

PRIMEROS AUXILIOS

SISTEMA INSTITUCIONAL DE
PROTECCIÓN CIVIL

ISSSTE

¿QUÉ SON LOS PRIMEROS AUXILIOS?

Procedimientos y técnicas de carácter inmediato que se dispensan a las personas que han sido víctimas de un accidente o de una enfermedad repentina. Antecedes a otros más complejos y exhaustivos, que suelen llevarse a cabo en lugares especializados como un hospital o una clínica.

Suele desarrollarse en el lugar de la escena del accidente o en donde la víctima sufre los síntomas repentinos. Dadas las características de la situación, estos primeros auxilios pueden salvarle la vida a una persona.

Es frecuente, que en los diversos centros de trabajo los empleados, dentro de la formación en prevención de riesgos laborales, también obtengan información o cursos sobre primeros auxilios.

Debemos tener en cuenta que hay una serie de principios que se establecen como bases de los mismos a la hora de conseguir un resultado favorable en pro de la persona que ha resultado herida o accidentada, por diversos motivos.



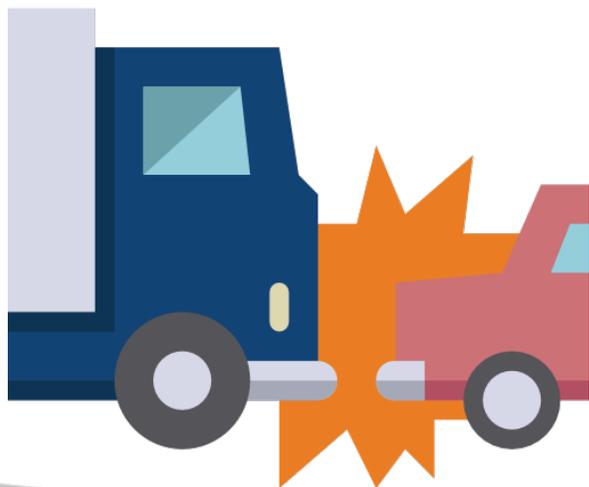
En los casos de accidentes de tráfico, hay que seguir tres pasos o máximas fundamentales: primero **proteger**; segundo **alertar** y tercero **socorrer**.

Cuando hay varias víctimas a las que se tiene que ayudar, es necesario **no moverlas hasta que no lleguen las autoridades sanitarias, a menos que sus vidas corran peligro**. De la misma manera, hay que tranquilizarlas, mantenerlas calientes y no dejarlas solas en ningún momento.

La cabeza de la persona que ha sufrido el accidente debe estar a la misma altura que el resto del cuerpo, excepto en los casos en los que tenga problemas para respirar.

En el caso de que la víctima tenga náuseas y ganas de vomitar, hay que ponerla de lado.

Hay que tomarles siempre el pulso a las personas que han sufrido el daño y comprobar que no presenten síntomas tales como labios azulados, piel fría y sudor. Si tienen todos ellos, hasta que llegue la ambulancia, hay que mantenerlas calientes en todo momento.



Existen **protocolos de actuación** para primeros auxilios **y cursos que permiten formar a las personas en estas cuestiones.** Lo ideal para brindar primeros auxilios es contar con algunos conocimientos básicos sobre enfermería.

Un botiquín de primeros auxilios debe contar con algodón, tela adhesiva, gasas, vendas y jabón neutro, entre otros componentes.

Sin embargo, hay que tener en cuenta que, aunque apliquemos los primeros auxilios correctamente, **nunca sustituiremos a un profesional de la salud**, por lo que deberemos llamar a urgencias o, en caso de que la persona herida se encuentre en condiciones favorables, deberá acudir urgentemente al médico.

El teléfono de emergencias es el **911**



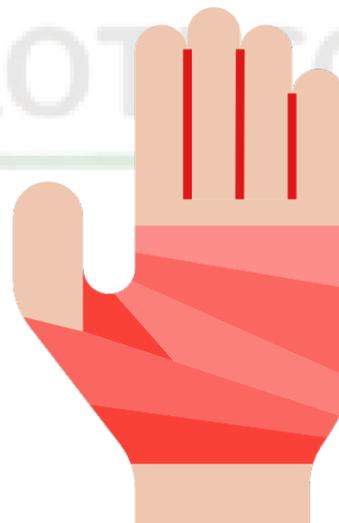
QUÉ HACER EN CASO DE QUEMADURAS

Identificar que tipo de quemadura es:

1. Primer grado: lesiona la capa superficial de la piel.
2. Segundo grado: lesiona la capa superficial e intermedia de la piel.
3. Tercer grado: afecta tanto a la piel como a los tejidos que están debajo, como es el caso de los vasos sanguíneos.

