



UNAH
UNIVERSIDAD NACIONAL
AUTÓNOMA DE HONDURAS

UNIVERSIDAD AUTONOMA DE HONDURAS

LIC. EDWIN SILVA

ASIGNATURA:
Primeros Auxilios

CUESTIONARIO

CARLOS HUMBERTO VASQUEZ REYES

TEGUCIGALPA, M.D.C

9 DE MARZO DE 2023

Cuestionario Primeros Auxilios

1. ¿Cómo reportar una emergencia?

R/= El primer paso a realizar cuando se es presente de un accidente siempre será realizar la llamada a los cuerpos de ayuda, antes de realizarla se debe mantener la calma y tener clara la información tanto personal del accidentado, propia y del lugar donde están.

Durante la llamada hablar claro y conciso, respondiendo las preguntas realizadas y especificando el tipo de ayuda que buscan.

Después de la llamada regresar a la labor de apoyo mientras esperan.

2. ¿Cuáles son las prioridades antes de atender a una persona?

R/= Antes de brindar cualquier atención a la persona afectada se debe seguir 3 reglas de seguridad básica nombradas Security, Situation, Scene (S.S.S) por sus siglas en ingles.

La **evaluación de la escena** consiste en una revisión general de posibles peligros en el lugar. Al evaluar la escena se deben hacer las siguientes preguntas

➤ ¿Qué paso?

➤ ¿Qué puede pasar?

➤ ¿Cómo paso?

Luego de detectar cualquier factor de riesgo que pueda afectarnos a nosotros o a la víctima, hay que **asegurar la zona** colocando algunas señales y evitando el paso a terceros a menos que sea necesario, así como retirar a las personas que se encuentren alteradas.

Una vez asegurada la zona se procede a **Evaluar la situación**

➤ ¿Cuál fue la situación
preexistente?

➤ ¿Existen aún esas
condiciones?

Luego de eso se procesa a la valoración primaria de la persona.

3. ¿Cuáles son los principales entornos de una emergencia y crisis?

R/= Ejemplos de ellos pueden ser

- Accidentes personales
 - Atragantamiento
 - Cortadas y heridas
 - Dislocación o luxación
- Amenazas de fauna
 - Piquetes de abejas o avispas
 - Piquete de arañas o alacrán
- Condiciones climatológicas severas
 - Altas temperaturas
 - Tormentas eléctricas
 - Trombas o lluvias intensas
- Cuadros médicos iniciales y primeros auxilios básicos
 - Alergias
 - Deshidratación
 - Epilepsia y ataque compulsivo

4. ¿Qué hacer y no en caso de que una persona requiera primeros auxilios?

R/=Que SI hacer

- Mantener la calma.
- Proteger nuestra seguridad y la del accidentado.
- Comprobar que la escena donde se encuentra la persona es segura.
- Solicitar ayuda.

Que NO hacer

- ✖ Tener una visión de túnel, focalizando la atención en aspectos irrelevantes.
- ✖ Actuar si no se está seguro o claro lo que se va a hacer.
- ✖ Poner en riesgo tu seguridad personal.

5. ¿Cómo realizar la evaluación primaria?

R/= Determinar que ocurrió con la persona es decir, identificar si se desmayó, esta convulsionando o cualquier evento de emergencia que pueda darnos pautas de la posterior intervención.

Reconocer si la persona esta consciente mediante el método ADIVI

A: la persona esta alerta, habla fluidamente, fija la mirada al explorador y está pendiente de lo que sucede en torno suyo.

V: presenta respuesta verbal, aunque no está alerta, puede responder coherentemente a las preguntas que se le realicen, y responde cuando se le llama.

D: presenta respuesta solamente a la aplicación de algún estímulo doloroso, como presionar firmemente alguna saliente ósea como el esternón o las clavículas; pueden emplearse métodos de exploración menos lesivos como rozar levemente sus pestañas o dar golpecitos con el dedo en medio de las cejas, esto producirá un parpadeo involuntario, que se considera respuesta.

I: no presenta ninguna de las respuestas anteriores, está inconsciente. En estos casos lo ideal es proceder a implementar el método ABC.

6. ¿Cómo tomar el pulso?

R/= Para determinar el pulso de una persona hay dos métodos, ya sea en la arteria carotídea o en el radial de la muñeca, teniendo en cuenta la cantidad de pulsaciones ya sea un adulto o un niño.

- En adultos, de 60 a 120 por min.
- EN niños 70 a 110 por min.

Procedimiento:

- Apoyar los dedos índices y mayor sobre el punto determinado, presionando suavemente.
- Para determinar que el pulso es normal es necesario contar el número de latidos por minuto.

