



PRIMEROS AUXILIOS



PRIMEROS AUXILIOS

- 1.- Concepto
- 2.- Objetivos
- 3.- Decálogo del socorrista
- 4.- Valoración del accidentado
- 5.- Tipos de lesiones
 - 5.1. Hemorragias
 - 5.2. Heridas
 - 5.3. Contusiones:
 - 5.4. Quemaduras
 - 5.5. Hipotermia:
 - 5.6. Congelación:
 - 5.7. Esguinces:
 - 5.8. Luxación:
 - 5.9. Fractura.
 - 5.10. Atragantamiento.
6. El botiquín.



1.- Concepto

“Asistencia mínima a un accidentado hasta que llegue el personal cualificado o lleguemos a un centro asistencial”



2.- Objetivos

P.A.S. Proteger-Alertar- Socorrer

- ✓ salvar la vida del paciente
- ✓ evitar el agravamiento de la lesión o de su estado
- ✓ evitar posibles lesiones secundarias
- ✓ ahorrar el sufrimiento
- ✓ preparar para la evacuación



3.- Decálogo del socorrista

- Estar tranquilos y actuar rápidamente
- Hacerse una composición de lugar
- Siempre que sea posible dejar al herido boca arriba y con piernas elevadas
- Manipular al herido con precaución
- Examinar el peligro
- NO hacer nada más que lo indispensable
- Mantener al herido caliente
- NO dar nunca de beber a un individuo inconsciente
- Tranquilizar al herido
- Evacuar al herido lo más rápido posible

4.- Valoración del accidentado

• EVALUACIÓN INICIAL O PRIMARIA

1º ¿Está consciente? (*¿qué le pasa?, ¿me oye?, ¿se encuentra bien?*)

SI
NO

EVALUACIÓN SECUNDARIA

2º ¿Respira? (ver, oír, sentir)

SI
NO (o anormalmente)

EVALUACIÓN SECUNDARIA

PEDIR AYUDA (112)

Abrir vía aérea

Liberar cuerpos extraños

Liberar lengua

Hiperextensión de la cabeza o elevación del mentón

R.C.P. (30 compresiones, 2 insuflaciones)

¿3º ¿Tiene pulso?

Tomar el pulso a nivel de la arteria carótida (60-80-100 p/m).

A los 3-5 minutos de una parada respiratoria le sigue una parada cardiaca, por la falta de oxigenación del músculo cardiaco.



4.- Valoración del accidentado

- **EVALUACIÓN SECUNDARIA**

(comprobación del resto de los signos vitales)

- ✓ Si el herido respira, determinar el nivel de consciencia:

- ✓ Si reacciona a:

A-V-D-N

Alerta (*mueve las manos, los párpados. Responde a todo*)

Sólo órdenes Verbales (*aprieta las manos, responde a órdenes*)

Sólo reacciona al Dolor (*pellizcos, pinchazos*)

Nada

- ✓ Comprobar la frecuencia respiratoria (normal: 12-20 r.p.m.).

- ✓ Comprobar el ritmo respiratorio (regular o irregular).

- ✓ Buscar lesiones en el cuerpo: Cabeza, cuello, tórax, abdomen, extremidades.

- ✓ Colocar en Posición Lateral de Seguridad (PLS).

- ✓ Tapar-abrigar.

- ✓ Estimar el llamar al 112.



5.- Tipos de lesiones

5.1. Hemorragia:

Salida de sangre del torrente sanguíneo fuera de los vasos.

H. Externas: arterial (a borbotones) o venosa (babeante), da igual.

Actuación:

1º Autoprotección (guantes)

2º Cortar la hemorragia: presión directa con apósitos (el 1º no se quita). (NO torniquetes, NO aspirinas)

3º Si sigue sangrando: elevar extremidad

4º Si sigue sangrando: presionar arteria principal (humeral, femoral)

Tipos de hemorragias.



Arterial

Salida intermitente.
Sangre rojo Brillante.

Venosa

Salida Continua.
Sangre rojo Oscuro.

Capilar

Salida de sangre en
poca cantidad.