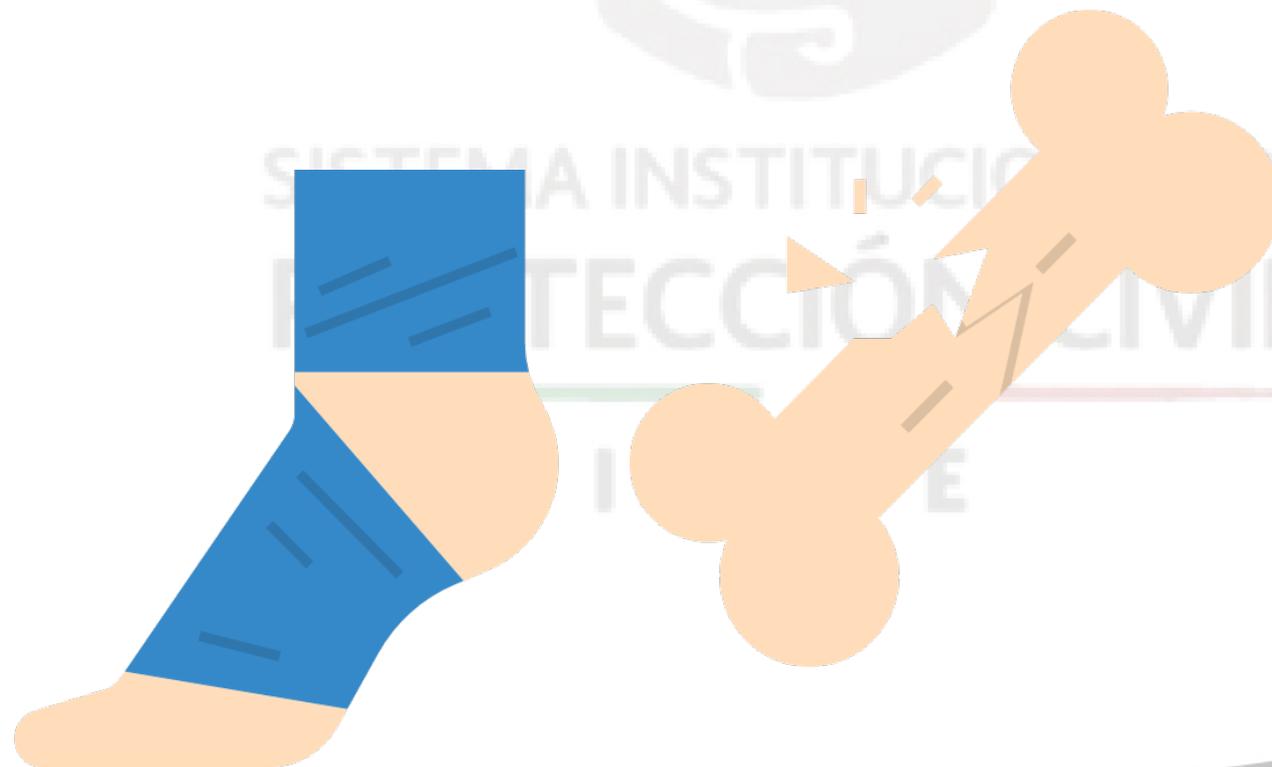
¿Cómo actuar?

1. Enfría la zona quemada con agua muy fría (nunca uses hielo).
2. Cubre la zona quemada con una gasa o tejido limpio.
3. No rompas las ampollas.



QUÉ HACER EN CASO DE TORCEDURAS.

1. Aplica frío en la parte lesionada. Para ello, envuelve hielo con una tela (nunca directo en la piel) y sitúalo sobre la franja.
2. Comprime la zona lesionada con una venda.
3. Coloca en alto la extremidad afectada.
4. En caso de fractura, no toques el miembro dañado.



