

MANUAL DE PRIMEROS AUXILIOS



Alumno: Emilio Salas Hernández

N.L: 33 Grupo: 602

Ciencias de la Salud

Dra. Maria del Rocio Rodriguez Rodriguez



1 SOPORTE BÁSICO DE VIDA

° DEFINICIÓN

El soporte vital básico o reanimación cardio-pulmonar básica es un nivel de atención indicado para los pacientes con enfermedades o lesiones que amenazan la vida, aplicados hasta que el paciente reciba atención médica completa.

° TIPOS DE SOPORTE VITAL

El Soporte Vital se clasifica en dos tipos: Soporte Vital Básico (SVB) y Soporte Vital Avanzado (SVA). Médicos y personal sanitario son los encargados de realizar estos procedimientos básicos y avanzados.

° CADENA DE SUPERVIVENCIA DEL SOPORTE DE VIDA

Es la serie de pasos a seguir ante una víctima que está padeciendo una situación de emergencia sanitaria:

- Prevenir: El paro cardíaco u otras lesiones.
- Reanimación: RCP precoz.
- Llamar a emergencias: Solicitar la ayuda luego de los dos minutos de aplicar RCP.
- Tratar: Aplicar todo el apoyo vital avanzado al paciente.
- Monitoreo: Cuidados post paro.



2 RCP

° DEFINICIÓN

La reanimación cardiopulmonar, o reanimación cardiorrespiratoria, abreviada como RCP, es un conjunto de maniobras temporales y normalizadas, destinadas a asegurar la oxigenación de los órganos vitales



° CLASIFICACIÓN

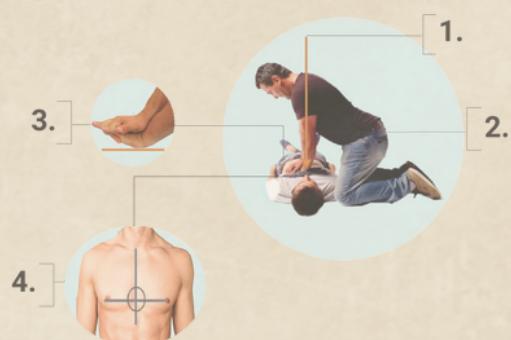
Las maniobras de RCP son de dos tipos: básicas y avanzadas.

° PASOS PARA PRESTAR AYUDA DE PRIMEROS AUXILIOS

1. Verifique si hay respuesta de la persona
2. Llame al 911 o al número local de emergencias si no hay respuesta
3. Coloque a la persona cuidadosamente boca arriba
4. Realice compresiones torácicas
5. Abra la vía respiratoria.
6. Observe, escuche y sienta si hay respiración y espere a los paramédicos.



° MATERIALES



3 HERIDAS Y HEMORRAGIAS

° DEFINICIÓN

Una herida es una pérdida de continuidad de los tejidos blandos. Estos pueden ser piel, músculo, órganos blandos, tejido subcutáneo, entre otros. Una hemorragia es la salida de sangre fuera de sus espacios naturales.



° CLASIFICACIÓN

- Arterial: sangre roja que sale a presión, a "borbotones".
- Venosa: algo más oscura, sale de forma continua.
- Capilar: sangre roja, sale "en sábana"



CAPILAR



VENOSA



ARTERIAL

° PASOS PARA PRESTAR AYUDA DE PRIMEROS AUXILIOS

1. Lávese las manos con jabón o un limpiador antibacteriano para prevenir una infección.
2. Luego, lave completamente la herida con agua y un jabón suave.
3. Use presión directa para detener el sangrado.
4. Aplique un ungüento antibacteriano y un vendaje limpio que no se pegue a la herida.



° MATERIALES



4 ATRAGANTAMIENTO

° DEFINICIÓN

El atragantamiento ocurre cuando un objeto se aloja en la garganta o la tráquea y bloquea el flujo de aire. En los adultos, un trozo de comida suele ser el culpable. Los niños pequeños a menudo se atragantan con objetos pequeños. El atragantamiento pone en riesgo la vida.



° CLASIFICACION

- Atragantamiento parcial: las vías no están totalmente obstruidas porque la persona podrá toser y se escuchará su respiración forzada. Pueden volverse atragantamientos totales.
- Atragantamiento total: el cuerpo extraño no permitirá la entrada ni salida del aire.