Hemorragias Internas: no se ven. Síntomas:

- baja el nivel de consciencia
- la respiración irá siendo más rápida
- el pulso aumentará. Será rápido y débil, debido a que habrá menos volumen sanguíneo para el cuerpo y el pulmón tendrá que oxigenar más rápido.

Actuación:

1º Colocarlos decúbito supino

2º Inmovilizarlo

3º Avisar

Epíxtasis (hemorragia nasal)

Actuación:

- *no colocarlo cabeza hacia arriba*
- *presionar la nariz*
- *taponar con una gasa humedecida con agua oxigenada*
- *NO algodón, NO alcohol*

Otorragia (hemorragia por el oído):

Actuación:

- *NO tapan el oído afectado*
- *colocar en PLS sobre el oído sangrante*
- *NO manipular*





5.2. Herida

H. Incisas (bordes limpios, no separados, superficial)

Actuación: limpiar y tapar (guantes, gasas, suero, betadine, tiras de aproximación).

H. Punzante:

Actuación: NO limpiar. Vendaje compresivo.

H. con colgajo:

Actuación: NO limpiar. Vendaje compresivo. Aproximar colgajos.

H. con pérdida de sustancia:

Actuación: NO limpiar. Vendaje compresivo. Aproximar colgajos.

5.3. Contusión

Lesión por impacto.

Rotura de capilares (amoratamiento o cardenal).

Inflamación de la zona. Dolor. Impotencia funcional.

Actuación: frío local. Durante 20 min. cada hora. NO aplicar directamente sobre la piel.



5.4. Quemadura

Existe gran riesgo de infección.
NO dar de comer ni de beber.

Q. de 1º Grado:

Enrojecimiento de la piel.
Dolor. Picor.

Q. de 2º Grado:

Aparición de Ampollas.
Dolor intenso.

Q. de 3º Grado:

Piel negra, chamuscada,
pérdida de sustancia.
Posiblemente sin dolor.
Pérdida de capas de la piel.

Actuación:

****Agua fría durante 15 min.
(babeante, no a chorro).***

****NO quitar la ropa adherida a
la piel.***

****Tapar con vendas yo gasas
humedecidas.***

****NO reventar las ampollas.***





5.5. Hipotermia

Vasoconstricción en las zonas periféricas.
Enfriamiento favorecido por factores como la humedad, el viento.

Actuación:

Trasladar a lugar seco y caliente.

Poner ropa seca.

Baño de agua tibia.

*Beber algo caliente con azúcar si está consciente
(NUNCA alcohol).*

5.6. Congelación

Exposición continuada al frío, lo que provoca una vasoconstricción continua, sin aporte de oxígeno a las zonas periféricas.

C. de 1º Grado: palidez de los miembros. Rigidez. Sensación de pinchazos.

C. de 2º Grado: ampollas negruzco-moradas. Inflamación de la zona afectada.

C. de 3º Grado: necrosis. Pérdida de sustancia.

Actuación:

- Agua tibia, no muy caliente.*
- Envolver la zona afectada (no compresivo, cálida).*
- Que se caliente poco a poco.*
- Beber algo caliente si está consciente (NUNCA alcohol).*





5.7. Esguince

Separación momentánea de las superficies articulares.
Estiramiento de los LIGAMENTOS. Difícil diagnóstico.
Impotencia funcional.
Inflamación y dolor.

Actuación:

*Frío local (20 min. cada hora).
NO aplicar directamente sobre la piel.
Extremidad en alto.
Reposo e inmovilidad.*

5.8. Luxación

Separación mantenida de las superficies articulares.

Difícil diagnóstico.

Dolor intenso.

Deformidad de la articulación.

Impotencia funcional.

