

## ¿Qué es la fobia a atragantarse?

La fobia a atragantarse es el miedo a comer, beber o tomar pastillas. También se la conoce como pseudodisfagia. La garganta de su hijo no tiene ningún problema. Su hijo tiene miedo a que, al tragar, sienta dolor o molestia. La fobia a atragantarse se diagnostica luego de unas pruebas para asegurarse de que no haya ningún problema para tragar. Los problemas para tragar se denominan disfagia.

## ¿Qué causa la fobia a atragantarse?

A menudo, este miedo comienza después de que sucede algo doloroso o temible en la boca o alrededor de ella. Podría suceder después de atragantarse con comida o de someterse a un procedimiento dental. También puede suceder después de una enfermedad como amigdalitis estreptocócica, fiebre aftosa humana o gripe.

## ¿Cuáles son los síntomas?

Es posible que su hijo:

- tenga miedo, lllore o no quiera ingerir alimentos ni bebidas, incluidos sus alimentos y bebidas favoritas;
- escupa saliva y alimentos;
- tenga problemas para tragar;
- quiera únicamente líquidos o alimentos suaves.

## ¿Cómo puedo ayudar a mi hijo en casa?

Ofrézcale a su hijo pequeñas cantidades de:

- líquidos preferidos;
- paletas o cubitos de hielo para chupar;
- sorbos de caldos o sopas suaves;
- salsas o alimentos suaves.

Luego intente aumentar la porción a cantidades que su hijo pueda tragar. Haga esto con el paso del tiempo cuando su hijo se sienta cómodo.

## ¿Cuándo debo buscar ayuda para mi hijo?

Llame al médico de su hijo si le preocupa que su hijo no coma bien o tenga fobia a atragantarse.

El médico revisará sus inquietudes y le ayudará a decidir los pasos a seguir. Llame al médico de su hijo **de inmediato** si su hijo:

- está muy cansado, débil y no puede despertarse con facilidad;
- tiene los labios y la lengua secos, o no orina con la frecuencia normal;
- no come ni bebe por más de 2 días;
- está bajando de peso;
- no puede tragar saliva.

### ¿Qué exámenes podrían ser necesarios?

El médico revisará a su hijo y es posible que ordene que se le realicen análisis de sangre. Es posible que su hijo necesite someterse a una endoscopia para poder observar la garganta. Es posible que se utilice video para ver cómo traga su hijo. Esto se denomina estudio de videodeglución. Estos estudios se pueden hacer en el hospital o como paciente ambulatorio.

### ¿Cómo se trata la fobia a atragantarse?

La mejor atención que se puede brindar para la fobia a atragantarse es mediante un terapeuta de una clínica de terapia nutricional. En esta terapia, los terapeutas nutricionales le dan al niño diferentes alimentos y le enseñan a enfrentar el miedo. Esta terapia ayuda a que el niño comience a sentirse seguro a la hora de ingerir alimentos. Harán esto hasta que el niño pueda ingerir una dieta normal, lo que puede llevar un tiempo.

En el caso de los niños de 8 años o más, es posible que el terapeuta también use terapia cognitiva. Esta terapia le enseña al niño a enfrentar el miedo.

Es posible que algunos niños también necesiten medicamentos ya sea para aumentar el apetito o disminuir la ansiedad. El proveedor de su hijo hablará con usted en caso de que su hijo necesite medicamentos.

### ¿Qué sucede después de la terapia?

A menudo, la fobia a atragantarse es de corto plazo. Luego de la terapia, los niños son capaces de comer de manera normal. Es posible que se necesiten otras terapias en caso de que el niño tenga más problemas relacionados con su salud mental o con la alimentación selectiva.

### Otras hojas educativas que pueden ser útiles

#1670 Trastornos infantiles de ansiedad

#1671 Trastornos de ansiedad en adolescentes

**ALERTA:** Llame al médico o enfermero de su hijo, o a la clínica si tiene alguna inquietud o si su hijo:

- se aturde, se marea, tiene dolor en el estómago o se desmaya;
- no puede parar de vomitar;
- se deshidrata (preste atención a si el niño tiene los labios o la lengua secos, llora o saliva menos y no orina con la frecuencia que suele hacerlo);
- está bajando de peso rápidamente;
- demuestra un aumento en sentimientos de desesperanza e impotencia, habla sobre su deseo de lastimarse a sí mismo o morir, o demuestra un comportamiento imprudente cada vez mayor;
- tiene necesidades de atención médica especiales que no están cubiertas por esta información.

**Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo o familiar. Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud sobre el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.**