

El atragantamiento ya es la principal causa de muerte no natural en Ourense desde 2021

En los últimos cuatro años se multiplicó por trece el número de casos, pasando de 8 fallecimientos anuales en 2018 a 104 en 2022 ► Los sanitarios insisten en la importancia de tener nociones básicas sobre primeros auxilios

AIXA R. CARBALLO
OURENSE

El ahogamiento, producido la mayor parte de las veces por atragantamiento, es la principal causa de muerte externa –no natural– de la provincia de Ourense. Un tipo de muerte que cada año eleva su porcentaje y preocupa a la sociedad y a los sanitarios. Según los datos del INE, en el año 2018 murieron en Ourense un total de 8 personas por ahogamiento, sumersión y sofocación accidental, una cifra que en el año 2019 tuvo una ligera subida a las 11 personas, otra pequeño aumento en el 2020 hasta las 14 personas y que en el año 2021 ya ascendió a 73 casos y en el 2022 se disparó a 104. Lo que significa en los últimos cuatro años se multiplicaron por trece el número de casos.

Estas cifras, superan con creces el número de fallecimientos por accidentes de tráfico, y también se pone por encima del de caídas accidentales y suicidios. Todas ellas causas principales de muertes no naturales que se producen cada año en la provincia. De hecho, en el año 2022 murieron 12 personas en las carreteras, 48 por caídas y 30 por suicidios, frente a las 104 que fallecieron por ahogamiento, tal y como se destacaba anteriormente. Una situación que tienen en alerta a los sanitarios, pues en años anteriores los datos eran muy diferentes.

Simplemente revisando las estadísticas de 2018, se puede comprobar que en aquel año fallecieron 22 personas en accidentes de tráfico, 51 en caídas, 33 por suicidios y tan solo 8 por atragantamiento, como se reflejaba anteriormente. También en el año 2019 se daba una situación similar con 15 personas fallecidas en carretera, 51 por caídas, 31 por suicidios y 11 por ahogamiento; una tendencia que continúa a día de hoy y refleja que con los años todas las causas van reduciendo el número de casos, mientras que los ahogamientos se disparan. “Hasta que revisé las estadísticas no era consciente de que había tantas muertes por ahogamiento derivadas del atragantamiento en nuestra provincia”, confiesa Luz María López, enfermera en el Centro de Saúde A Ponte. Por eso recalca que “es fundamental aprender conocimientos básicos de primeros auxilios dado el aumento de casos”. Ella ya ha empezado a impartir talleres en asociaciones de vecinos para enseñarles a actuar frente a un atragantamiento. Una iniciativa que ve muy positiva “porque



Los enfermeros explican en una asociación de vecinos cómo hacer la maniobra de Heimlich. // F. Casanova

se pueden salvar vidas con unas nociones mínimas mientras no llegan los servicios de emergencia”.

Esta tendencia al alza de muertes por ahogamiento, sumersión y sofocación es también una problemática en toda Galicia, pues las estadísticas del INE también reflejan datos alarmantes en relación a la Comunidad Autónoma. En el año 2022 fallecieron 453 personas por esta causa,

mientras que en 2021 fueron 358 y tan solo 11 en el 2020, lo que muestra que los casos se multiplicaron por 41 en tan solo dos años. En el caso de Galicia también existe una diferencia notoria con respecto al número de accidentes de tráfico, caídas accidentales y suicidios.

Con respecto al rango de edad, la mayor parte de las muertes por



Talleres de primeros auxilios en Ourense. // Fernando Casanova

atragantamiento se producen a partir de los 70 años. De hecho, el INE refleja en sus últimas estadísticas publicadas sobre causa de muerte por edad, que de todos los fallecimientos que hubo en el año 2021 en Galicia por ahogamiento, veinte fueron en personas de 70 a 74 años,

treinta y seis en las que se sitúan en el rango de 75 a 79 años, cuarenta y uno en las que tienen entre 80 y 84 años, ochenta y cuatro en personas de 85 a 89 años, setenta y cuatro en aquellas que están entre los 90 y 94 años y cuarenta y siete en las que tienen más de 95 años. Una si-

tuación que también confirma Goretti Buceta Eiras, médica asistencial de base medicalizada del O61 en Ourense, se da en la provincia. “La mayor parte de los casos son en personas mayores porque muchas tienen problemas a la hora de tragar y por eso son tan frecuentes los atragantamientos en edades mayores. Otro de los rangos en los que más recibimos más llamadas es en niños pequeños que se tragan algún objeto pequeño, pero es mayor el porcentaje en personas mayores”.

Esta médico también reconoce que, además de un crecimiento notorio durante los últimos años, los casos se intensifican en verano y en Navidades. “Hay oleadas en la época estival porque se celebran muchas comidas familiares y de amigos, fiestas y barbacoas. En Navidad pasa lo mismo, muchas reuniones de familia con comidas y las uvas de Nochevieja que dan muchos sustos. Normalmente podemos tener 10 casos al mes en las ambulancias de O61, pero en esas fechas aumenta bastante la cifra”, indica. Por eso, recomienda comer con especial cuidado en todo tipo de reuniones en las que “al estar interactuando mientras se come hay un mayor riesgo al atragantamiento”.

Al igual que Luz, Goretti destaca lo importante que es tener conocimientos básicos de primeros auxilios “para ayudar a la persona afectada mientras nosotros no llegamos al punto exacto, una actuación rápida y eficaz que puede salvar la vida, también porque muchas veces pierden la consciencia y hay que practicarles maniobras de RCP”, reconoce. Por supuesto, esto no quita que los servicios de emergencia acudan igualmente a atender al paciente ni que después se haga una revisión más exhaustiva. De hecho, después de un atragantamiento en el que se aplican maniobras de primeros auxilios, siempre trasladan al paciente al hospital para comprobar que no hay lesiones internas, poniendo especial atención en los niños pequeños, personas mayores o con patologías.

“Con tres pasos sencillos se puede salvar la vida”

“Cuando una persona sufre un atragantamiento es importante llamar a los servicios de emergencias para que acudan lo antes posible, pero mientras estos no llegan es fundamental saber los tres pasos que hay que seguir”, comienza explicando Goretti, la médica del O61 en Ourense. Con los tres pasos se refiere a toser, dar cinco palmadas entre las dos escápulas y realizar la maniobra de Heimlich. En

ese orden y de forma reiterada hasta que el alimento sea expulsado.

“Primeramente, es importante animar a la persona a toser para comprobar que puede respirar, pero si la tos no progresa es importante abrir la mano dominante y golpear con la parte baja la zona escapular de la espada cinco veces seguidas. Si esta técnica no funciona será necesario hacer la

conocida maniobra de Heimlich colocando una mano encima de otra y haciendo presión hacia arriba cinco veces en la parte baja de el esternón. Así reiteradamente hasta que el alimento salga. Si la persona pierde la consciencia entonces hay que hacer maniobras de RCP”, explica.

También insiste en lo que es muy importante no hacer durante un atragantamiento y que la gente

sí suele hacer por desconocimiento. “Bajo ningún concepto se pueden meter los dedos para intentar coger el trozo de comida porque se puede agravar más la situación y nunca dar agua ni pan si la persona ya no puede ni toser”, recalca. Siguiendo estas recomendaciones es muy probable salvar la vida de la persona o ser de gran ayuda hasta que lleguen los servicios de emergencia.