

Primeros Auxilios Basicos

- 1- Introduccion
- 2- Atencion de Emergencia
- 3- Hemorragia, Choque y Lesiones de tejidos blandos
- 4- Lesiones de kias extremidades
- 5- Emergencias medicas
- 6- Golpe de calor/ Termoplejia

I. Introduccion

a. **El Principio y las leyes del Buen Samaritano**

- i.. Por lo general, east protegido de cualquier responsabilidad siempre y cuando: Actue de Buena fe, no proporcione atencion superior a su nivel tecnico, y sea razonablemente cuidadoso
- ii. Si decide ayudar, no debe abandonarla hasta que alguien con capacitacion con un nivel igual or mayor le sustituya.

b. **Consentimiento**

- i. Un adulto debe de aceptar a recibir atencion de primeros auxilios
- ii. Consentimiento implicito se significa con una victima inconsciente, a ninos o un anciano con una perturbacion del funcionamiento mental normal (Alzheimer)

c. **Precauciones Universales**

- i. Una manera de limitar la propagacion de enfermedades al evitar el contacto con la sangre y ciertos fluidos corporals(proteccion ocular, guantes desechables)
- iii. El observer PU significa que se crea o no que la sangre o el fluido corporal puede estar infectado
- iv. Usar una solucion a base de alcohol para limpiarse manos y otra piel expuesta, si no hay laveselas con agua y jabon
- v. Como quitarse guantes contaminados correctramente: Arranque el guante de la palma y jalelo hacia los dedos, con cuidado; jale hacia afuera y abajo hacia los dedos, retirando el guante de dentro hacia afuera

II. Atencion de Emergencia

a. **No debe mover a una persona si no es necesario**

- i. Arrastre a la victima en la direccion del eje mas largo del cuerpo para proteger la columna vertebral lo mas posible.
 1. Nunca jale delado o de cabeza
 2. Use las pierna- no la espalda
 3. Considere el peso de la victima y la necesidad de ayuda

b. **Valoracion Alerta- Siga pasos V,R,C,D**

- i. V- Vias respiratorias- Incline la cabeza, levante la barbilla
- ii. R- Respiracion- Observe, escuche, y toque durante 5 y no mas de 10 segundos.
 1. No respire normalmente- realice CPR
 2. Si respire normalmente- valore su circulacion
- iii. C- Circulacion- Detecte sangre bombeando o saliendo de una herida. Controle la hermorragia con presion directa. Detecte tejido de color normal. Utilice su muneca descubierta para sentir la temperature corporal- continue con los pases V,R,C
- iv. **Posturas de Recuperacion-** No debe mover a una persona lesionada menos para buscar ayuda, cuando necesita colocar una manta debajo para mantener la temperature normal, cuando yace sobre su espalda y hay detritos, sangre, o secreciones en la boca que puedan obstruir las vias respiratorias, y para el que espere al EMS.

1. No esta lesionada- Coloque el brazo en angulo perpendicular al cuerpo con el codo doblado y la palma hacia arriba, cruce el brazo, sujete la pierna mas alejada justo arriba de la rodilla y levántela
2. Lesionada (Postura HAINES) = Coloque el brazo mas cercano sobre la cabeza y el brazo mas alejado cruzando el pecho. Doble la pierna a la altura de la rodilla. Gire la victima hacia usted de modo que la cabeza descansa sobre el brazo extendido. Doble ambas piernas a la altura de las rodillas para estabilizar a la victima.

III. Hemorragia, Choque, y Lesiones de tejidos blandos

- a. **Hemorragia Externa** – observe las precauciones universales, alerte 911, & empezar pasos V,R,C,D, empesar primeros auxilios
 - i. Aplique presion directa
 - ii. Corte ropa
 - iii. Coloque almohadilla absorbente directamente sobre la herida, nunca quite, siempre agregarle
 - iv. Aplique presion con un vendaje elastico de manera comodamente ajustada sobre la almohadilla- debe deslizar un dedo por debajo de la venda
 - v. Use puntos de presion y elevacion
 - vi. Trate para choque
- b. **Hemorragia interna** – ternura con el toque, sangre en heces, orina or vomito, observe precauciones universales, alerte 911, V,R,C,D; trate para choque
- c. **Choque**- victima esta inquieta, piel esta fria, el tejido tiene un color palido o azulado, temblores, mucha sed, nausea, vomitos, respiracion entrecortada, temperature corporal esta por debajo de lo normal
 - i. Acostada boca arriba
 - ii. Mantenga las vias respiratorias abiertas (V,R,C,D)
 - iii. Tape victima
 - iv. 911
- d. **Quemaduras**
 - i. Graves (tercer grado- piel chamuscada)
 1. Corte ropa menos la ropa pegada a la quemadura
 2. Si esta en contacto con una sustancia quimica liquida- enjuague con una gran cantidad de agua, si quimica seca sepille con protection
 3. Retire las alhajas
 4. Separa los dedos de manos/pies con vendajes seco y esteril
 5. Cubra ligeramente con un vendaje seco y esteril
 6. Atender al V,R,C,D/911, trate para choque
 - ii. Menores (primer grado- color rojizo; Segundo grado - ampollas)
 1. Corte ropa menos la ropa pegada a la quemadura
 2. Enfrie las quemaduras con agua fria por 20-30 minuto o hasta aliviar el dolor.
 3. Cubra con una venda seca y esteril
 4. Proteja contra la friccion
 5. Si quemadura de Segundo grado cubre mas que 2-3” o locado en las manos, pies, cara- trate como quemadura grave
 6. Vijele por senales de infeccion, llame a medico
 - iii. NO: reviente las ampollas, appliqué medicamentos/cremas o el hielo