° PASOS PARA PRESTAR AYUDA DE PRIMEROS

AUXILIOS

Ejerza presiones rápidas, hacia arriba y hacia adentro sobre el abdomen (maniobra de Heimlich) hasta expulsar la comida o el cuerpo extraño atascado. Reaccione si una persona da muestras de no poder hablar, respirar o toser. indica que sí, párese por detrás y rodeecon los brazos la cintura de la persona atragantada.



° MATERIALES



5 LESIONES MUSCOLOESQUELETICAS

° DEFINICIÓN

Las lesiones musculoesqueléticas incluyen fracturas de los huesos o dislocaciones de las articulaciones, esguinces, distensiones, desgarros de ligamentos, laceraciones de tendones. “Fractura” es otra manera de decir “hueso roto”.



° CLASIFICACION

Incluyen fracturas de los huesos o dislocaciones de las articulaciones, esguinces, distensiones, desgarros de ligamentos, laceraciones de tendones. “Fractura” es otra manera de decir “hueso roto”.



° PASOS PARA PRESTAR AYUDA DE PRIMEROS AUXILIOS

1. El RICE, tratamiento para las lesiones músculo-esqueléticas:
2. Reposo: La persona lesionada debe reposar durante 24 a 48 horas.
3. Hielo: El frío disminuye el dolor y propicia la vasoconstricción local, controlando de este modo la hemorragia y el edema.
4. Compresión: El propósito de la compresión es reducir mecánicamente la cantidad de espacio disponible para la hinchazón aplicando presión en el área lesionada. El mejor modo de aplicar presión consiste en utilizar venda elástica.
5. Elevación: La parte lesionada, en particular las extremidades, deben ser elevadas para eliminar los efectos de la acumulación de sangre.



° MATERIALES



6 QUEMADURAS

° DEFINICIÓN

Las quemaduras son daños al tejido causados por calor, sustancias químicas, electricidad, luz del sol o radiación nuclear. Las quemaduras más frecuentes son aquellas causadas por líquido o vapor caliente, incendios de edificios, y líquidos y gases inflamables.



° CLASIFICACION

- Las quemaduras de primer grado afectan solo la capa externa de la piel. Causan dolor, enrojecimiento e hinchazón.
- Las quemaduras de segundo grado afectan ambas, la capa externa y la capa subyacente de la piel. ...
- Las quemaduras de tercer grado afectan las capas profundas de la piel.

° PASOS PARA PRESTAR AYUDA DE PRIMEROS AUXILIOS

1. Deje correr agua fría sobre la zona de la quemadura o sumerja la zona en agua fría (no helada). ...
2. Calme y reconforte a la persona.
3. Luego de lavar o remojar la quemadura en agua, cúbrala con un vendaje estéril y seco o con un apósito limpio.
4. Proteja la quemadura de presiones o fricciones



° MATERIALES



7 TEMPERATURAS EXTREMAS

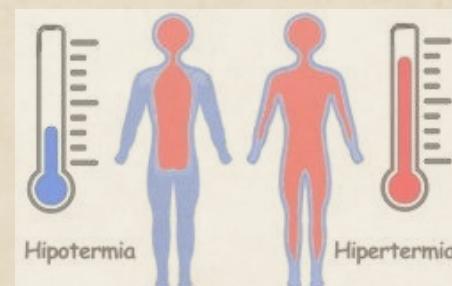
° DEFINICIÓN

Los estudios han demostrado que cuando la temperatura ambiente llega a 35° C, y está acompañada de altos niveles de humedad, puede poner en riesgo a la salud. Si alcanza los 40° C puede ser peligroso incluso con niveles bajos de humedad.



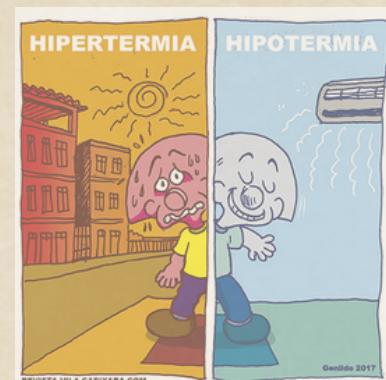
° CLASIFICACIÓN

- HIPERTERMIA. Se considera hipertermia a todo aumento de la temperatura corporal que supera los 38°C.
- HIPOTERMIA. Se considera hipotermia cuando la temperatura corporal desciende por debajo de los 35°C.