7. ¿Cuáles son los puntos corporales donde se puede tomar la temperatura?

R/=

- Boca
- Axila
- Boca

8. ¿Cuál es la temperatura normal?

R/=Varía dependiendo de la edad de la persona y sexo, pero el parámetro esperado es de 36° a 37°.

9. ¿Cómo determinar la frecuencia respiratoria?

R/= La frecuencia se mide por lo general cuando una persona está en reposo y consiste simplemente en contar la cantidad de respiraciones durante un minuto cada vez que se eleva el pecho.

La frecuencia respiratoria normal de un adulto que esté en reposo oscila entre 12 y 16 respiraciones por minuto.

10. ¿Cómo atender una alergia?

R/= 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.

Las alergias pueden ser del tipo: leve, pasajera o crónica, provocando desde estornudos o tos hasta dificultad para respirar o una garganta cerrada.

Las alergias se pueden originar por respirar, ingerir o entrar en contacto con:

- Polen
- Polvo
- Mariscos
- Huevo
- Pelaje de animales

Para tratar con una alergia se debe

- Revisar signos vitales
- No administrar medicamentos sin la indicación previa
- En la medida de las posibilidades se debe identificar la fuente de la alergia y se debe alejar de la misma.

- Si la reacción alérgica es severa se observará: piel fría y húmeda, color pálido, latidos de corazón débiles o rápidos, dificultad para respirar y pérdida de conocimiento.

11.¿Cómo atender un atragantamiento?

R/= Lo principal es identificar si la persona puede; Inhalar y exhalar, hablar.

Posteriormente se debe determinar el tipo de atragantamiento ya sea; parcial o total

Para identificar un atragantamiento parcial

- Tos fuerte
- Se puede escuchar a la persona
- Aleteo nasal
- silbido y ronquido en la respiración
- Inhalación y expiración, aunque con cierta dificultad

¿Qué hacer en caso de un atragantamiento parcial?

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

Para identificar un atragantamiento total:

- Imposibilidad de toser, hablar y respirar
- Hinchazón de vena, cuello y cara

- En algunos casos pérdida de conciencia

¿Qué hacer en caso de un atragantamiento total?

Es necesario hacer uso de la maniobra de Heimlich.

- 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 aprox. al ancho de sus hombros y se coloca uno en medio de los de la persona. Lo anterior para tener más estabilidad corporal.
- Rodear con sus brazos la cintura del atragantado. Con una mano se localizará el ombligo; dos dedos arriba de este se colocarán el puño, procurando que el dedo gordo quede arriba de la línea media del abdomen por arriba del ombligo.
- 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.

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

R/=

- 1) Activar el sistema médico de emergencia.
- 2) Acostar a la víctima en el suelo, colocándola 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 previo a colocarse guantes de látex en las manos. Esta técnica consiste en:

- a. Abrir la boca de la persona.
- b. 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:
 - i. 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.
 - ii. Use un movimiento de enganche hacia la otra mejilla para extraer el objeto extraño de la boca.
 - iii. Solo en caso de que pueda ver el objeto y el paciente este inconsciente; barrerlo y extraerlo.

13.¿Cómo realizar la maniobra de ventilación de salvamento?

R/=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.

- Asegurar la vía aérea con el control de columna.
- Sin no hay evidencia de golpe en la cabeza o el cuello se debe de utilizar la técnica de inclinación de la cabeza y elevación del mentón para liberar la vía aérea de la víctima.
- 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
- Posteriormente debemos de evaluar la respiración siguiendo estos pasos:

- manteniendo la vía aérea abierta.
- Ver el tórax subir y bajar.
- Escuchar el aire de la exhalación

Si el tórax no se levanta ni baja o no se escucha la respiración, implica una señal de 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).

Signos presentes en los paros respiratorios

- Colerización azulada en labios, uñas y lengua
- Confusión
- Desmayo

14.¿Cómo realizar la técnica de respiración de salvamento boca-boca?

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

- 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
- Coloque su boca sobre la de la víctima y séllela.
- Administre dos ventilaciones lentas y profundas de 1 a 2 segundos cada una.
- 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.
- Al apartar su boca, permita que la víctima exhale pasivamente.

- 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.
- Si la persona tiene pulso, pero aún no respira, insufla una vez cada 4 o 5 segundos, con un ritmo de 10 a 12 insuflaciones por minuto.
- Una vez terminado el ciclo de insuflaciones se debe de reevaluar el pulso y la respiración.
- Si la persona respira de manera espontánea se le coloca en una posición de seguridad.