HERIDAS

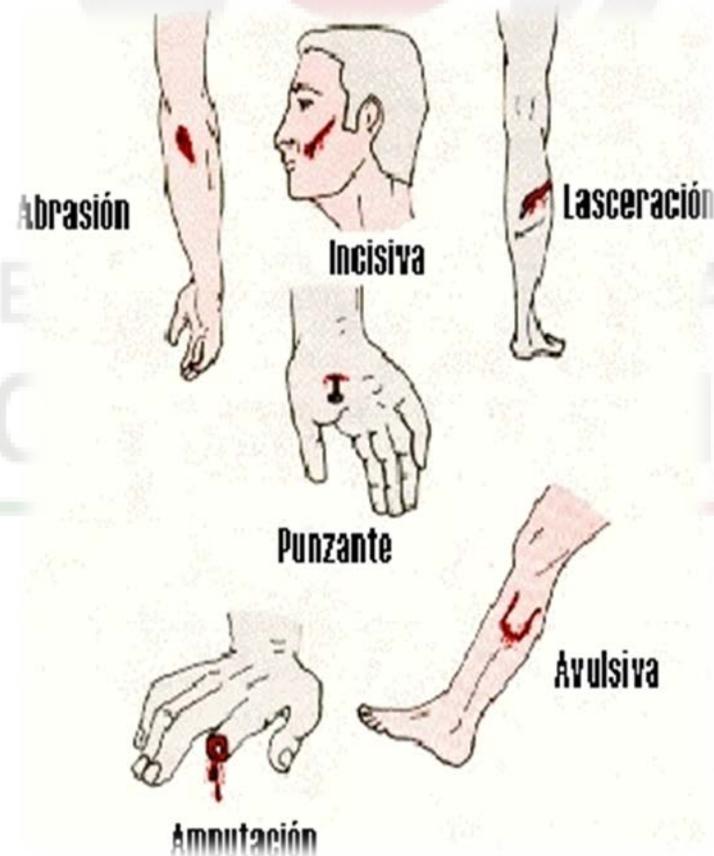
Identificar si la herida es superficial. Se debe lavar la herida con agua y jabón. Inmediatamente cubrirla con una gasa estéril y apretar.

Si la herida es profunda se debe cubrir con una gasa estéril, apretar y acudir urgentemente al médico, se considera una URGENCIA.

