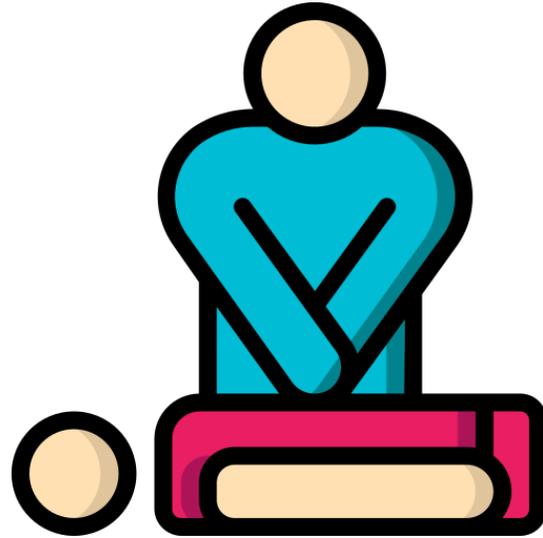


Primeros Auxilios

Tema 5

TEMA 5

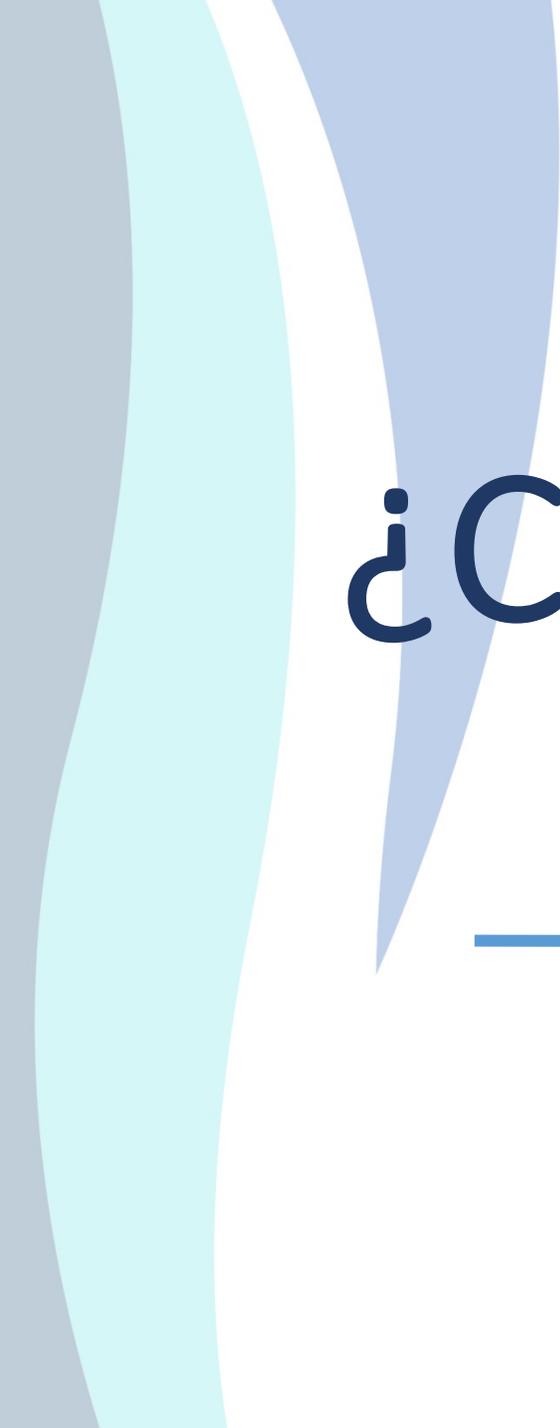


Procedimientos primarios

Objetivo.

- Utilizar procedimientos para tratar una alergia, un atragantamiento; un ataque asmático, un calambre, una crisis convulsiva, a un paciente deshidratado, a uno con convulsiones, a uno con hemorragias leves; para hacer respiración de salvamento, reanimación cardiopulmonar, etc.





¿Cómo atender una
alergia?

¿Cómo atender una alergia?

Según la OMS (2015), la alergia es una reacción exagerada del organismo al tomar contacto con sustancias que provienen del exterior. Dependiendo de la fuente serán la reacción o síntomas presentes.

Pueden ser de tipo: leve, pasajera o crónica. Se puede ocasionar por:



Polen.



Huevo.



