

se cura este esguince pensando que con ello se resuelve la lesión, para más tarde aparecer el dolor del astrágalo que puede durar meses.

### FRACTURAS MAS CORRIENTES EN LOS DEPORTISTAS

Las fracturas más frecuentes en el fútbol son las de la pierna y las de clavícula, y el resultado de la curación de las mismas dependen grandemente de los primeros auxilios prestados y de la forma eficaz observada en la recogida y traslado del lesionado.

### LAS FRACTURAS DE LA CLAVICULA

Tienen su mayor porcentaje en los porteros por caída de lado, y también, más casualmente por choque con un adversario al ser atacado, no son fracturas graves y no requieren otro tratamiento que un vendaje de hombros hacia atrás, para evitar dolores al fracturado tanto en su traslado como durante su curación. Dos vendajes circulares a modo de 8 pasados por entre los brazos y apoyados sobre los hombros, unidos después entre sí, para atrás, lo más cerca posible, es lo que debe hacerse.

Antes de pasar a las fracturas más importantes de muñeca y pierna nos detendremos sólo unas líneas sobre la posibilidad de las fracturas de los huesos propios de la nariz, las que se caracterizan por una hemorragia copiosa y una desviación nasal. Son lesiones importantes que resultan muy aparatosas, después de un taponamiento, el herido no puede continuar jugando y debe pasarse al especialista.

### FRACTURAS EN LAS MUÑECAS

Los futbolistas pueden sufrir fracturas de los huesos de la misma: carpo, metacarpo o dedos. Estas últimas, por lo regular, las sufren los porteros. En los demás jugadores, lo más frecuente es la fractura de la parte inferior del radio, que se fractura al caer de palmas en el suelo. Es una fractura con desviación, que debe ser reducida y enyesada por el médico antes de las 24 horas. Se caracteriza por un dolor agudo a la --

presión sobre el extremo inferior del radio por arriba de la articulación y la deformidad característica que presenta.

### LAS FRACTURAS DE LAS PIERNAS

Desgraciadamente son relativamente frecuentes en el fútbol. Son fracturas que requieren la máxima atención desde el primer momento, evitando maniobras extemporáneas en el momento de recoger, examinar y trasladar al fracturado para evitar que la fractura cerrada se convierta en abierta. con exploraciones intempestivas e ignorantes pueden producirse también roturas de arterias, que agravan la lesión.-

En cuanto al tratamiento de fracturas solamente interesa la recogida y traslado del herido. U ño debe efectuarse uaa tracción del miembro fracturado y solo procurar una inmovilización lo antes posible, mediante el entablillado o con férulas y luego llevarlo al médico.

### LAS FRACTURAS DEL PERONE

Se distinguen por un dolor como el que se siente al recibir un golpe, se nota un dolor intenso al apoyar el pie en el suelo y un dolor vivísimo y localizado en el punto de la fractura al más pequeño tacto que sobre la misma se produzca. Es una fractura sin desviación, puesto que la tibia aguanta al peroné fracturado y debe inmovilizarse Tomar radiografías y llevar al médico.-

### 8.- VENDAJES:

#### Definición:

Vendajes es todo elemento de tela blanda o similar que se fija a una zona lesionada del cuerpo con una de las siguientes finalidades mecánicas:

- a) Proteger - sostener
- b) Comprimir
- c) Inmovilizar

Los vendajes en la administración de los primeros auxilios desempeñan una función importante y primordial, pues es por ellos que se logra - inmovilizar fracturas, sostener apósitos, e improvisar camillas para transportar pacientes lesionados.

El término vendaje sugiere el uso de una venda o tira de tela, pero - dentro de este concepto, hay que incluir también lienzos o trozos de - telas grandes sin ser vendas cumplen fines similares.

El vendaje es un recurso terapéutico, una forma de terapia mecánica - de vasto uso, no se le puede menospreciar aunque muchas veces su función es poco relevante, en otras ocasiones fundamental.

#### Clasificación:

Hay dos clasificaciones de interés práctico, pero la primera es la más importante.

- 1.- Clasificación funcional ( según la finalidad mecánica ).
- 2.- Clasificación del material de vendaje ( según su tipo ).

1. clasificación Funcional: Según la finalidad mecánica los vendajes - Son:

1.1. Vendajes protectores: sirven para fijar un apósito sobre una lesión cualquiera, cuando no conviene fijarle con esparadrapo. Su finalidad es aislar y ocultar,

Por lo general estos vendajes requieren poca venda, pues su función es la más limitada que se les puede asignar.