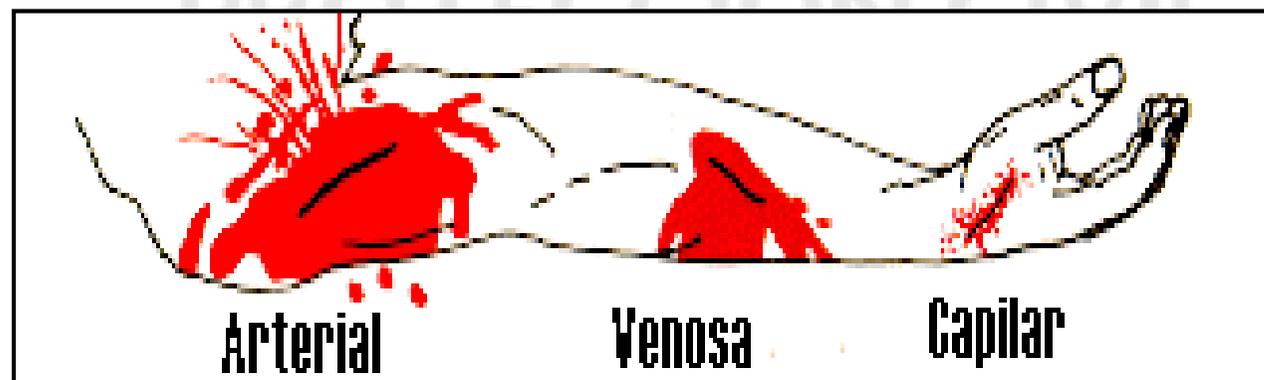
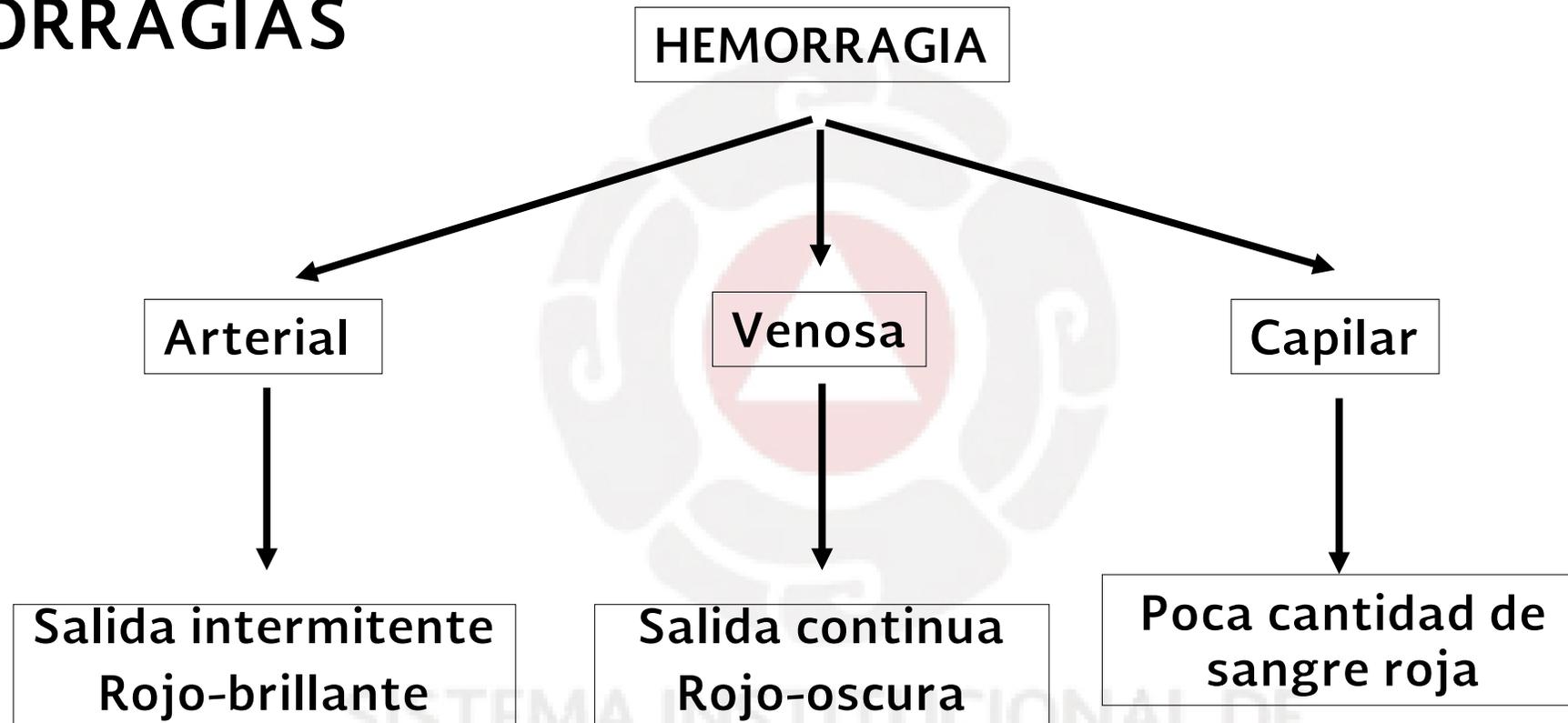


TIPOS DE HERIDAS

- Abrasivas
- Cortantes / Incisiva
- Laceradas
- Punzantes
- Avulsivas
- Amputación