Polvo y pelaje de animales.



Mariscos.

La alergia puede provocar.

- Ardor y comezón en ojos y nariz.
- Salpullido.
- Estornudos.
- Ampollas.
- Tos.
- Náuseas.
- Nariz congestionada.
- Dificultad para respirar.
- Garganta cerrada.
- Diarrea.



¿Qué se debe de hacer?



1. Verificar signos vitales.
2. No administrar medicamentos sin la indicación previa.
3. En la medida de las posibilidades se debe de identificar la fuente de la alergia y se debe de alejar de la misma.
4. Si la reacción alérgica es severa se observara: piel fría y húmeda, color pálido, latidos de corazón débiles o rápidos, dificultad para respirar y pérdida de conocimiento.



¿Cómo atender un
atragantamiento?

¿Cómo atender un atragantamiento?



El signo universal de atragantamiento es colocarse las manos alrededor del cuello.

Lo principal a determinar es si la persona puede.

- Inhalar y exhalar.
- Hablar.

Posteriormente se deberá de determinar el tipo de atragantamiento. Este puede ser: Parcial y total.

¿Cómo detectar un atragantamiento parcial?

- La persona tose fuertemente.
- Se puede escuchar su voz.
- Aleteo nasal.
- Silbido y/o ronquido en la respiración.
- Inhalación y expiración aunque con cierta dificultad.



¿Qué se debe de hacer?



1. Solicitar autorización de la persona para ayudarla.
2. Mencionarle que siga tosiendo fuertemente y esforzándose en respirar hasta que el objeto o lo que haya obstruido la vía aérea salga.
3. Vigilar que la persona realice lo anterior y de pasar un minuto, sin resultado favorable es preciso activar un sistema de emergencia.

¿Cómo detectar un atragantamiento total?

- Imposibilidad para respirar, toser y hablar.
- Hinchazón de vena, cuello y cara.
- En algunos casos, pérdida de conocimiento



¿Qué se debe de hacer?

Maniobra de Heimlich.



1. Colocarse detrás de la persona, de manera que su cuerpo quede de lado en relación con la espalda del atragantado. Sus pies deben estar abiertos aproximadamente al ancho de sus hombros y se coloca uno en medio de los de la persona. Lo anterior para tener más estabilidad corporal.
2. Rodear con sus brazos la cintura del atragantado. Con una mano se localizara el ombligo; dos dedos arriba de éste se colocaran el puño, procurando que el dedo gordo quede arriba de la línea media del abdomen por arriba del ombligo.

¿Qué se debe de hacer?

Maniobra de Heimlich.



3. Apretar el puño con la otra mano, presionando fuertemente hacia el abdomen de adentro y hacia arriba. Se debe de repetir esta acción hasta que la persona arroje el objeto que está obstruyendo su vía aérea.

Nota: si la persona está sentada, solamente hay que arrodillarse detrás de ella y realzar la misma maniobra.

¿Qué hacer en caso de que la persona pierda el conocimiento al atragantarse?

1. Activar el sistema médico de emergencia.
2. Acostar a la víctima en el suelo, colocando su dorso en el piso, la cara hacia arriba y los brazos hacia los lados.
3. Identificar el objeto extraño que está obstruyendo las vías de la persona, por lo que se utilizará la **técnica de barrido digital** previamente a colocarse guantes de látex en las manos.

Técnica de barrido digital.

1. Abrir la boca de la persona.
2. Con el dedo pulgar detener la lengua y levantarla hacia arriba para separarla del fondo de la garganta y del cuerpo extraño.



Lo anterior, puede eliminar parcialmente la obstrucción, en caso de no ser así, se deberá de:

1. Deslizar el dedo índice en forma de gancho formando una “C” hacia abajo y recorrer las mejillas de la persona hasta llegar a la garganta.
2. Use un movimiento de enganche hacia la otra mejilla para extraer el objeto extraño de la boca.
3. Solo en caso de que pueda ver el objeto y el paciente este inconsciente; barrerlo y extraerlo.



¿Cómo realizar la
maniobra de ventilación
de salvamento?

¿Cómo realizar la maniobra de ventilación de salvamento?

El ser humano no posee la capacidad de almacenar oxígeno, de ahí que la falta de este puede generar la muerte en una persona en pocos minutos.

Después de un paro respiratorio, tanto los pulmones como el corazón siguen oxigenando la sangre por algunos minutos.