15.¿Cómo realizar la reanimación cardiopulmonar (RCP)?

R/=Implica dos acciones: proporcionar ventilación asistida y bombear sangre de manera artificial al cuerpo por medio de compresiones cardíacas.

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.

Ventilación asistida.

1. Abrir la vía aérea.
2. Tapar la nariz de la persona con el dedo índice y pulgar. Se coloca escudo facial o mascarilla y filtro. En caso de no contar con ello se realiza boca-boca.
3. Hacer una inspiración profunda, colocando sus labios sobre los de la persona, asegurando que se sellen.
4. 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.

Compresiones torácicas

5. Consisten en aplicar compresiones rítmicas en la mitad del pecho.
6. El rescatador deberá de permanecer hincado a un costado de la persona.
7. 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.
8. Poner el talón de la mano en el esternón, tras los dedos índices y medio de la primera mano. Al liberar esta, 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.
9. Extienda los brazos de manera que sus hombros queden alineados con sus manos para poder presionar hacia abajo del pecho.

16.¿Cómo detectar y que hacer en caso de un ataque asmático?

R/= Como detectarlo; la persona tiene

- 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?

- Si es un ataque agudo, se debe de solicitar ayuda médica de inmediato, ya que la falta de oxígeno puede generar complicaciones como muerte cerebral.
- Tranquilizar a la persona afectada.

- Utilizar el broncodilatador para aminorar los síntomas.
- 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.

17.¿Cómo atender un calambre?

R/= Un calambre puede ocasionarse de diversas formas como; ejercicio sin calentamiento previo, problemas cardiovasculares o mantener una postura incómoda por tiempo prolongado, generando un dolor intenso localizado en un músculo y tensión muscular.

¿Cómo atender?

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

18.¿Cómo atender una crisis convulsiva?

R/= Para esto es imprescindible reconocer la situación, por lo general la persona presenta rigidez en el cuerpo y movimientos involuntarios.

- Se debe de quitar los objetos con los que la persona pueda lastimarse tal es el caso de sillas, mesas, etc.
- Posicionar a la persona de lado para evitar que aspiración de contenido gástrico (vómito).
- No se deben detener los movimientos. Ni introducir objetos en la boca.
- Mantener la vía aérea permeable.
- Una vez que se detuvo la crisis deberá de colocarse a la persona en posición lateral de seguridad.

- Deberá de llevarse a la persona con un especialista.

19.¿Qué medidas seguir ante la presencia de Dengue?

R/=el dengue es una enfermedad vírica transmitida por mosquitos.

Los signos principales del Dengue se presentan de tres a 14 días después de la picadura del mosquito.

- Fiebre alta
- Dolor de cabeza intenso
- Escalofríos
- Dolor en la parte posterior del ojo

¿Qué se debe hacer?

- Si una persona fue picada por este mosquito, se debe de mantener en observación de tres a 14 días para detectar los indicios del dengue.
- Mantener a la persona en reposo.
- Brindar líquidos suficientes.
- Al observar las señales del dengue, se deben de atender con urgencia y llamar a los servicios médicos.

20.¿Qué medidas seguir ante la presencia de CHIKUNGUNYA?

R/=Es una enfermedad vírica transmitida al ser humano por mosquitos infectados

La enfermedad suele aparecer entre 4 y 8 días después de la picadura de un mosquito infectado, aunque el intervalo puede oscilar entre 2 y 12 días.

- Erupciones cutáneas
- Dolores articulares

- Aparición súbita de fiebre
- Dolores de cabeza

De presentarse algunos de los síntomas característicos de la fiebre Chikungunya, es necesario acudir al médico para comprobar mediante una biometría el diagnóstico.

Es importante seguir las indicaciones del tratamiento médico para aliviar el dolor y la fiebre.

Además, se recomienda guardar reposo en cama y tomar abundantes líquidos para evitar la deshidratación.

21.¿Cómo atender una persona DESHIDRATADA?

R/= Es importante beber líquidos al estar realizando actividades intensas y prolongadas.

- La persona debe de permanecer en reposo en un ambiente tranquilo.
- Administrar electrolitos. En caso de no contar con ello, se puede dar a la persona agua con azúcar y un poco de sal.
- Revisión general de signos vitales. En caso de que el malestar continúe derivar a un médico.

22.¿Cómo atender una persona DESMAYADA?

R/= Lo primero es identificar cuando una persona está por desmayarse

Los síntomas son:

- | | |
|--------------|--------------------|
| ➤ Palidez | ➤ Visión borrosa |
| ➤ Mareo | ➤ Malestar general |
| ➤ Sudor frío | ➤ Ansiedad |

¿Qué hacer previo a que una persona se desmaye?