IV. Lesiones de las extremidades

- a. **Fractura cerrada, torcedura, esguince, dislocacion**

i.. Coloque sus manos arriba y debajo del lugar para limita el movimiento (entablillar extremidades)

ii. Bolsa de hielo

iv. Retire las alhajas

b. **Fractura abierta**

i. Cubre con un vendaje esteril

ii. Con un hueso sobresalido, aplica con cuidado presion alrededor del hueso

iii. 911

c. NO: mueve victima, que la victima mueva su lesion, intente enderezar o empujar un hueso debajo la piel, que la victima coloque peso sobre lesion, cuitar zapatos o casco de lesion.

d. **Lesiones de la columna vertebral-** suponga que ocurio con accidente de vehiculo, cayo de altura superior, rayos o fuerza fisica

i. Senales: estado mental alterado, dolor, adormecimientos, perdida de sensacion en manos, dedos, pies, o dedos de los pies, debilidad, paralysis, perdida de control de la vejiga.

ii. 911

iii. V,R,C,D; HAINES or acostado boca arriba

iv. Coloque manos en ambas lados de la cabeza

v. Mantenga alineados la cabeza, cuello, y columna

vi. NO: cuitar casco, solicite la victima que se mueva para localizer respuesta al dolor.

V. Emergencias Medica

a. **Asma-** una enfermedad en que los pasajes de aire en los pulmones se estrechan debido a hinchazon y moco adicional, senales son tos, tension de pecho, falta de aire, asma es peor en el frio y durante ejercicio.

i. Inhalador – retire la tapa, presione y comience inhalar lentamente 3-5 segundos, aguante la respiracion durante 10 segundos

ii. Nebulizador – coloque el compresor en una superficie resistente, coloque medicina en la taza nebulizadora, arme la taza y la boquilla, poner mascara sobre carra de nino, enciende el compresor, aguante la respiracion durante 2 o 3 segundos, continúe hasta se vacie la taza nebulizadora (alrededor de 10 minutos)

iii. Si no mejora en 15-20 minutos - NO de mas medicacion, llame 911

b. **Reaccion Alergica/ Anafilaxis-** subita y grave que involucra el cuerpo

i. Autoinyeccion de epinefrina- Desenrosque la tapa, oscile y clave firmemente en el muslo extero en un angulo de 90 grados perpendicular al muslo, sujete firmemente por 10 segundos, retire del muslo y tire, llame a 911 (Si victima no puede hacerlo- el proveedor debe administrarla)

c. **Envenenamiento**

i. Ingerido

1. Llame a Centro para atencion de envenenamientos: 1-800-222-1222

2. Tenga a mano todos los frascos de medicina

3. NO le de agua o leche

ii. Contacto con la piel

1. Retire la ropa, enjuage la piel con agua

2. V,R,C,D/ 911

3. Hierda venenosa

a. Grave- cuitar ropa/alhajas- envuelve fuerte para que veneno sea mas despasio, 911

b. Menores- use hielo, bendryl, vinagre, pasta de diente

iii. Inhalado

1. Lleve a victima a aire puro

2. V,R,C,D/ 911 (NO de aires de resustacion para victima de substancia inhalado)

- VI. Golpe de calor/ Termoplejia
- a. **Golpe de Calor-** consiente, sudoracion profuse
 - i. Victima se recueste en un lugar fresco
 - ii. Afloje o quite el exceso de ropa
 - iii. Darle agua para tomar
 - iv. Coloque compresas frias serca de arterias
 - b. **Termoplejia-** inconciente
 - i. 911
 - ii. Pulverice agua sobre cuerpo entero
 - iii. Compresas de hielo al cuello, ingle, y axilas
 - iv. Coloque la victima de lado en la postura de recuperacion para proteger las vias respiratorias
 - c. **Congelacion-** frio, sensacion de hormigueo, punzadas
 - i. 911
 - ii. Coloque una venda esteril entre los dedos y los pies
 - iii. Envuelve el area congelada con vendajes esteriles
 - iv. Traslade a un lugar mas calido
 - v. Retire las alhajas y la ropa
 - vi. NO vuelva a calendar si existen posibilidades de recongelacion
 - d. **Hipotermia-** Escalofrios incontrolables, debilidad, estado mental alterado, inconciente
 - i. 911
 - ii. Salga del viento, agua
 - iii. Quite ropa mojada, sustituye por ropa seca y cubre
 - iv. Coloque junto a fuente de calor y coloque agua tibia en contacto con la piel
 - v. NO masaje aria ni dar alcohol.