

Primeros Auxilios Básicos



Coordinación de Enseñanza y Capacitación

NOMBRE:

PRIMEROS AUXILIOS

DEFINICION.- Son las maniobras que se realizan a una persona que ha sufrido un accidente o una enfermedad repentina mientras llega la ambulancia.

PRINCIPIOS DE ACCION DE EMERGENCIAS

Ante cualquier emergencia debemos revisar:

REVISAR.- Regla de las tres “S” (Seguridad, Escena y Situación).

LLAMAR.- Números locales de emergencias (Protección Civil 7521962)

ATENDER.- Evaluación primaria del paciente (ABC)

REVISAR

SEGURIDAD.-

Proteger mi seguridad personal, que no exista peligro para mi vida.
Aplicar la regla del “YO-YO”

Primero YO

Luego YO

Después YO

Por Ultimo YO

ESCENA

¿Qué sucedió?

¿En donde?

¿Por qué?

¿Existen víctimas y cuantas?

¿Existe peligro para las víctimas?

SITUACION

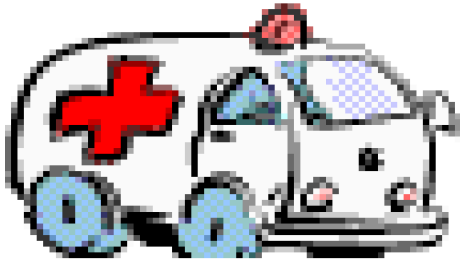
Situación y necesidades reales del accidente.

Que se necesita.- Ambulancia, bomberos, protección civil, vialidad, policía, etc.

LLAMAR

PROTECCION CIVIL Y BOMBEROS SEGURIDAD PÚBLICA

75 21962



75 20159



*Solicitar auxilio

*Solicitar a las personas que se acerquen realicen la llamada de emergencia.

*Proporcionar a la persona que atiende calle, número, cruces, colonia, municipio y referencia de puntos geográficos

+NO COLGAR EL AURICULAR HASTA QUE EL OPERADOR SE LO INDIQUE*.

ATENDER

*Comenzar a dar atención al lesionado o enfermo.

*Verificar el estado de conciencia.

*Inicio de ABC.

EVALUAR ESTADO DE CONCIENCIA.

Preguntarle al paciente (tocándolo al nivel de los hombros) ¿Esta usted Bien?, ¿Esta usted bien? Soy (nombre), se de primeros auxilios ¿Lo puedo ayudar?



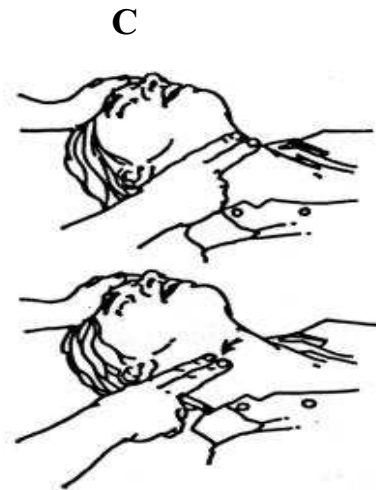
UNIDAD MUNICIPAL DE PROTECCION CIVIL Y BOMBEROS DE
AHUALULCO DE MERCADO, JAL.

EVALUACION PRIMARIA

A.- Abrir vía aérea con control de columna cervical.

B.- Ventilación y Respiración (evaluar con técnica de “VOS” x 8 segundos)

C.- Control de hemorragias y toma de signos vitales así como buscar lesiones asociadas.
(10 segundos)



