

## PRIMEROS AUXILIOS

### CONCEPTOS BÁSICOS EN PRIMEROS AUXILIOS

---

#### Primeros Auxilios

Podríamos definirlos como la asistencia inmediata, limitada y temporal, prestada por una persona no especialista en ello.

Su importancia medica es que en algunos tipos de lesiones (como paro cardiorrespiratorio o hemorragias externas ), la atención inmediata puede salvar vidas o evitar mayor deterioro del estado de salud del accidentado.

Demás esta decir que no es objetivo de los primeros auxilios solucionar en forma definitiva una lesión o enfermedad aguda, sino la de generar las mejores condiciones para que el accidentado sea tratado finalmente por los profesionales de la salud.

#### ¿ Que debemos conocer ?

- Lo que hay que hacer y lo que no hay que hacer.
- Evitar que durante las maniobras de primeros auxilios, reanimación o traslado se agraven las lesiones existentes o se produzcan nuevas lesiones.
- Tratar siempre de conseguir la ayuda de médicos para efectuar el tratamiento definitivo y el control de la evolución hasta la curación total.

#### ¿ Cómo actuar frente a una emergencia ?

1. Usted es la persona que puede ayudar, tenga en cuenta que el accidente por ser imprevisto nos genera sorpresa, incertidumbre, angustia y ansiedad, es primordial mantener la calma, no entrar en pánico, la salud del lesionado inicialmente está en sus manos, por lo tanto

**CONSERVE LA TRANQUILIDAD PARA ACTUAR CON SERENIDAD, RAPIDEZ Y SEGURIDAD**

2. **ACTÚE SI TIENE SEGURIDAD EN LO QUE VA A HACER, SI DUDA ES PREFERIBLE NO HACER NADA** (una mala evaluación del accidentado conlleva probablemente a agravar la salud del mismo).

3. Pregunte a los testigos (si los hay) **DE QUE MANERA OCURRIÓ EL ACCIDENTE**. Esto ayuda a evaluar la intensidad del golpe recibido, caída, desmayo, etc.

4. **DE ORDENES CLARAS Y PRECISAS** a los fines de evitar la actuación del personal incompetente y organizar los recursos humanos para solicitar la ambulancia, ayudar en el traslado, conformar al accidentado, denuncia policial si fuera necesario, denuncia a la A.R.T, etc.

5. Efectúe una valoración general del accidentado a los fines de priorizar los tratamientos a realizar.

### **RECUERDE QUE LAS CAUSAS MÁS FRECUENTES DE MUERTE TEMPRANA SON:**

- **LA HEMORRAGIA**
- **LA INSUFICIENCIA RESPIRATORIA**
- **LAS LESIONES DEL SISTEMA NERVIOSO CENTRAL** (por ejemplo; traumatismos de cráneo).

### **Valoración del Accidentado**

#### **INSPECCIÓN**

- **MOVIMIENTOS RESPIRATORIOS** (Frecuencia respiratoria normal de 16 A 18 respiraciones por minuto)
- **ESTADO DE CONCIENCIA**
- **DEFORMIDADES EN EL CUERPO**
- **HEMATOMA**
- **HEMORRAGIAS**
- **FRACTURAS EXPUESTAS**
- **LESIONES DE COLUMNA**

#### **PALPACIÓN**

- **PULSO RADIAL** (en la muñeca sobre la base del dedo pulgar)
- **CAROTIDEO:** localizar la nuez de Adan (tráquea) y deslizar los dedos lateralmente hacia el costado del cuello.

**Frecuencia cardiaca normal 60 – 90 pulsaciones por minuto**

#### **INTERROGUE**

- **COMO OCURRIÓ**
- **DONDE DUELE**
- **SENSACIÓN DE HORMIGUEE (PARESTESIAS) EN PIERNAS O BRAZOS** (sospechar lesión de columna)
- **IMPOSIBILIDAD DE MOVILIZARSE**
- **DIFICULTAD O DOLOR AL RESPIRAR**

6. Nunca deje a la víctima sola.

7. Evita el apresuramiento en mover a la víctima. No lo traslade sin las medidas ni conocimientos adecuados.

8. No dar agua, alcohol, azúcar o sal ( preguntar si tiene alguna enfermedad, puede ser diabético, hipertenso, asmático, etc.)