- Se debe de sentar la persona.
- Colocar una mano en la frente y la otra en el huso occipital.
- 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.
- También se puede acostar con la cabeza más baja al resto del cuerpo.

¿Qué hacer si una persona se ha desmayado?

- Acostar a la persona afectada.
- Aflojar la ropa.
- Colocar los pies sobre una almohada, mochila, libros, etc.
- Se puede refrescar la cara con paño de agua fría.

23.¿Cómo atender un esguince?

- Se debe de colocar compresas frías en la zona afectada.
- En caso de que la lesión sea en el pie se deberá de vendar.
- La localización del esguince debe de permanecer elevado.
- Derivar a un médico para su oportuna atención.

24.¿Cómo atender una fractura?

R/= 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 la piel y musculo y es de suma gravedad.

¿Cómo inmovilizar una fractura?

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

25.¿Cómo detener una HEMORRAGIA LEVE?

R/= Ante un golpe o corte con algún objeto, que afecte los vasos sanguíneos, es importante tomar en cuenta los siguientes aspectos:

- a. Tipo de hemorragia: externa (donde la sangre sale al exterior) e interna (no hay salida de sangre).
- b. Gravedad de la herida.
- c. Objeto con el que se realizó la herida.

¿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 este y presionar la herida con la mano.
3. Esperar presionando hasta que la hemorragia cese.
4. Limpiar la herida.

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 de permanecer hacia abajo hasta que la hemorragia pare. Lo que indicara que se ha formado ya el coagulo.
4. De contar con un botiquín, es necesario colocar le un algodón embebido en agua oxigenada en la fosa nasal sangrante.
5. Colocar paños fríos en las zonas cercanas a la nariz.

26.¿Cómo curar una HERIDA?

R/=

- 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 de 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.
- 5) Se deben de utilizar gasas o algodón nuevo cada que este 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 en base a ello procedernos a:
 - a. Si es una herida leve, será mejor dejarla descubierta para que se cicatrice con mayor facilidad.
 - b. Si los borde de la herida se pueden abrir, se puede utilizar una cinta adhesiva.

- c. 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.

27.¿Cómo atender una INTOXICACIÓN por fármacos?

R/= Cuando una persona ingiere de manera accidental o intencional una excesiva cantidad de fármacos que estén caducos puede presentarse intoxicación.

¿Cómo puedo detectarla?

- Vómito
- Fiebre
- Dificultad de respirar
- Náuseas
- Pérdida de conocimiento
- Boca seca

¿Qué se debe hacer?

Determinar si la persona ingirió en exceso el medicamento o presenta una reacción alérgica.

Solicitar los servicios médicos de inmediato.

En caso de que la persona este consciente hay que preguntarle que fue lo que tomo.

Revisar signos vitales. En caso de que no respire es necesario brindar respiración boca a boca.

Si la persona no está consciente, se deberá de colocar en posición de recuperación.

Hay que procurar aflojar la ropa de la persona.

Es necesario evitar que la persona:

- Vomite
- Beba algo
- Coma

Hasta no llegar el personal médico.

A la llegada del personal debemos de informar sobre el nombre del medicamento, dosis ingerida y hora de ingesta.

28.¿Cómo atender una intoxicación por humo y gases?

R/= Se presenta cuando una persona respira humos o gases derivados de braseros, solventes, vapores de pinturas, gas de alcantarillas, entre otros.

¿Cómo detectarla?

- Dolor de cabeza
- Mareo
- Garganta irritada
- Pérdida de conocimiento
- Ardor de ojos
- Pupilas dilatadas

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

- Es importante alejar a la persona de la fuente de envenenamiento, llevándolo a un espacio seguro y con aire fresco. Es importante cuidar nuestra propia vida al atender este incidente.
- Revisar signos vitales.
- Solicitar apoyo de los servicios médicos.
- Si la persona está inconsciente, se debe de colocar en posición de seguridad.
- Si identifica que respira con dificultad, se debe proporcionar respiración boca-boca.
- 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 posible al piso posible.

29.¿Qué hacer en caso de POSESIÓN Y CONSUMO del alcohol?

R/= En caso de que una persona lleve y/o tome alguna bebida alcohólica a una instancia educativa se deberá de proceder a:

1. Revisar en qué estado se encuentra la persona.
2. Averiguar qué y cuanto bebió.
3. Preguntarle porque lo hizo y como se siente al respecto.
4. Reportarlo con las autoridades educativas competentes.