SOPORTE VITAL BASICO

OVACE

Obstrucción de la vía aérea por cuerpo extraño

Los cuerpos extraños pueden causar obstrucciones leves o graves



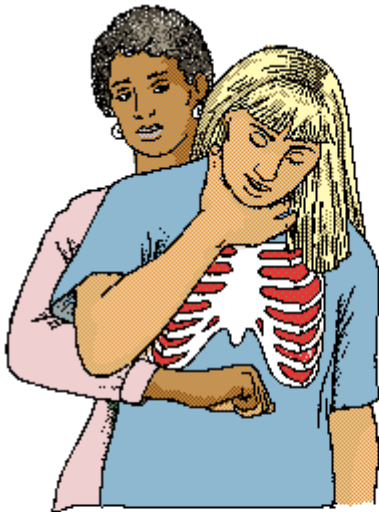
Obstrucción leve o grave

Signos y síntomas

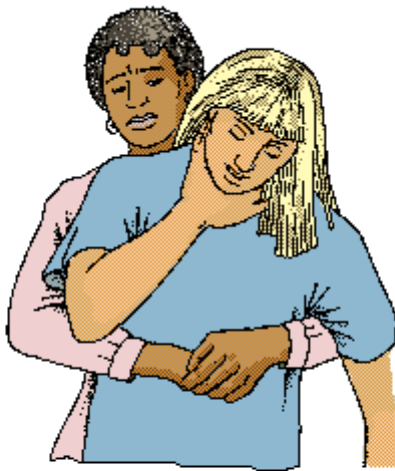
LEVES	GRAVES
Puede toser Emite sonidos Color de la piel rojo	No tose No emite sonidos Coloración de la piel azul

MANIOBRA DE DESOBSTRUCCION

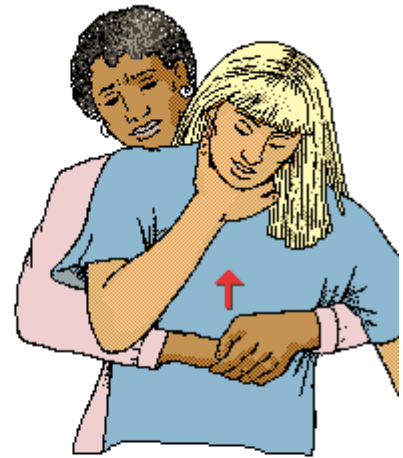
- Póngase de pie o de rodillas detrás de la victima y coloque los brazos entorno ala cintura de la victima
- Cierre el puño de una de las manos
- Coloque el pulgar de la mano que tiene el puño cerrado contra el abdomen de la victima, en la línea media, ligeramente por encima del ombligo y por debajo del esternon
- Tómese el puño con la otra mano y presione el puño contra el abdomen de la victima asiendo una compresión rápida Asia arriba
- Presione hasta que arroje el objeto o quede inconsciente



Colóquese de pie o de rodillas detrás del paciente inconsciente. Pásele un brazo alrededor de la cintura de manera que el puño quede entre las costillas y el ombligo, con el pulgar dirigido hacia adentro y en contacto directo con el abdomen.



Coloque la otra mano sobre la primera.



Utilice la mano de fuera para ejercer una fuerza lo mayor posible hacia adentro y hacia arriba con el fin de expulsar rápidamente el aire de los pulmones de la victima. Si no logra resolver la obstrucción, repita la maniobra hasta cuatro veces.