Signos presentes en los paros respiratorios.



Coloración azulada en labios, uñas y lengua.



Confusión.



Desmayo.

¿Cómo realizar la maniobra de ventilación de salvamento?



1. Asegurar la vía aérea con el control de columna.
2. Si no hay evidencia de golpe en la cabeza o el cuello se debe utilizar la técnica de inclinación de la cabeza y elevación del mentón para liberar la vía aérea de la víctima.
3. Colocar la mano sobre la frente de la víctima y aplicar fuerza sobre ella, de manera que la cabeza se incline hacia atrás. Con la otra mano, coloque sus dedos índice y medios sobre la mandíbula y levante la barbilla.

¿Cómo realizar la maniobra de ventilación de salvamento?



4. Posteriormente se debe evaluar la respiración siguiendo estos pasos:
 - a) manteniendo la vía aérea abierta.
 - b) Ver el tórax subir y bajar.
 - c) Escuchar el aire de la exhalación.

Si el tórax no se levanta ni baja o no se escucha la respiración, implica que la persona no está respirando y se debe de proceder a la técnica de salvamento respiración boca-boca (esto es si el paciente no respira pero tiene pulso carotideo).

¿Cómo realizar la
maniobra de ventilación
de salvamento boca-
boca?

Salvamento boca-boca



Mantener la vía aérea abierta, coloque su mano sobre la frente de la persona y cierre las fosas nasales con sus dedos índices y pulgar. Se debe de mantener la cabeza inclinada hacia atrás

1



Coloque su boca sobre la de la víctima y séllela.

2



Administre dos ventilaciones lentas y profundas de 1 a 2 segundos cada una.

3

Para corroborar que está dando una ventilación adecuada, observe que el pecho de la persona se levanta y cae con cada respiración y escuche cada exhalación.

4

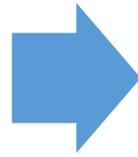


Es importante que se realice solo en caso de que la persona no respire.

Salvamento boca-boca

Al apartar su boca, permita que la víctima exhale pasivamente.

5



Si durante el primer intento no pasa aire a los pulmones se reposiciona la cabeza de la persona, se reabre la vía aérea mediante la técnica de tracción mandibular. Es necesario entonces que tome aire e insufla de nuevo.

6



Si la persona tiene pulso pero aun no respira, insufla una vez cada 4 o 5 segundos, con un ritmo de 10 a 12 insuflaciones por minuto.

7



Es importante que se realice solo en caso de que la persona no respire.

Salvamento boca-boca

Una vez terminado el ciclo de insuflaciones se debe reevaluar el pulso y la respiración.

8



Si la persona respira de manera espontánea se le coloca en una posición de seguridad.

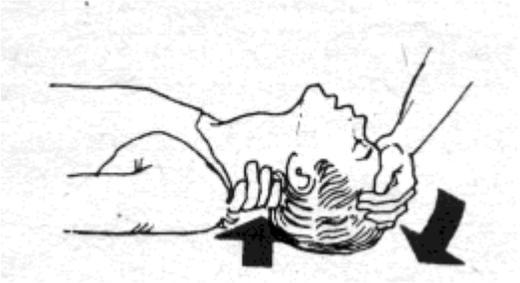
9



En caso de que el paciente tenga pulso pero continúe en paro respiratorio se deberá continuar sin detenerse la técnica de respiración de salvamento.

¿Cómo realizar la
reanimación
cardiopulmonar (RCP)?

Ventilación asistida



Ventilación asistida.
Abrir la vía aérea.

1



Tapar la nariz de la persona con los dedos índice y pulgar. Se coloca escudo facial o mascarilla y filtro. En caso de no contar con ello se realiza boca-boca.

2



Hacer una inspiración profunda, colocando sus labios sobre los de la persona, asegurando que se sellen.

3



Insuflar lentamente y observar el tórax de la persona mismo que deberá de elevarse como en una respiración normal. De no ocurrir esto reposicione la vía aérea como en el caso de obstrucción.

4

Compresiones torácicas.

Consisten en aplicar compresiones rítmicas en la mitad del pecho.

5



El rescatador deberá permanecer hincado a un costado de la persona.

6



Colocar los dedos sobre el borde de las costillas, deslizando los dedos índice y medio de la mano más próxima a los pies de la persona hasta donde las costillas se unen con el esternón, en el centro del pecho.

