



Riesgos de atragantamiento

No se deben servir alimentos redondos, duros, pequeños, espesos, pegajosos, lisos o resbaladizos a los niños de menos de 4 años.

Guía para la preparación de alimentos: Bebés – corte los alimentos en cubos de no más de 1/4 pulgada.

Niños hasta 4 años - corte los alimentos en cubos de no más de 1/2 pulgada.

Ejemplos de riesgos de atragantamiento:	Prevención del atragantamiento:
<ol style="list-style-type: none">1. Vegetales y frutas crudas duras (por ejemplo: trozos de zanahoria o rebanadas de manzana con la cáscara)2. Perros calientes o salchicha en rebanadas3. Uvas enteras4. Fruta deshidratada sin cocinar (incluidas las pasas)5. Golosinas duras, pretzels, papas fritas, cacahuetes y palomitas de maíz.6. Nueces, frijoles, semillas enteras o semillas de granos7. Malvaviscos8. Cucharadas de mantequilla de cacahuete9. Goma de mascar10. Trozos grandes de carne	<ol style="list-style-type: none">1. Troce los vegetales y las frutas crudas duras antes de servir.2. Corte los perros calientes a lo largo en tiras delgadas.3. Quite las semillas de uvas, cerezas, ciruelas, melocotones y otras frutas.4. No adecuado para los niños de 4 años o menos edad.5. Evite dar a los niños caramelos duros, pretzels, cacahuetes y palomitas de maíz.6. Triture semillas y nueces.7. No adecuado para los niños de 4 años o menos edad.8. Extienda la mantequilla de cacahuete en una capa fina; nunca la sirva directamente con una cuchara.9. No adecuado para los niños de 4 años o menos edad.10. Pique las carnes antes de servir.

Fuente: *Caring for Our Children National Health and Safety Performance Standards (Normas nacionales de salud y desempeño seguro para cuidar a nuestros niños): Guidelines for Out-of-Home Child Care (Pautas para el cuidado de los niños fuera del hogar) (2nd Ed.), American Academy of Pediatrics, American Public Health Association, and National Resource Center for Health & Safety in Child Care (2002).*

About Feeding Children (Sobre la alimentación infantil), 2002. University of Nevada Cooperative Extension, University of Idaho and University of Colorado Health Sciences Center.

Recurso adicional: Center for Disease Control and Prevention - National Center for Injury Prevention and Control (Centro para el control y la prevención de enfermedades. Centro nacional para la prevención y control de lesiones) <http://www.cdc.gov/ncipc/wisquars> (Accessed 3/19/02)