° PASOS PARA PRESTAR AYUDA DE PRIMEROS AUXILIOS

1. Actúa con cuidado
2. Aleja a la persona del frío
3. Quitale la ropa mojada
4. Cubre a la persona con mantas
5. Aísla el cuerpo de la persona del suelo frío
6. Controla su respiración
7. Dale bebidas tibias
8. Utiliza compresas secas y cálidas



° MATERIALES



8 MEDIDAS DE PREVENCION

° HERIDAS Y HEMORRAGIAS

HERIDAS

Son lesiones sufridas a nivel de la piel y mucosas, producidas por un agente agresor que vence la resistencia del área implicada hasta llegar a romperla, lesionando además tejidos adyacentes como vasos sanguíneos, nervios, músculos, entre otros.

Abrasiones (erosiones-raspaduras)

Son producidas por roce o fricción al frotar la piel con una superficie áspera.

Primeros auxilios

- Lavar zona circundante con agua corriente y jabón desinfectante.
- Colocar agua oxigenada para que sirva de arrastre y antiséptico.
- Eliminar todo cuerpo extraño.
- Limpiar y secar con gasa.
- Pincelar con antiséptico los bordes.
- Cohibir la hemorragia (apósito por 5-10min).
- Si es muy superficial o pequeña, dejar descubierta.
- Cubrir, fijar.
- Trasladar a un centro asistencial si quedan partículas extrañas, o si es extensa.

Heridas cortantes

Son producidas con elementos con filo (cuchillos, vidrios, etc.)

Primeros auxilios

- Detener hemorragia (presión).
- Lavar la zona circundante.
- Limpiar la herida.
- Pincelar con antiséptico los bordes.
- Retirar cuerpos extraños si no están incrustados.
- Cubrir, fijar.
- Vendaje (semi compresivo).

Hospital Privado Universitario de Córdoba

Si la hemorragia no se detiene, llamar al servicio de emergencias ó trasladar al Centro Asistencial más cercano.

° ATRAGANTAMIENTOS

Sí respira
(la tos o los balbuceos son señales de que respira)

No dar golpes, ni introducir nada a la boca

No respira
Muestra que se está ahogando

Si ves el objeto extráelo

CONSCIENTE
5 golpes en la parte superior de la espalda (escápula)
Si no funciona
5 compresiones abdominales
Si no funciona

INCONSCIENTE
Llama al 911 y da RCP
Si no funciona
5 compresiones
Alternar 5 golpes

° LESIONES MUSCULOESQUELETICAS

EJERCICIOS DE FORTALECIMIENTO MUSCULAR



Sale arriba y abajo con los brazos y piernas abiertas.



Apeyando en la pared, contraiga los músculos abdominales y glúteos, e intenta deslizar lentamente la espalda hacia abajo.



Separé bien los pies, mire al frente y flexione la pierna derecha, hasta tocar el pie derecho con la mano izquierda. Despues, hágalo a la inversa.



Apoya las manos, estira los brazos y con la espalda recta sube y baja el cuerpo.



Apóyese en la punta del pie, con la mano en la pared e intento flexionar el Abdito aliviando las dos piernas.



° QUEMADURAS



° TEMPERATURAS EXTREMAS

AUTOPROTECCIÓN: Altas temperaturas

<p>Evita ir expuesto al sol, perséguir el mejor tiempo posible y revisar los resanías.</p>	<p>Comer comidas ligeras y regulares, alternando frutas de agua y saladas, ensaladas, frutas, hidratantes, hidratantes... Así respeta los roles previstos por el cuerpo.</p>	<p>Usar ropa adecuada y colorida clara, para proteger la mayor parte del cuerpo, especialmente la cabeza.</p>
<p>No hacer ejercicio bajo en las horas centrales del día.</p>	<p>Intervenir por los preciosos resanías y solventes prioritarios, que liberan calor a alturas.</p>	<p>Nunca dejar a niños ni personas mayores en el interior de un vehículo.</p>