7



Poner el talón de la mano en el esternón, tras los dedos índice y medio de la primera mano. Al liberar ésta, entrelace los dedos de arriba para que queden paralelas. Debe tener cuidado de no aplicar presión sobre las costillas ni sobre el estómago ni en la punta del esternón para evitar fracturas o lesiones.

8

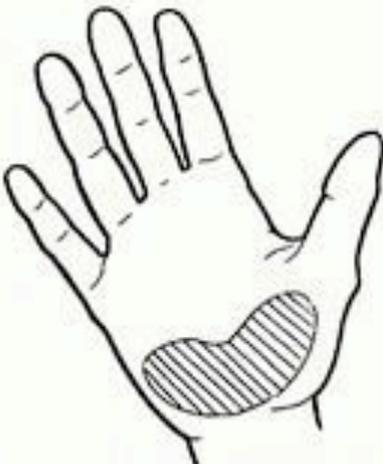
Compresiones torácicas.

Extienda los brazos de manera que sus hombros queden alineados con sus manos para poder presionar hacia abajo del pecho.

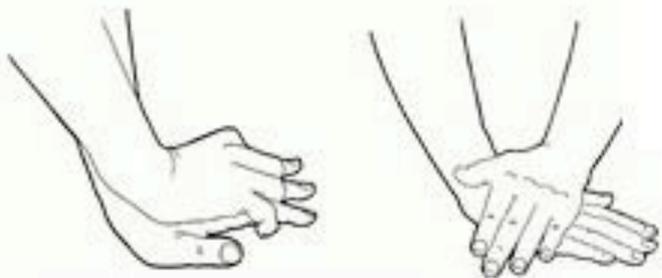
9

- La combinación será 2 ventilaciones de una duración de dos segundos por 30 compresiones torácicas continuas.
- Al completar 5 ciclos se debe de reevaluar durante 10 segundos la respiración y el pulso.

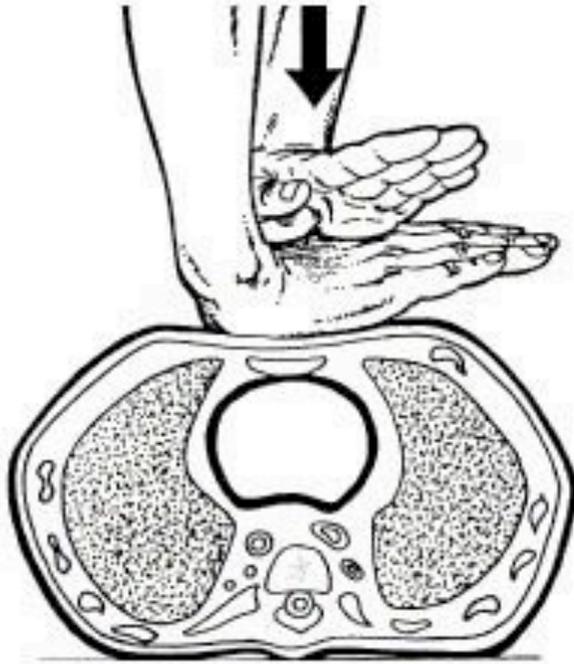
Compresiones torácicas.



TALÓN DE LA MANO



POSICIÓN DE LAS MANOS



COMPRESIONES

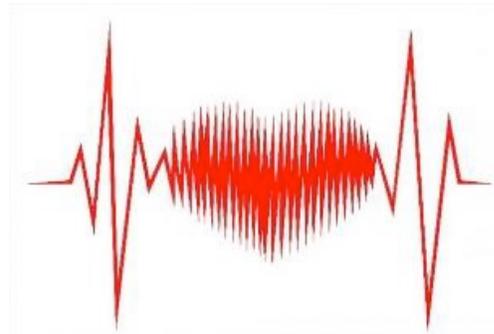


Ataque asmático

¿Cómo detectarlo?



Dificultad para respirar con manifestaciones que va desde un ligero jadeo hasta la sensación de ahogo.



Pulso acelerado.



Sensación de opresión en el pecho.

¿Qué hacer en caso de presentarse el ataque asmático?