PARO RESPIRATORIO

Ausencia de la respiración (**apnea**)
EL PACIENTE NO RESPIRA Y NO TIENE PULSO

PARO CARDIORESPIRATORIO

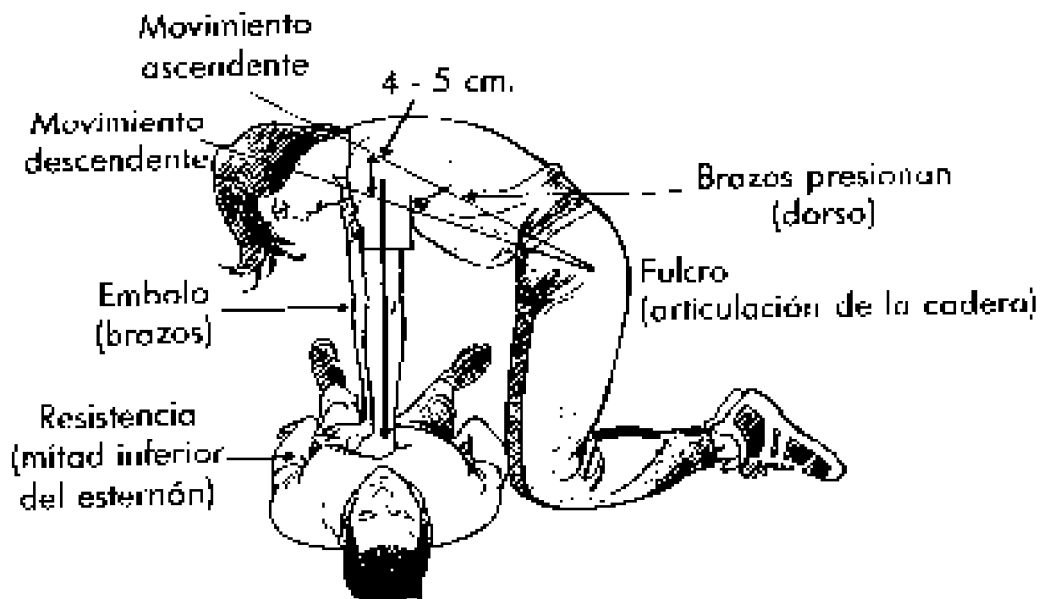
Es la suspensión momentánea o definitiva de las funciones tanto cardiacas
como respiratorias

La circulación se detiene y los órganos vitales no reciben suficiente
oxígeno

“EL PACIENTE NO RESPIRA Y NO TIENE PULSO “

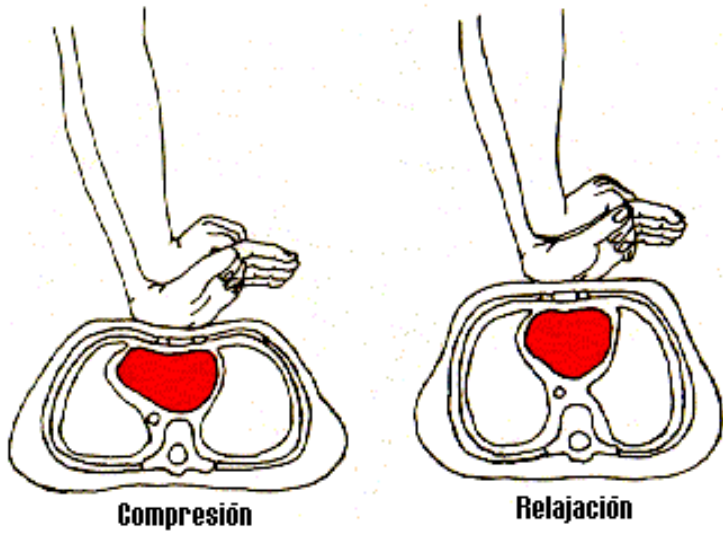
MANIOBRA RCPC (REANIMACION CARDOPULMONAR CEREBRAL)

Aplica _____ compresiones en tórax por _____ insuflaciones.
Durante _____ ciclos equivalentes a _____ minutos



UNIDAD MUNICIPAL DE PROTECCION CIVIL Y BOMBEROS DE
AHUALULCO DE MERCADO, JAL.

Coloque el talón de la mano trazando imaginariamente una _____ entre las _____ y en medio es la posición



30 compresiones



2 insuflaciones

HEMORRAGIAS

Es la perdida de sangre por cualquier de sus conductos o vías
naturales

CLASIFICACION

_____ se caracteriza por la salida de sangre de manera
intermitente y color rojo _____



Arterial

Salida intermitente.
Sangre rojo Brillante.

VENOSA Salida _____ de sangre y color _____

HEMORRAGIAS



Venosa

Salida Continua.
Sangre rojo Oscuro.

_____ La salida de sangre es escasa y en forma de _____



Capilar

Salida de sangre en
poca cantidad.