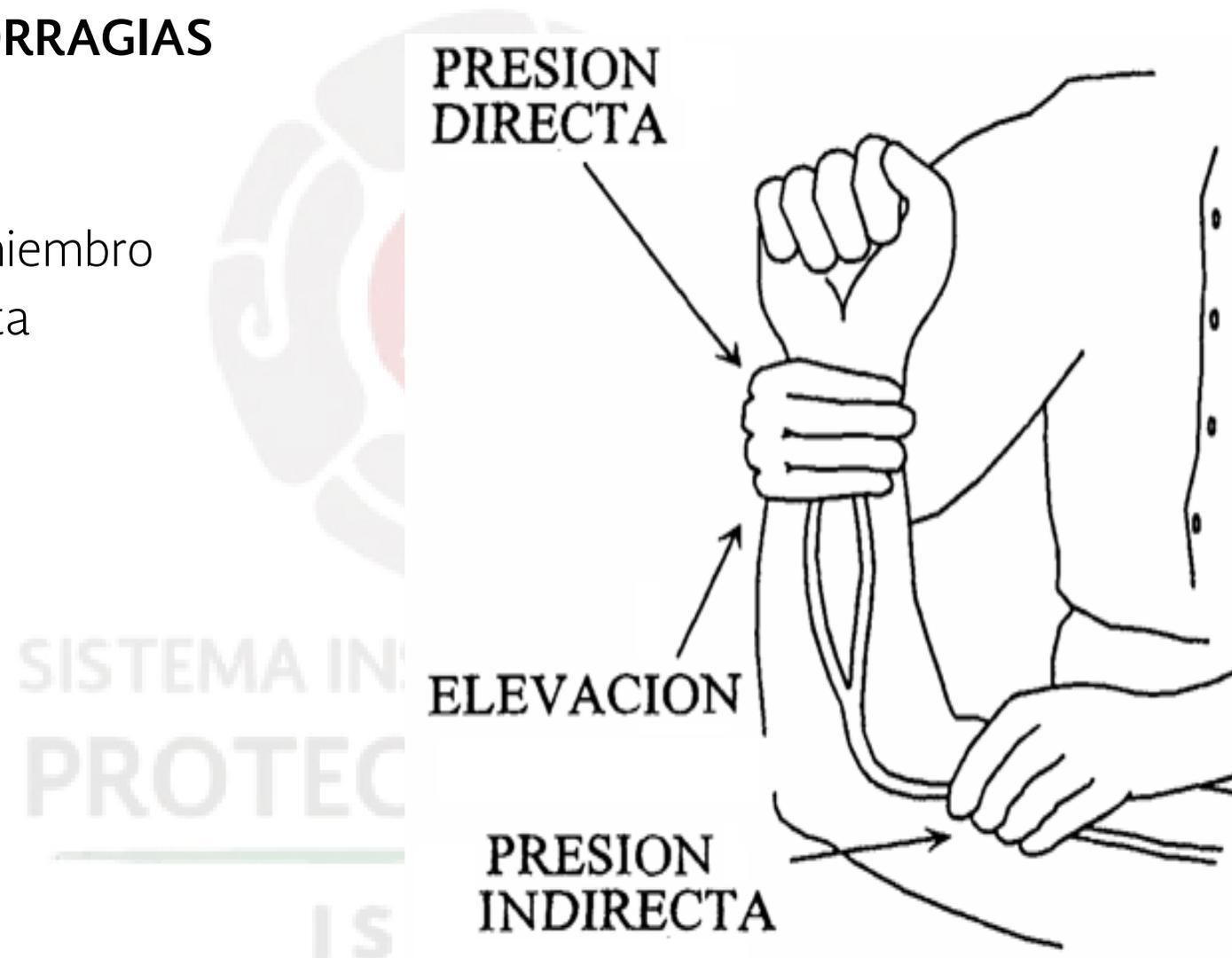


HEMORRAGIAS



DETENCIÓN DE HEMORRAGIAS

- Presión directa
- Elevación del miembro
- Presión indirecta



PRESIÓN DIRECTA Y VENDAJE COMPRESIVO



HEMORRAGIA NASAL (EPISTAXIS)

- La causa más común de la epistaxis es la ruptura de una vena de pequeño calibre.
- Para controlarla, comprima con sus dedos pulgares e índice la mitad inferior de la nariz, por debajo de los hueso nasales.
- Inclina la cabeza hacia delante.