1. Si es un ataque agudo, se debe solicitar ayuda médica de inmediato, ya que la falta de oxígeno puede generar complicaciones como muerte cerebral.
2. Tranquilizar a la persona afectada.
3. Solicitarle que se siente.
4. Utilizar el broncodilatador para aminorar los síntomas.
5. En caso de no contar con él, se le pide a la persona que levante los brazos, apoyados en la pared y la cabeza bajo.





¿Cómo atender un
calambre?

¿Qué causa los calambres?



Ejercicio rápido sin calentamiento previo.



Ejercicio o actividad que implica un sobreesfuerzo del músculo..



Pérdida de sales minerales después de un largo entrenamiento.



Presencia de lesión o por mantener mucho tiempo una postura que impida la circulación

¿Cómo puedo detectar la presencia de un calambre?

1. Dolor intenso y localizado en un músculo.
2. Sensación de tener "el músculo duro".
3. Tensión muscular.



¿Qué se debe de hacer en caso de calambres?

1. En caso de que se realice durante una actividad es necesario interrumpirla.
2. Masajear el músculo afectado o apretarlo con fuerza.
3. Tratar de estirar el músculo con las manos. Relajarlos y continuar estirándolo.





¿Cómo atender una crisis
compulsiva?

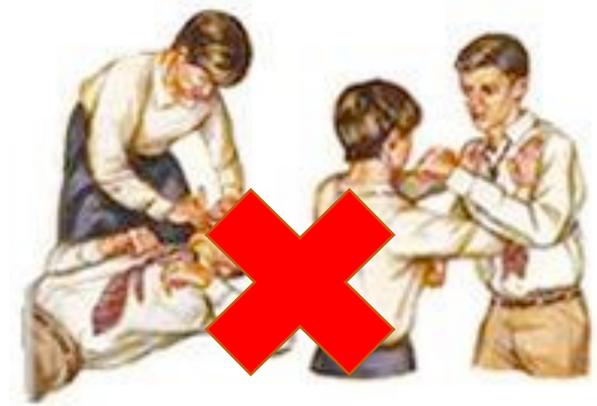
¿Cómo identificar que una persona está convulsionando?

- Rigidez en el cuerpo.
- Después de la crisis es posible la confusión y somnolencia.
- Movimientos involuntarios.



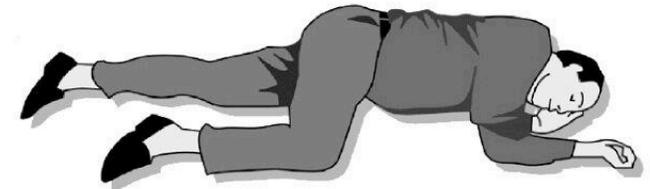
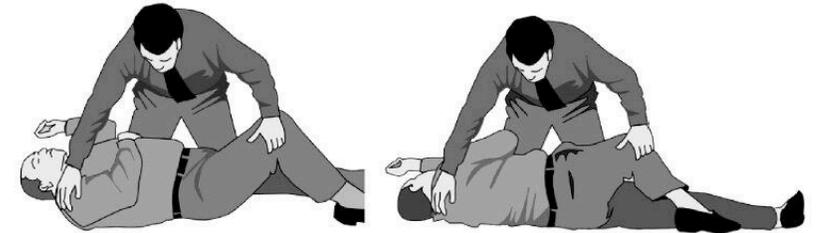
¿Qué se debe de hacer cuando una persona está convulsionando?

1. Se deben eliminar los objetos con los que la persona pueda lastimarse tal es el caso de sillas, mesas, etc.
2. Posicionar a la persona de lado para evitar una aspiración de contenido gástrico (vomito).
3. No se deben detener los movimientos. Ni introducir objetos en la boca.
4. Mantener la vía aérea permeable.



¿Qué se debe de hacer cuando una persona está convulsionando?

5. Una vez que se detuvo la crisis deberá colocarse a la persona en posición lateral de seguridad.
6. Deberá llevarse a la persona con un especialista.





¿Cómo atender una
persona desmayada?

¿Qué hacer previamente a una persona desmayada?

1. Se debe de sentar a la persona.
2. Colocar una mano en la frente y la otra en el huso occipital.
3. Se le pide que incline la cabeza a la altura de las rodillas y realice una leve presión hacia arriba mientras se contiene la fuerza.
4. También se puede acostar con la cabeza más baja al resto del cuerpo



¿Qué hacer si una persona se ha desmayado?