METODO DE CONTENCION DE HEMORRAGIAS

PRESION DIRECTA

Se realiza con un lienzo limpio o gasa colocando sobre la herida y _____ firmemente con la palma de la mano

ELEVACION DE LA EXTREMIDAD

Elevar la extremidad _____ lesionada por encima del nivel del corazón sin dejar de ejercer presión directa

PRESION INDIRECTA

Se realiza comprimiendo la arteria más cercana entre la _____ y el corazón

CLIOTERAPIA

Consiste en la aplicación de lienzos _____ o _____ envuelto para lograr un vaso constricción, colaborando con el organismo en su acción de defensa ante una lesión

HERIDAS

ES LA PERDIDA DE CONTINUIDAD DE LOS TEJIDOS DE LA PIEL

CLASIFICACION

LACARANTES: Causadas por instrumentos romos, sin filo de superficie plana produciendo desgarros (serruchos o sierras)

CONTUSAS: Causadas por golpes con objetos (piedras o palos)

CORTANTES: Causadas con instrumentos con filo pero sin _____ (cuchillo o navajas).

PUNZANTES: Producidas por objetos con _____
(clavos o picahielos).

ABRASIVAS: Causadas por _____ de la piel con
una superficie áspera (raspones).

AVULSIVAS: Son heridas que debido a un traumatismo
_____ piel y tejido. Es producido por mordeduras o
arrancamiento, por cualquier tipo de maquinaria o animales.

MIXTAS: Son aquellas que reúnen 2 o más tipos de las heridas
mencionadas:

TRATAMIENTO DE URGENCIA

- ABC
- Controlar la hemorragia y aplicar vendaje.
- En heridas pequeñas, lavar con agua, jabón neutro, antiséptico y cubrir herida.
- En caso necesario llamar al SME.

VENDAJES

CONCEPTO

Proporcionar protección a las articulaciones, músculos y tendones.

PROPOSITO

Sujetar o fijar apósitos y férulas en caso de heridas, hemorragias, fracturas, esguinces y luxaciones.

NORMAS DE APLICACIÓN

El área afectada no debe estar en contacto con ninguna superficie.

Siempre iniciara el vendaje por la parte mas distal, dirigiéndose hacia el corazón, con ello se pretende evitar la acumulación de la sangre en la zona separada por el vendaje.

UNIDAD MUNICIPAL DE PROTECCION CIVIL Y BOMBEROS DE
AHUALULCO DE MERCADO, JAL.

Se vendara de izquierda a derecha, facilitando la labor del socorrista.

El nucelo o rollo se mantendrá en la parte más próxima al socorrista.

No desenrollar de manera excesiva la venda.

El vendaje debe ser aplicado con una tensión homogénea, ni muy tensa ni muy débil.

El paciente bajo ninguna circunstancia después de haber terminado el vendaje debe sentir hormigueo en los dedos, notarlo frío o presionar un cambio de coloración en los mismos.

Se utilizaran vendas del tamaño adecuado a la zona que debe vendarse.

Antes de iniciar el vendaje, se colocara la zona afectada en la posición en la que debe quedar una vez vendada.

El vendaje se iniciara con la venda ligeramente oblicua al eje de la extremidad, dando dos vueltas circulares perpendiculares al eje, entre las cuales se introducirá el inicio de la venda (seguro).

El vendaje se termina con 2 vueltas circulares perpendiculares al eje del miembro.

El extremo final de la venda se puede sujetar por distintos sistemas:

Con espadrapo o cinta adhesiva.

Cortando la venda por la mitad y uniendo los extremos mediante el nudo.

Doblando la venda hacia atrás en dirección opuesta a la que llevaba, cuando se llega al punto en el que se ha realizado el

doblaje, se hace un nudo con cabo suelto de la venda utilizando un ganchito especial para este fin.

Durante la ejecución del vendaje se cubrirán con gasas o apósitos los salientes óseos y las cavidades naturales como axilas o ingles.

Solo se darán vueltas precisas; la venda sobrante será desestimada.

TIPOS DE VENDAS: Elásticas y de yeso.

TIPOS DE VENDAJES: Circulares, espiga y espiral.