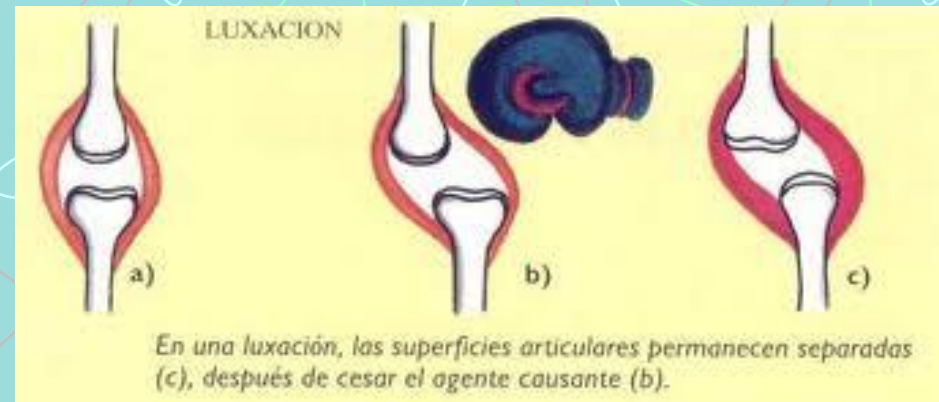
Actuación:

Frío local (20 min. cada hora).

NO aplicar directamente sobre la piel.

No reducir.

Inmovilizar tal y como está la articulación luxada.





5.9. Fractura

Pérdida de continuidad en el hueso. Difícil de diagnosticar.

F. Cerradas: se rompe el hueso, la piel intacta.

F. Abiertas: se rompe el hueso, se rompe la piel en la zona.

Actuación:

Frío local (20 min. cada hora).

NO aplicar directamente sobre la piel.

Extremidad en alto.

Reposo e inmovilidad. No reducir.

En caso de fractura abierta cubrir la herida con gasas húmedas.

5.10. Atragantamiento

Obstrucción de las vías aéreas por cuerpo extraño.

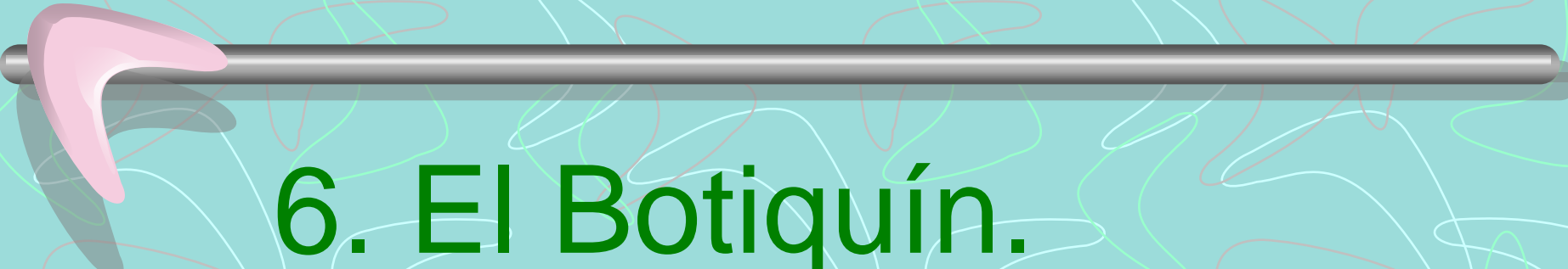
Obstrucción incompleta: el sujeto puede toser, respirar.

Actuación: NO dar palmadas en la espalda, dejar toser.

Obstrucción completa: el sujeto no puede toser, ni hablar ni respirar.

*Actuación: 1º dar 4 ó 5 palmadas en la espalda, estando el accidentado inclinado hacia delante.
2º Maniobra de Heimlich.*





6. El Botiquín.

- Guantes (por autoprotección)
- Suero (en ampollas)
- Betadine (en ampollas?)
- Gasas estériles (sobres de 5)
- Tijeras punta redondeada.
- Pinzas.
- Esparadrapo.
- Vendas
- Hielo químico
- Manta térmica
- Amoniaco (en barrita)

- **MEDICAMENTOS: NO GRACIAS**

Video 1º Auxilios Cruz Roja. Copia y pega en tu navegador:
<http://www.youtube.com/watch?v=5vupeEhNTh0>



1º Proteger

2º Alertar

3º Intentar Socorrer

Y

SENTIDO COMÚN