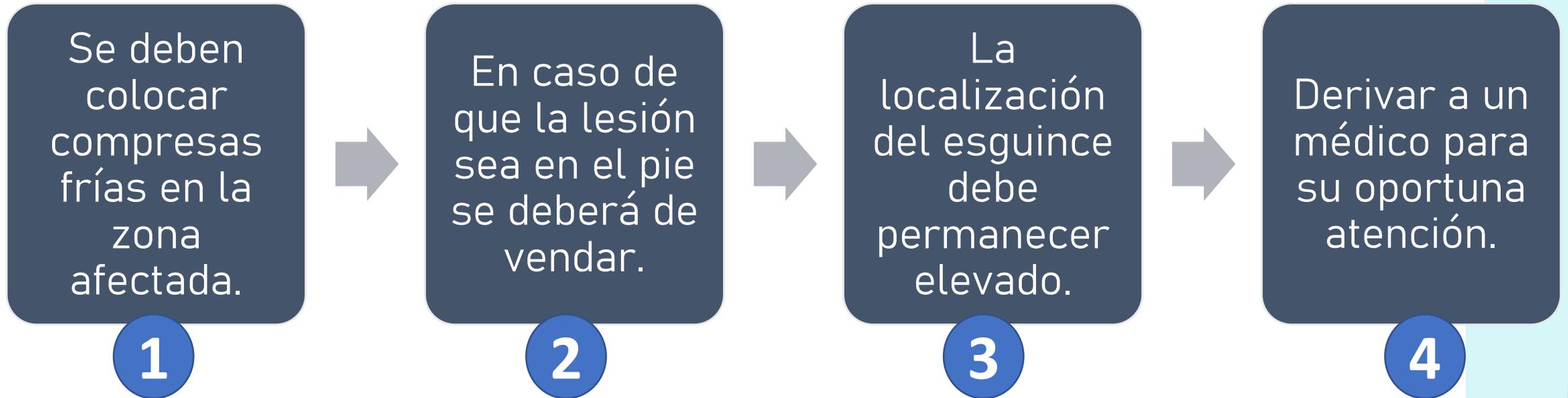
1. Acostar a la persona afectada.
2. Aflojar la ropa.
3. Colocar los pies sobre una almohada, mochila, libros, etc.
4. Se puede refrescar la cara con paños de agua fría.





¿Cómo atender un
esguince?

¿Qué hacer si una persona tiene un esguince?





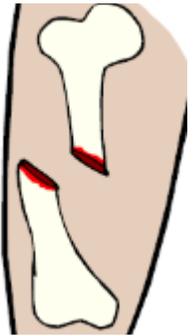
¿Cómo atender una
fractura?

Tipos de fractura.



a) Fisura: se rompe el hueso sin que los bordes estén separados.

b) Fractura simple: el hueso no rompe la piel.



c) Fractura expuesta: el hueso rompe piel y músculo y es de suma gravedad.

¿Cómo identificar una fractura?



Dolor intenso en el sitio de la fractura



Inmovilidad parcial del miembro lesionado.



Incapacidad Funcional.

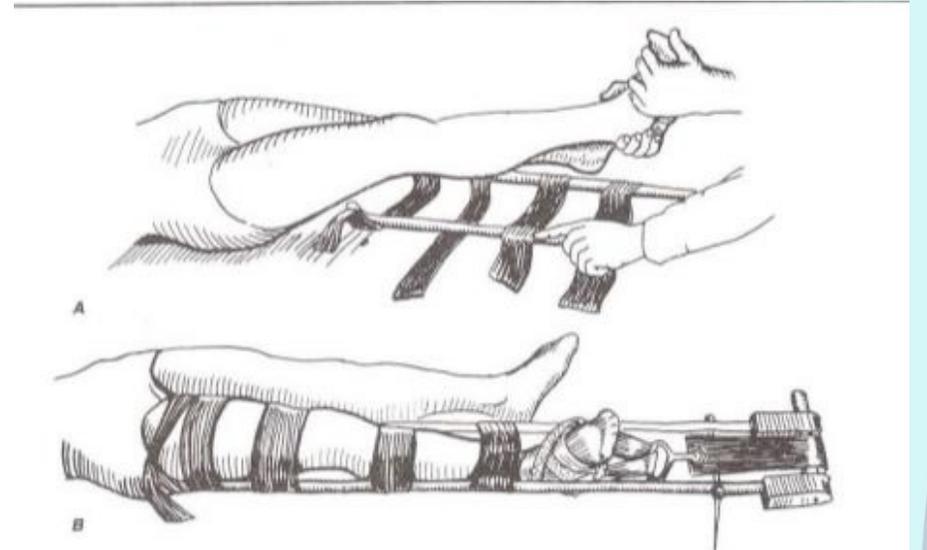


© Classe Qsl - www.enciclopediasalut.com - V.Barceló

En algunos casos hemorragia.