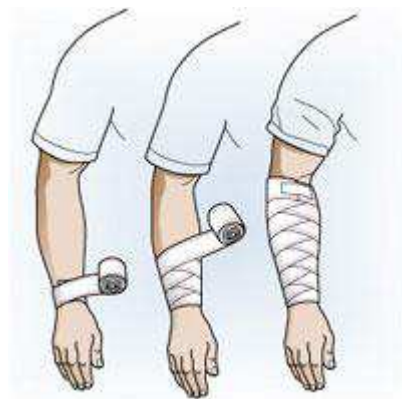
VENDAJE CIRCULAR: Para fijar el extremo inicial y final de una inmovilización o para fijar un apósito.

Consiste en súper poner la venda de forma que tape completamente la anterior para sujetar apósitos y controlar hemorragias.



VENDAJE EN ESPIGA: Se utiliza para sujetar gasa, apósitos o férulas.

Se comienza con un circular y se coloca diagonalmente a la extremidad, la siguiente se colocara de la misma forma al lado contra lateral iniciar el vendaje en la parte más lejana al corazón.



VENDAJE ESPIRAL: Se utilizara para sujetar gasa, apósitos o férulas, la venda cubre 2/3 partes de la vuelta anterior y se sitúa oblicua a la extremidad.



Iniciar el vendaje en la parte más lejana al corazón.

FRACTURA

ES LA PERDIDA DE CONTINUIDAD DEL TEJIDO OSEO.

FRACTURA EXPUESTA

Son aquellas fracturas en las que el hueso fracturado se encuentra en relación con el medio ambiente, siendo afectados diferentes tejidos blandos, entre ellos músculo, tejido celular subcutáneo, piel, e incluso vasos y nervios.

FRACTURA ABRIGADA

Son las fracturas donde el hueso no tiene contacto con el medio ambiente y solo logran ser visibles por una radiografía, por lo tanto, se maneja como probable fractura evaluando algunos síntomas.

SINTOMAS

- **D OLOR**
- **I NFLAMACION**
- **D EFORMIDAD**
- **I NCAPACIDAD DE MOVIMIENTO**
- **C REPITACION OSEA**

TRATAMIENTO DE LAS FRACTURAS

- **ABC**
- Inmovilizar la parte lesionada con férula.
- No “reacomodar” el hueso lesionado.
- En fractura expuesta, contener la hemorragia y aplicar férula.
- Solicitar la Ambulancia en caso de probable fractura de cráneo, columna, pelvis o huesos largos.

FERULAS

Se utilizan para inmovilizar fracturas y se dividen en:

- Rígidas: palos tablas rígida.
- Flexibles o moldeables: cartón, plástico, aluminio.
- Neumáticas: ajustables a la parte anatómica dañada y se llenan de aire.

CARACTERISTICAS DE UNA FERULA

- Cómoda
- Moldeable
- De tamaño adecuado

PRECAUCIONES AL APLICAR UNA FÉRULA

- No mover la parte lesionada
- Inmovilizar en la posición en que se encuentra la extremidad
- Acojinar la férula
- Inmovilizar las dos articulaciones próximas a la lesión
- No hacer un vendaje compresivo

QUEMADURAS

AGRESION QUE SUFRE EL ORGANISMO DEBIDO A LOS AFECTOS DEL CALOR O FRIO EN EL CUAL HAY PERDIDA DE LIQUIDOS Y ELECTROLITOS.

CLASIFICACION

PRIMER GRADO

- Enrojecimiento
- Ardor
- Dolor
- Extrema sensibilidad



SEGUNDO GRADO

- Enrojecimiento de la piel
- Dolor y ardor
- Aparición de ampollas
- Síntomas de quemaduras de primer grado.



TERCER GRADO

- Piel pálida
- Necrosis del tejido.
- Carbonización
- Síntomas de quemadura de segundo grado.
- Posible estado de shock.