SIGNOS TARDÍOS DE SHOCK

1. Aumento de la Frecuencia Cardíaca



2. Aumento de la Frecuencia Respiratoria



3. Excitación



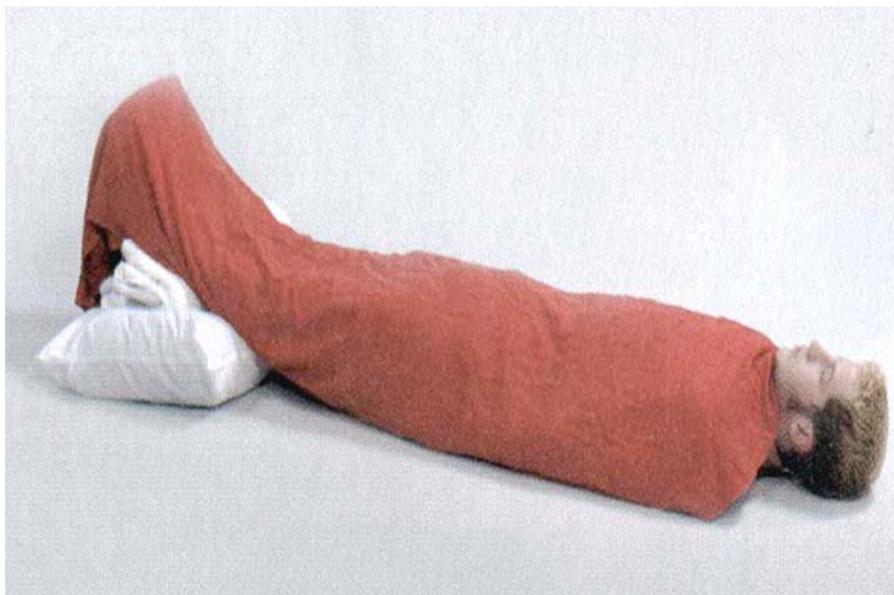
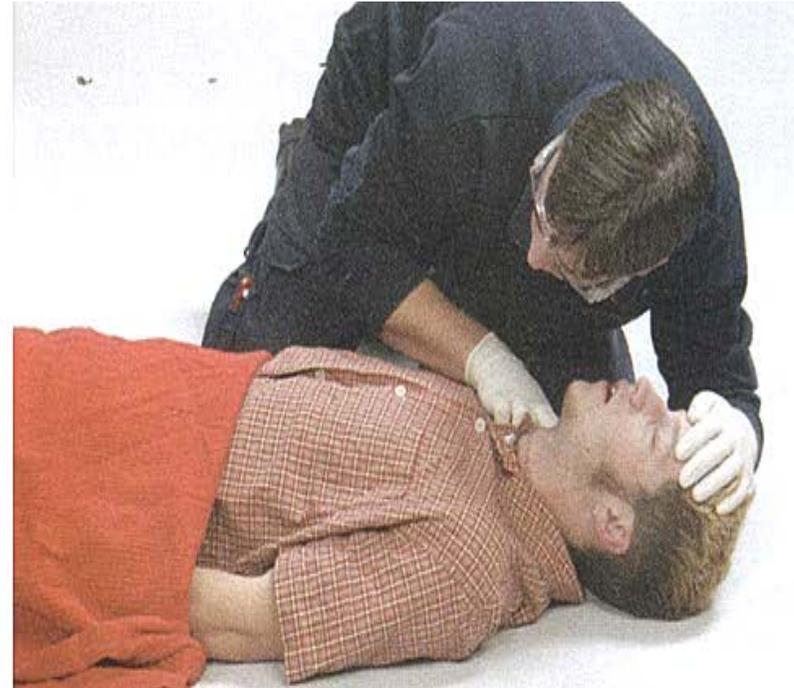
4. Piel fría, pálida, sudorosa



5. Nauseas y
vómitos



6. Pulso débil,
pérdida de
conocimiento



Posición de shock Trendelemburg

MORDEDURA DE MAMÍFEROS

- Lavar completamente el área de la mordedura de un animal.
- Aplicar presión si el sitio de la mordedura sangra profundamente.

MORDEDURA DE SERPIENTES

- Es preciso mantener a la víctima calmada, brindándole la seguridad de que las mordeduras se pueden tratar en forma efectiva en una sala de emergencia. Se recomienda restringir el movimiento y mantener el área afectada debajo del nivel del corazón para reducir el flujo del veneno.
- Se deben quitar los anillos o cualquier otro objeto constrictivo pues el área afectada puede hincharse. Se aconseja colocar una férula suelta que ayude a restringir el movimiento en esa área.
- Si el área de la mordedura comienza a hincharse y a cambiar de color, es probable que la serpiente haya sido venenosa. Buscar asistencia médica inmediata. Llame al SEM.
- Se recomienda llevar la serpiente muerta al centro médico, únicamente si esto no ofrece riesgos de sufrir otra lesión.