¿Cómo inmovilizar una fractura?

1. Respetando la posición en que se encuentre la fractura, se detendrán con una férula las dos articulaciones más próximas a ésta.
2. Se colocará la férula por debajo y otra por arriba de la fractura.
3. No se debe apretar demasiado para impedir la correcta circulación





¿Cómo detener una
hemorragia leve?

En caso de una hemorragia nasal, ¿Qué se debe hacer?

1. La persona deberá de sentarse.
2. Comprimir su nariz (hacer presión sobre los dos lados con los dedos pulgar e índice justo debajo del hueso).
3. La cabeza deberá permanecer hacia abajo hasta que la hemorragia pare; lo que indicará que se ha formado ya el coágulo.
4. De contar con un botiquín, es necesario colocarle un algodón embebido en agua oxigenada en la fosa nasal sangrante.
5. Colocar paños fríos en las zonas cercanas a la nariz.



¿Cómo detener una hemorragia generada por un golpe o corte?

1. Sentar a la persona accidentada con la finalidad de evitar un desmayo.
2. Comprimir directamente con una gasa estéril o trozo de tela limpia la zona donde está sangrando. En caso de que la herida se encuentre en un miembro es aconsejable levantar éste y presionar la herida con la mano.
3. Esperar presionando hasta que la hemorragia cese.
4. Limpiar la herida.





¿Cómo curar una herida?

¿Cómo curar una herida?

1. Lavarnos las manos con agua abundante.
2. Detener la hemorragia mediante compresiones con gasas estériles en la herida hasta que deje de sangrar.
3. Antes de atender la herida, de ser necesario, se debe extraer cualquier objeto que se encuentre en ella tal es el caso de vidrios, metales, etc.
4. Se debe de limpiar la herida, desde los bordes hacia afuera evitando tocarla con el algodón.

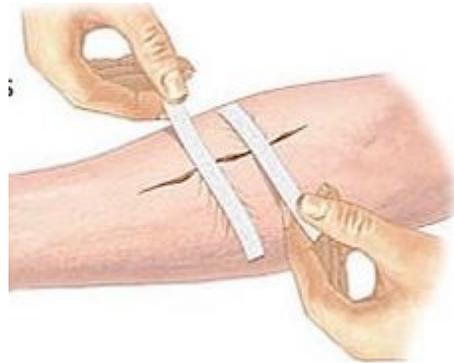


¿Cómo curar una herida?

5. Se deben de utilizar gasas o algodón nuevo cada vez que éste se pasa por la piel.
6. Lavar la herida con jabón, agua y antiséptico, al finalizar.
7. Una vez que se ha determinado la gravedad de la herida procederemos a:



Si es una herida leve, será mejor dejarla descubierta para que se cicatrice con mayor facilidad.



Si los bordes de la herida se pueden abrir, se puede utilizar una cinta adhesiva.



Si la herida tiene más de 1 cm de largo, se debe de aplicar un vendaje compresivo y recurrirá al médico para las respectivas puntadas.



¿Cómo atender una
intoxicación por
fármacos?

¿Qué se debe hacer para atender una intoxicación por fármacos?

1. Determinar si la persona ingirió en exceso el medicamento o presenta una reacción alérgica.
2. Solicitar los servicios médicos de inmediato.
3. En caso de que la persona esté consciente hay que preguntarle qué fue lo que tomo.
4. Revisar signos vitales. En caso de que no respire es necesario brindar respiración boca a boca..

¿Qué se debe hacer para atender una intoxicación por fármacos?

1. Revisar signos vitales. En caso de que no respire es necesario brindarle respiración boca a boca.
2. Si la persona no está consciente, se deberá colocar en posición de recuperación.
3. Hay que procurar aflojar la ropa de la persona.
4. A la llegada del personal debemos informar sobre el nombre del medicamento, dosis ingerida y hora de ingesta (siempre y cuando se cuente con esta información).