TRATAMIENTO

- Atienda el **ABC**
- En quemaduras menores al 10% de la superficie corporal quemado de 1er. Y 2do. Grado coloque la parte lesionada bajo el chorro de agua suave (sumergir 15 minutos o mas si persiste el dolor).
- Coloque al lesionado en posición cómoda, sin que la quemadura tenga contacto con algún objeto.
- Retire cuidadosamente anillos, relojes, cinturones o prendas ajustadas que compriman la zona quemada antes de que comience el edema.
- Retire cualquier prenda que este caliente. Si la prenda esta pegada al cuerpo recórtela y no trate retirarla.
- En quemaduras mayores al 10% en la superficie corporal de 1er. Y 2do. Grado, cubra el área lesionada con apósito seco o con un lienzo limpio y libre de pelusas y fíjelo con un vendaje NO comprensivo.
- Inmovilice las extremidades gravemente quemadas.
- Para lesiones faciales confeccione una mascara con un trozo de tela estéril (es útil la funda de una almohada) y corte el agujero para la nariz, los ojos y la boca.
- Si la respiración y el pulso se detienen, aplique inmediatamente las técnicas de reanimación Cardio-Pulmonar.
- Trasladar a la victima al hospital.

DESMAYO

ES LA PERDIDA SUBITA DEL ESTADO DE CONCIENCIA



ALGUNAS CAUSAS

- Miedo, emociones intensas, calor agobiante, ambientes cerrados y permanecer por largo rato de pie, son algunas de las causas de los desmayos.
- Generalmente, en esas circunstancias se produce una disminución momentánea de la cantidad de sangre que llega al cerebro, lo que provoca una pérdida de conocimiento durante unos minutos.

SINTOMAS

- Se acompaña a veces de sensaciones de falta de fuerza, lo que avisa a la persona que algo está ocurriendo en su cuerpo.
- Luego del desmayo, es normal que la persona afectada presente palidez y pulso lento. Además, como consecuencia de la caída, la persona puede sufrir heridas, contusiones e incluso fracturas. Por esto, debe acudir a un especialista.

TRATAMIENTO

- Acueste boca arriba a la persona.
- Evalúe el ABC
- Eleve las piernas para mejorar la circulación cerebral (no aplicar en pacientes con lesiones traumáticas).
- Aflojar ropas y calzado.
- Cubrir con una manta y mantener la temperatura.
- No de bebidas o alimentos.



CONVULSIONES

CONTRACCION MUSCULAR VIOLENTA CAUSADA POR
AFECCION DEL SISTEMA NERVIOSO.



Las convulsiones pueden ser peligrosas debido a las lesiones que pueden provocarse al caer al piso.

ALGUNAS CAUSAS

LAS CONVULSIONES PUEDEN ORIGINARSE POR:

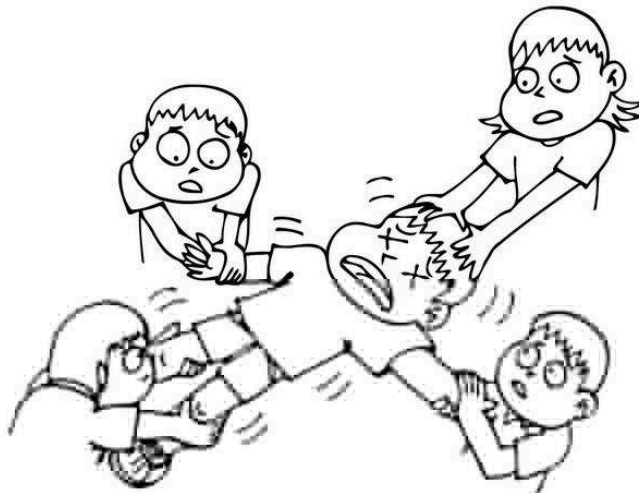
- Fiebre
- Enfermedades como la epilepsia.
- Ingestión de drogas.
- Lesiones en la cabeza.

SINTOMAS

- Espuma por la boca.
- Movimientos involuntarios de los músculos.
- Relajación de esfínter.
- Perdida del conocimiento.

TRATAMIENTO

- No trate de detener los movimientos del lesionado.
- Retira muebles y objetos cercanos a la victima para evitar que se lastime.
- No le de nada de beber ni de comer
- No introduzca objetos en la boca
- Durante la convulsión proteja la cabeza para que no se golpee.
- Cuando pase la convulsión, coloque a la persona de lado y coloque su cabeza sobre una almohada o sobre su pierna.



