos
Cucharadas de crema de cacahuete	• Una capa de crema de cacahuete finamente untada
Caramelos, gomitas de dulce, malvaviscos y chicle	• Algodón de azúcar, pudín, o pastel (en moderación)

LOS ALIMENTOS CAUSAN MÁS DEL **50 %** DE LOS CASOS DE ASFIXIA EN LOS NIÑOS*

 Su hijo(a) debe sentarse erguido(a) al comer

Evite que coma en el auto o en la carriola. 

No permita que los niños caminen, corran o jueguen cuando tienen comida en la boca. 

Para una lista completa de alimentos seguros y peligrosos, visite el sitio de internet de CDC:
<https://bit.ly/2UAuD2L>

Fuente: *Academia Americana de Pediatría, 2010; <https://pediatrics/aappublications.org/contnet/125/3/601>