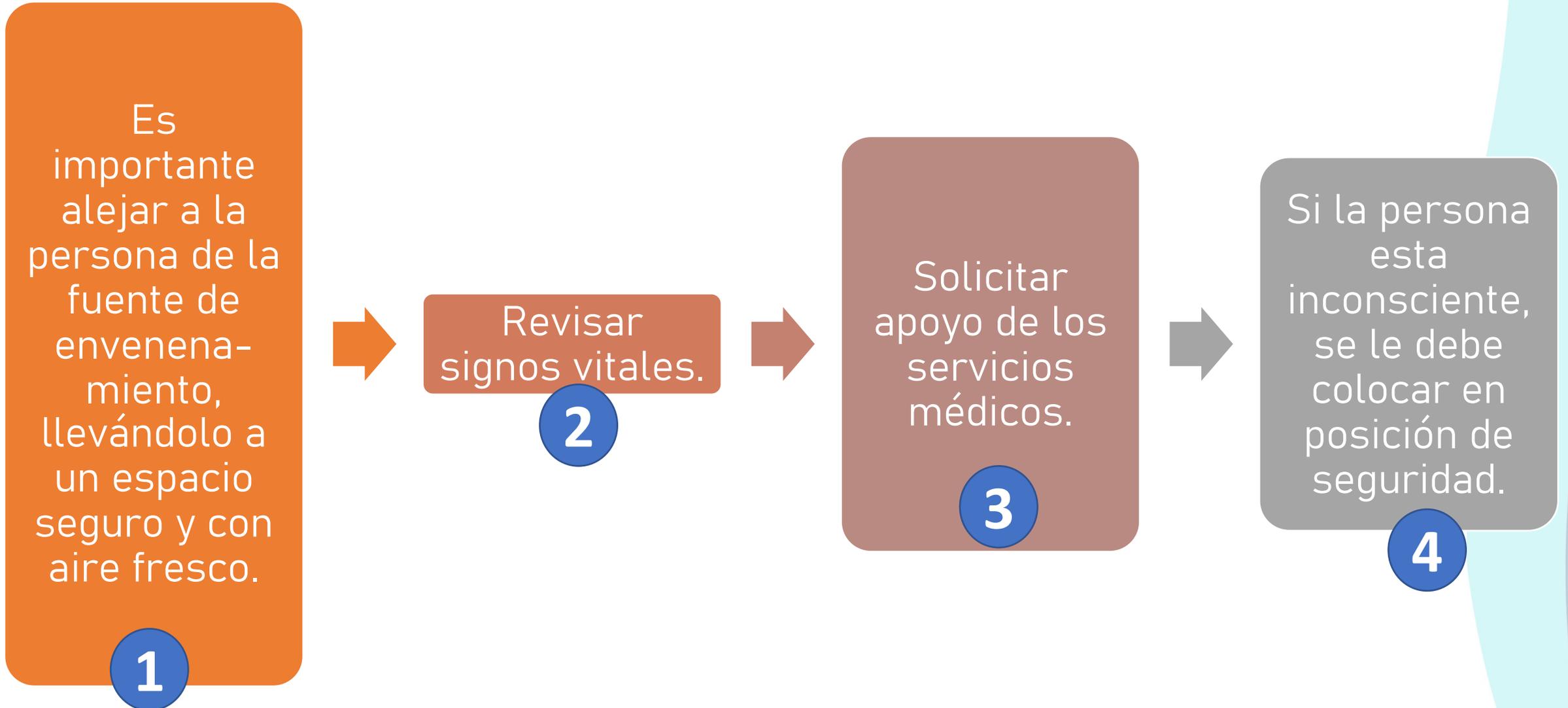
Es necesario evitar que la persona:

1. Vomite
 2. Beba algo
 3. Coma
- hasta que llegue el personal médico.



¿Cómo atender una
intoxicación por humo y
gases?

¿Qué se debe hacer para atender una intoxicación por humo o gases?



¿Qué se debe hacer para atender una intoxicación por humo o gases?

Si identifica que respira con dificultad, se le debe proporcionar respiración boca-boca.

5



En caso de ingresar a una habitación con humo o llamas es necesario:

- Cubrir nuestra boca y nariz con un pedazo de tela gruesa, de preferencia mojada.
- Avanzar lo más pegado al piso posible.

6