INTOXICACIONES

Intoxicaciones

Alteración que sufre el organismo por la introducción de un toxico en estado solidó, liquido o gaseoso.

Toxico

Es cualquier sustancia solida, liquida o gaseosa que en determinadas concentraciones alteran el Metabolismo.

Veneno

Es toda aquella sustancia sólida, liquida o gaseosa cuyo único fin es el de matar.

Formas de intoxicación

- Ingestión
- Inhalación
- Inyección
- Cutánea

Signos y síntomas

- Fiebre.
- Náuseas.
- Mareos.
- Vómito.
- Dolor de Cabeza.
- Prurito.
- Somnolencia.
- Inconsciencia.
- Dificultad respiratoria.
- Pupilas dilatadas.
- Estado de Shock.
- Erupciones cutáneas.
- Signos y síntomas particulares a cada tipo de intoxicación.

Intoxicaciones por Intoxicación

Estas son las producidas por consumo de:

- Alimentos
- Medicamentos o drogas
- Productos químicos

Ingestión de alimentos

Contaminación de alimentos por bacterias o deficiente preparación y almacenado.

Síntomas Característicos:

- Dolor Abdominal
- Diarrea
- Espasmos abdominales

Tratamiento

- ABC
- Provocar el vomito en paciente consciente
- Dar de beber agua entre vomito y vomito
- Trasladar al centro de urgencia

Ingestión de medicamentos o drogas

- Intento de suicidio
- Automedicación
- Abuso de medicamento

Sus síntomas característicos son:

- Salvación excesiva
- Alucinaciones
- Trastornos de habla
- Somnolencia o sueño
- Convulsiones

Conducto a seguir:

- ABC
- Prevenir el estado de Shock
- Trasladar al paciente al centro de urgencia
- Trasladar el medicamento causante
- Trasladar muestra de vomito

Ingestión de productos químicos

Se presentan generalmente por accidentes y por intento de suicidio. Los productos químicos queman o destruyen los tejidos con los que se ponen en contacto.

Sus síntomas característicos son:

- Salivación excesiva
- Dolor abdominal
- Calambres abdominales
- Quemaduras

Tratamiento:

- ABC
- Prevenir el estado de Shock
- No dar de beber o comer
- No provocar el vomito

BOTIQUIN DE PRIMEROS AUXILIOS

Se recomiendan los cuidados siguientes:

- Que se encuentre en un lugar seco.
- Que los frascos estén cerrados y de preferencia que sean de plástico.
- Que el material se encuentre ordenado.

El material que conforma el botiquín se puede clasificar de la siguiente manera.

- Material seco
- Material liquido
- Medicamentos
- Material complementario
- Se debe tener en cuenta que la cantidad de material a de ser la adecuada con respecto a su uso
- Que se le vaya a destinar y a las posibilidades económicas con que se cuente. Todo el material que se menciona es básico y debe de existir en cualquier botiquín.

MATERIAL SECO

El material seco es aquel que por sus características debe permanecer en ese estado, este comprende los siguientes elementos:

- Torundas de algodón
- Gasa de 5 cm.
- Tela adhesiva
- Vendas de rollo elásticas de 5cm
- Vendas de rollo elásticas de 10 cm.
- Vendas de gasas con las mismas dimensiones que las dos anteriores
- Abate lenguas
- Apósitos de tela o vendas adhesivas
- Cartón para férulas

MATERIAL LÍQUIDO

Comprende las siguientes soluciones:

- Jabón neutro, de preferencia líquido
- Vaselina
- Agua hervida, estéril o embotellada
- Como se menciona, las anteriores soluciones deben de estar de preferencia en recipientes de plásticos

INSTRUMENTAL

El instrumental puede estar conformado de la siguiente manera:

- Tijeras rectas y tijeras de botón
- Termómetro
- Ligadura de hule
- Baumenometro

Este manual es un apoyo para el curso de primeros auxilios en donde se busca explicar los conceptos necesarios para poder dar la atención básica en caso de un accidente. No es un documento exhaustivo ni de auto instrucción.