- No se debe perder tiempo tratando de cazar la serpiente ni arriesgarse a recibir otra mordedura en caso de que no sea fácil matarla.
- Se debe tener mucho cuidado con la cabeza de la serpiente cuando se la está transportando, ya que estos animales aún muertos pueden morder por reflejo hasta por una hora.
- Se deben observar: temperatura, pulso, ritmo respiratorio y presión arterial.
- Si aparecen signos de shock, como la palidez, es preciso acostar a la víctima, levantar sus pies a más o menos 30 cm de altura y cubrirla con una cobija.



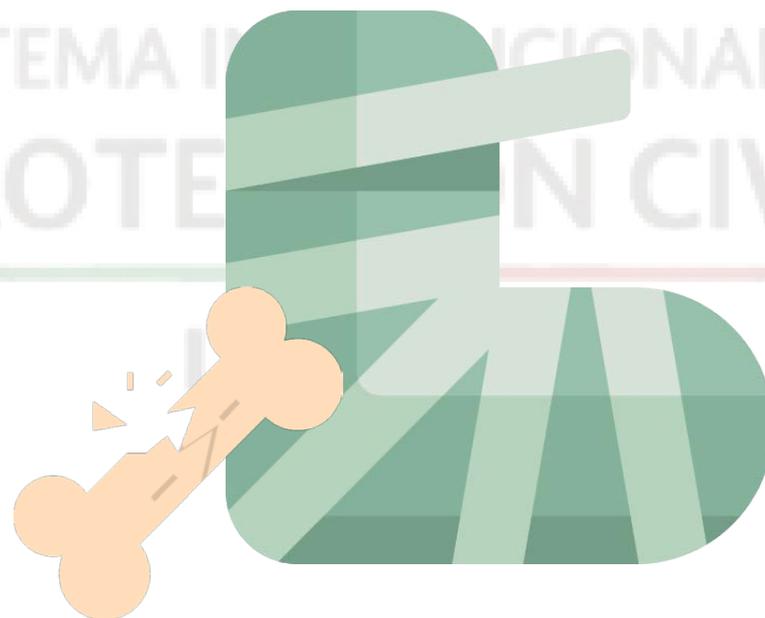
NO SE DEBE:

- NO Permitir que la víctima se mueva mucho o se ejercite. Si es necesario, se la debe llevar en brazos hacia un sitio seguro.
- NO Aplicar torniquetes.
- NO Aplicar compresas frías en el lugar de la mordedura.
- NO Cortar el área de la mordedura con un cuchillo o con una cuchilla de afeitar.
- NO Dar estimulantes ni medicamentos para el dolor a la víctima, a menos que sea indicado por el médico.
- NO Administrar a la víctima ningún alimento ni líquido por vía oral.
- NO Levantar el lugar de la mordida por encima del nivel del corazón de la víctima.
- NO Tratar de succionar el veneno con la boca.



FRACTURAS CERRADAS

- Aplique el entablillado. El largo de las tablillas debe ser tal que sobrepase la articulación por encima y debajo de la fractura. Puede usarse cualquier material: una tabla o lámina ancha de metal o madera.
- Pueden usarse también periódicos enrollados o revistas gruesas.
- Use pedazos de trapo u otro material suave para ponerlo entre el miembro fracturado y la tablilla.
- Mantenga el entablillado en su sitio con la ayuda de una venda o pedazo de tela alrededor, al menos en tres partes a lo largo del entablillado.