### **EN RESUMEN, LO PRIORITARIO PARA EVALUAR UN ACCIDENTADO ES:**

DETERMINAR SI ESTÁN PRESENTES ALGUNA DE LAS TRES CAUSAS MAS FRECUENTES DE MORTALIDAD PREHOSPITALARIA

**A. Lesiones cerebrales y medulares altas** (fracturas de cráneo, de columna cervical, etc.) 50 – 55% +

**B. Hemorragias externas** (por lesión de grandes vasos entóbiales del tórax, abdomen, miembros o cuello) 30 – 40 % +

**C. Obstrucción masiva de vías aéreas** o imposibilidad de respirar por lesiones torácicas abiertas o cerradas (fracturas) 10 –15 % +

En **A.** Estas lesiones cuando se presentan llevan a un edema cerebral en 30 ó 60 minutos que pueden llevar a la muerte. Se debe sospechar en politraumatizados graves (accidentes automovilísticos, caídas de altura, golpes en la cabeza, etc.) y generalmente se debe controlar que el paciente respire (o realizar reanimación), inmovilizar la columna cervical y trasladar rápido al hospital.

En **B.** las hemorragias externas lo indicado es realizar hemostasia mediante compresión directa. En el caso de las hemorragias internas el traslado al hospital debe ser URGENTE (se deben sospechar estas últimas en graves lesiones del tórax o abdomen).

En **C.** si se produce una obstrucción respiratoria, se tratará de limpiar la boca y la faringe, y de extraer los cuerpos extraños que hubiere ( como por ejemplo alimentos, dentaduras postizas, etc.)

Es fundamental iniciar sin dilaciones la respiración boca a boca o boca nariz hasta que llegue la ayuda médica.

### **PASOS A SEGUIR**

1. CONSTATAR GRADO DE RESPUESTA (CONCIENTE – INCONSCIENTE)
2. CONTROLAR RESPIRACIÓN Y VÍA AÉREA PERMEABLE
3. EVALUACIÓN HEMODINÁMICA

- PULSO
- HEMORRAGIAS
- PALIDEZ DE PIEL
- DISMINUCIÓN DE LA PRESIÓN

4. EVALUACIÓN CLÍNICA GENERAL – INTERROGUE AL ACCIDENTADO
5. EVALUACIÓN DE TRAUMATISMO DE COLUMNA (INMOVILICE)

6. EVALUACIÓN DE TRAUMATISMO DE TÓRAX – ABDOMEN – MIEMBROS.
7. TRASLADÉ

### PRECAUCIONES GENERALES PARA PRESTAR PRIMEROS AUXILIOS

1. Determine potenciales peligros en el lugar del accidente y atienda a la víctima en un área segura.
2. Afloje las ropas, controle que no halla lesiones ocultas (revise de cabeza a los pies, de frente y de espalda)
3. Evite movimientos innecesarios del accidentado.
4. Cubra al lesionado para mantenerle la temperatura corporal.
5. No haga comentarios sobre el estado del salud del lesionado, especialmente si se encuentra inconsciente.
6. Pregunte a los presentes si tienen conocimientos en primeros auxilios para que los ayude.
7. Si hay varios accidentados **priorice** la atención de la siguiente forma;
  - 1°. Accidentados que sangran profundamente
  - 2°. Aquellos que no presentan señales de vida (muerte aparente)
  - 3°. Accidentados con quemaduras graves
  - 4°. Fracturados
  - 5°. Heridas leves
8. Genere diagramas que contengan medidas a tomar en caso de accidentes.