



EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

# Cómo evitar la aspiración

En esta información se explica lo que puede hacer para evitar la aspiración mientras coma, beba o reciba alimentación por sonda.

## Información sobre la aspiración

La aspiración es aquello que sucede cuando el alimento o el líquido se va a las vías respiratorias en lugar de irse al esófago. El esófago es el conducto por el cual pasan los alimentos y líquidos de la boca al estómago. La aspiración puede suceder al comer, beber o recibir alimentación por sonda. También puede presentarse al vomitar o al tener acidez.

Si tiene problemas para tragar, usted podría estar en riesgo de aspiración. Eso se debe a que los alimentos y líquidos pueden atorarse en la parte posterior de la garganta e irse a las vías respiratorias. La aspiración puede producir neumonía, infecciones respiratorias (infecciones en la nariz, la garganta o los pulmones) y otros problemas de salud.

## Indicios de aspiración

Algunos de los indicios de aspiración son:

- Tos.
- Ahogarse
- Atragantarse
- Aclararse la garganta
- Vómitos

Usted y su cuidador deben estar pendientes de estos indicios antes, durante y

después de comer, beber o recibir alimentación por sonda.

Si tiene alguno de estos indicios, deje de comer, beber o de recibir alimentación por sonda. Llame de inmediato a su proveedor de cuidados de la salud.

## Cómo prevenir la aspiración

**Siga estas pautas para prevenir la aspiración al comer y beber por la boca:**

- Mientras coma y beba, evite las distracciones como hablar por teléfono o mirar la televisión.
- Corte los alimentos en trozos pequeños que pueda masticar con facilidad. Siempre mastique bien sus alimentos antes de tragarlos.
- Coma y beba con lentitud.
- Al comer, siéntese en posición erguida, si puede.
- Si come o bebe en la cama, utilice una almohada cuña para levantarse más. La almohada cuña la puede comprar por internet o en una tienda de artículos médicos.
- Permanezca en una posición recta (de al menos 45 grados) por lo menos durante 1 hora después de comer o beber (véase la figura 1).

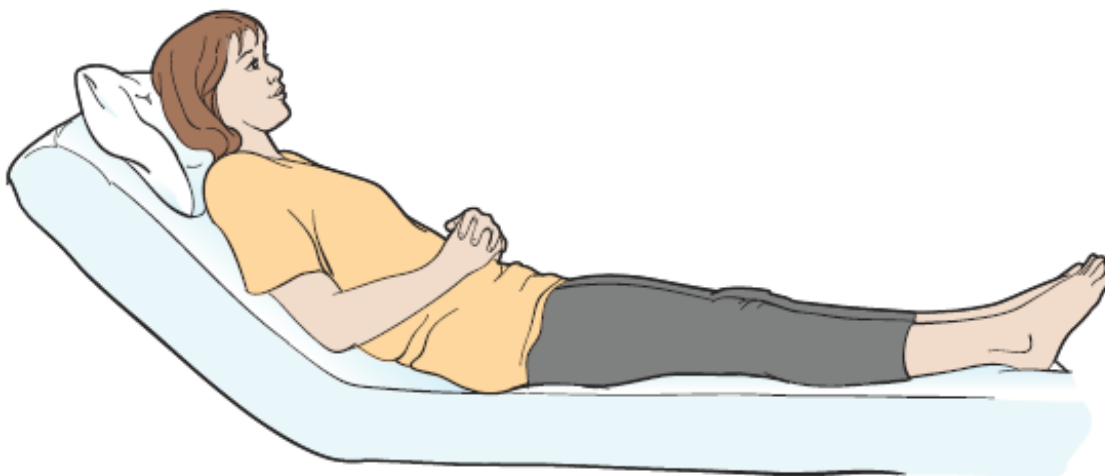


Figura 1. Siéntese en un ángulo de 45 grados

- Si es posible, mantenga la cabeza de su cama siempre elevada con una almohada cuña.

### **Siga estas pautas para evitar la aspiración si recibe alimentación por sonda:**

- Al recibir alimentación por sonda, siéntese en posición erguida, si puede.
- Si recibe alimentación por sonda en la cama, utilice una almohada cuña para levantarse más. La almohada cuña la puede comprar por internet o en una tienda de artículos médicos.
- Permanezca en una posición vertical (de al menos 45 grados) por lo menos durante 1 hora después de que termine de recibir la alimentación por sonda (véase la figura 1).
- Si es posible, mantenga la cabeza de su cama siempre elevada con una almohada cuña.

## **Cómo moderar el ritmo de la alimentación**

Para ayudar a prevenir una aspiración, es importante moderar el ritmo de su alimentación. Siga las pautas a continuación durante su alimentación para asegurarse de que no está recibiendo más de lo que puede digerir:

- Si está alimentándose por sonda mediante el método con bolo, no infunda más de 360 mililitros (ml) de fórmula en cada alimentación. Infunda cada alimentación con el método con bolo en un período de por lo menos 15 minutos.
- Si está alimentándose por sonda mediante el método de la gravedad, no infunda más de 480 ml de fórmula en cada alimentación. Infunda cada alimentación con el método de la gravedad en un período de por lo menos 30 minutos.
- Si está alimentándose por sonda en el intestino delgado (duodeno o yeyuno), no infunda fórmula a una tasa más rápida que 150 ml por hora a través de la bomba de alimentación.

Si tiene preguntas, llame a su nutricionista dietista clínico al 212-639-7312 o al proveedor de práctica avanzada (APP) en nutrición al 212-639-6984.

## **Cuándo llamar al proveedor de cuidados de la salud**

Contacte al proveedor de cuidados de la salud si tiene alguno de los siguientes síntomas:

- Cualquier indicio de aspiración, como tos o atragantarse
- Fiebre de 100.4 °F (38 °C) o superior
- Dificultad para respirar
- Silbidos al respirar
- Dificultades para respirar
- Tos con mucosidad

Si tiene problemas para respirar o cualquier otra emergencia, llame al 911 o vaya de inmediato a la sala de emergencias más cercana.

Si tiene preguntas, contacte a un integrante del equipo de atención médica directamente. Si es paciente de MSK y necesita comunicarse con un proveedor después de las 5:00 PM, durante el fin de semana o un día feriado, llame al 212-639-2000.

Para obtener más recursos, visite [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe) y busque en nuestra biblioteca virtual.

---

How to Prevent Aspiration - Last updated on July 27, 2020

Todos los derechos son propiedad y se reservan a favor de Memorial Sloan Kettering Cancer Center