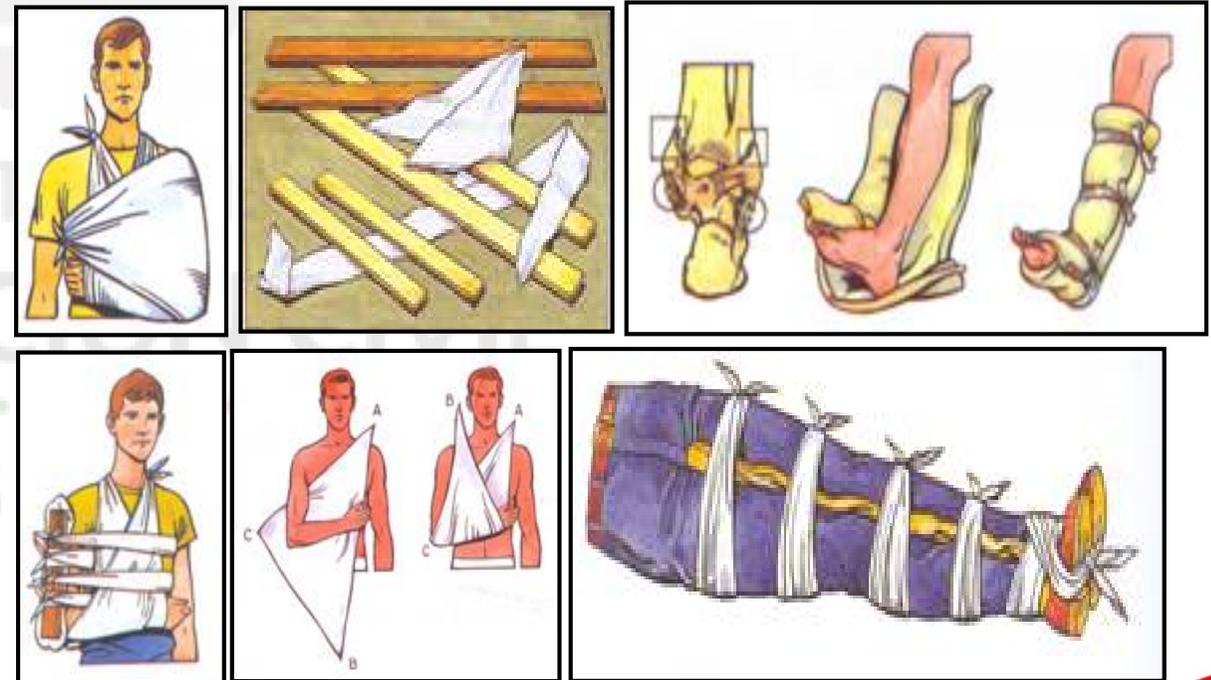


FRACTURAS ABIERTAS O EXPUESTAS

- Coloque una gasa o apósito sobre la herida y asegúrelo con una venda, pañuelo o corbata.
- Mantenga a la víctima en posición acostada.
- Aplique el entablillado en la forma como se explica en el tratamiento de fracturas.
- No trate de extender la pierna o brazo fracturado para volverlo a su posición natural.

INMOVILIZACIÓN

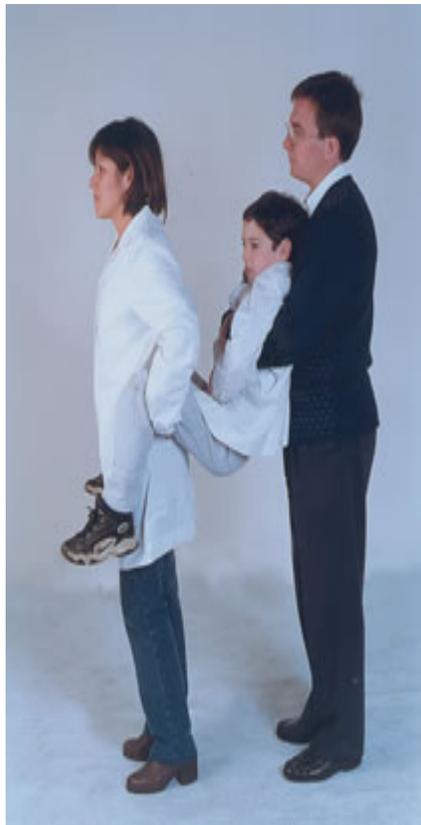
No mueva a una persona lesionada antes de que llegue el servicio de emergencias médicas, salvo si es peligroso dejar a la víctima expuesta a nuevas lesiones



TRASLADO DE TRAUMATIZADOS



TRASLADO DE VÍCTIMAS SIN TRAUMATISMO



BIBLIOGRAFIA.

- ¿Qué son los primeros auxilios? Disponible en: <https://definicion.de/primeros-auxilios/>
- Hemorragias primeros auxilios, disponible en: <http://www.medicinapreventiva.com.ve/auxilio/hemorragia.htm>
- Traslados de heridos, disponible en: <http://www.galeon.com/lihuelcael/transporte.htm>
- Primeros auxilios en quemaduras, disponible en <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000030.htm>