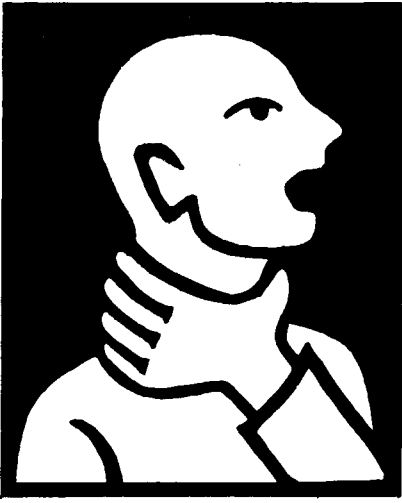


# CHOKING · AHOGO

WARNING: Do not use this method on children under one year of age.

ADVERTENCIA: No utilice este método con niños menores de un año de edad.



**4 Minutes to Live**

## LOOK

- Hand on neck
- Cannot speak or breathe
- Turns blue
- Collapses

**4 Minutos para Vivir**

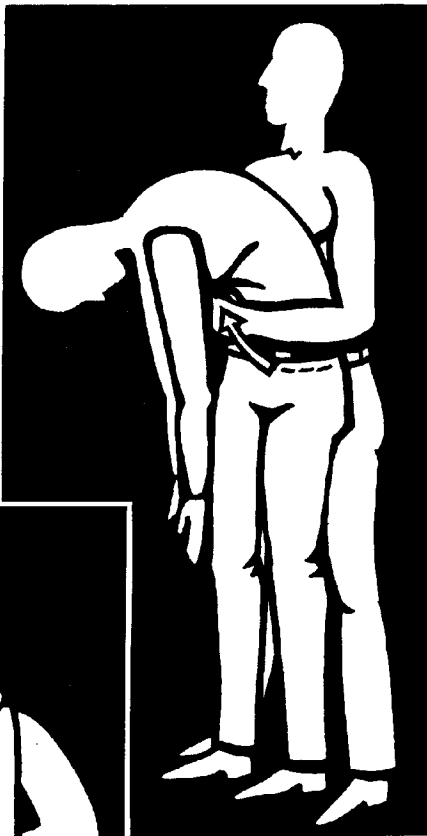
## MIRE

- Manos en el cuello
- No puede hablar ni respirar
- Se pone color azul
- Se cae

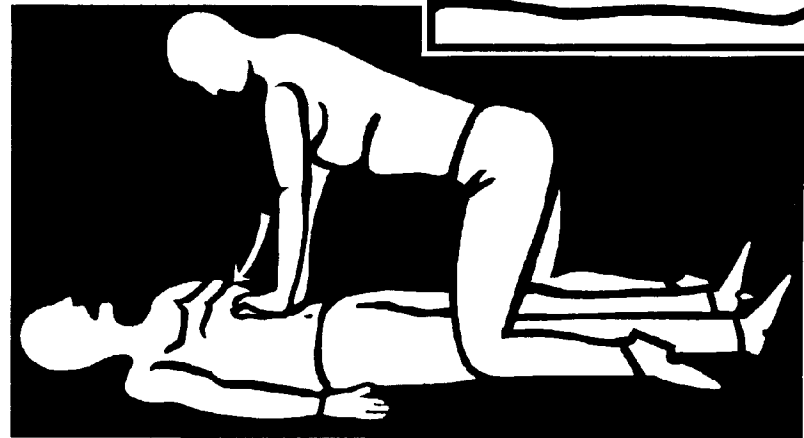
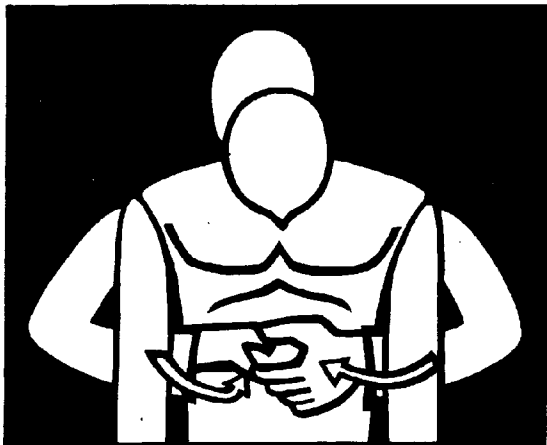
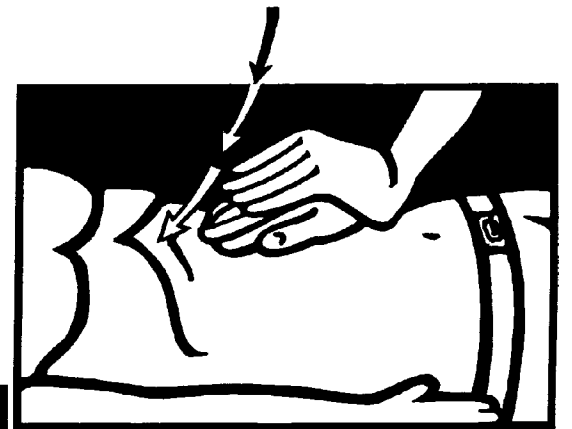
## ACT

## ACTUE

**STANDING  
DE PIE**



**LYING  
ACOSTADO**



**STANDING**

- Stand behind the victim and wrap your arms around their waist.
- Place your fist with thumb side against the victim's abdomen slightly above the navel and below the rib cage.
- Grasp your fist with your other hand and press into the victim's abdomen with a quick upward thrust.

**LYING**

- Victim is lying on their back.
- Facing victim, kneel astride the thighs.
- With one of your hands on top of the other, place the heel of your bottom hand on the abdomen slightly above the navel and below the rib cage.
- Press into the victim's abdomen with a quick upward thrust.

**DE PIE**

- Párese detrás de la víctima y póngale los brazos alrededor de la cintura.
- Coloque el dedo pulgar de su puño en el abdomen de la víctima, apenas arriba del ombligo, y abajo de la caja torácica.
- Agarre su puño con la otra mano y presione hacia el abdomen de la víctima con un movimiento rápido hacia arriba.

**ACOSTADO**

- La víctima está acostada de espalda.
- Colóquese de frente a la víctima poniéndose de rodillas a los lados de los muslos.
- Con una mano encima de la otra, coloque la base de la mano sobre el abdomen, apenas arriba del ombligo y abajo de la caja torácica.
- Presione el abdomen de la víctima con un movimiento rápido hacia arriba.

## KEEP TRYING

After food is dislodged, have the victim visit a doctor.

## CONTINUE EL MOVIMIENTO

Cuando haya sacado el bocado de la víctima, haga que ésta visite un médico.

