



## EDUCACIÓN PARA PACIENTES Y CUIDADORES

# Cómo prevenir la aspiración

En esta información se explica lo que puede hacer para prevenir la aspiración mientras come, bebe o recibe 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

Los siguientes son algunos indicios de aspiración:

- Tos
- Voz húmeda o con gorgoteo
- Ahogarse
- Atragantarse
- Aclararse la garganta
- Vómito

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).

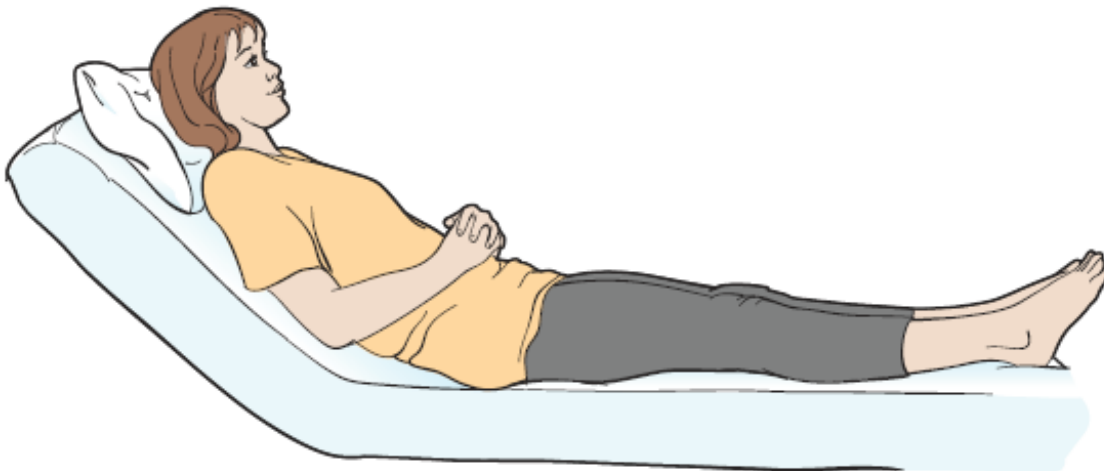


Figura 1. Siéntese en un ángulo de 45 grados

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

Siga estas pautas para prevenir 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 regular el ritmo cuando se alimenta a través de la sonda de alimentación**

Para prevenir una aspiración, es importante mantener el ritmo cuando se alimenta a través de una sonda de alimentación. Siga las pautas a continuación durante su alimentación por sonda para asegurarse de que no recibe más alimento de lo que puede digerir:

- Si su alimentación por sonda usa 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 la fórmula a más de 150 ml por hora a través de la bomba de alimentación.

Si tiene preguntas, llame a su nutricionista dietista clínico al 212-639-7312.

# 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.
- Dolor al respirar.
- Tos con mucosidad.

Llame al 911 o vaya a la sala de emergencias más cercana de inmediato si tiene problemas para respirar u otra emergencia.

Si tiene preguntas o inquietudes, contáctese con su proveedor de cuidados de la salud. Un integrante de su equipo de atención le responderá de lunes a viernes de 9 a. m. a 5 p. m. Fuera de ese horario, puede dejar un mensaje o hablar con otro proveedor de MSK. Siempre hay un médico o un enfermero de guardia. Si no está seguro de cómo comunicarse con su proveedor de cuidados de la salud, 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 January 9, 2025

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