1.2 Vendajes compresivos: Es la aplicación más noble y útil de los vendajes: puede resultar fundamental para el tratamiento de hemorragias capilares no cavitarias, además de extremidades, prevención de hematomas etc. Por su característica, los vendajes compresivos requieren mayor cantidad de venda o lienzo de tela.

1.3 Vendajes inmovilizadores: Se usa para poner en reposo una zona -- lesionada o enferma para limitar los movimientos. El vendaje inmo

inmovilizador correctamente aplicado debe inmovilizar por lo menos dos articulaciones más cercanas proximal y distal a la zona enferma. Está indicado en desgarró musculares, esguinces, fracturas, etc. En general el vendaje inmovilizador requiere más material y mayor experiencia del operador, - debido a su compleja finalidad.

1.4 Vendajes mixtos: Son los que reúnen dos o tres de las finalidades - mecánicas.

2. Clasificación del material de vendaje: Los materiales que se utilizan para efectuar los vendajes pueden dividirse, de manera muy general - como sigue:

1. Vendas de gasa de diferentes tamaños ( ancho )

2. Vendas elásticas

3. Vendas circulares elásticas ( rodilleras-vendas )

4.- Ventas de cuatro cabos

5. Lienzo o pañuelo triangulares utilizados en Primeros Auxilios.

Al efectuar un vendaje primero hay que establecer claramente su finalidad. Solo así el operador podrá determinar el material necesario, su cantidad, la fuerza por aplicar, la extensión para abarcar. Los accesorios indispensables, el tiempo de permanencia etc.

La aplicación de vendajes en primeros auxilios generalmente lo hacemos - utilizando los lienzos o pañuelos triangulares.

Descripción del pañuelo triangular o charpa:

Se hace de tela de manta o cualquier tela suave con la siguiente medida de lado:

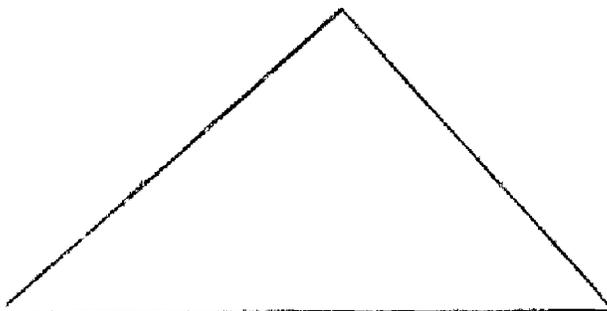
a) 1 metro de lado

b) 1.10 metro de lado

c) 1.20 metro de lado

d) 0.60 metros de lado

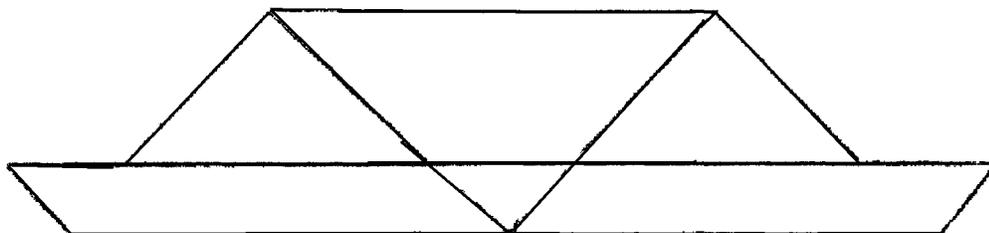
Ejemplo:



En el pañuelo triangular reconocemos la parte más larga como base y la unión de los dos lados como vértice.

Se usa de dos maneras: a) pañuelo y b) en corbata. La corbata se hace de la siguiente manera:

1. Pañuelo extendido tomar el vértice y llevar hacia la base a unos 4 dedos.
2. Doblar la base sobre el vértice unos 4 dedos de ancho.
3. Hacer luego varios dobles ( según se desee ) de lo menos largo a lo más largo.



Estos son algunos de los vendajes que existen y otros más de vital importancia para conocerlos y saberlos aplicar.

1. Vendaje de la cabeza
2. Vendaje de la mano.
3. Vendaje de pie.
4. Aplicación de vendajes de pecho ( o espalda ).
5. Vendaje de pecho o espalda terminado.
6. Aplicación de vendaje de hombro.
7. Vendaje terminado de cadera.
8. Cabestrillo hecho con venda triangular.
9. Cabestrillo improvisado
- 10 Venda (abierta) en la cara
- 11 Dobleces de venda triangular "en corbata"
- 12 Vendaje de cabeza u oreja
- 13 Vendaje de antebrazo.
- 14 Vendaje de brazo, pierna y muslo.
- 15 Vendaje de oreja o mejilla.
- 16 Aplicación de vendaje al codo ( o rodilla ).
- 17 Rodilla vendada
- 18 Aplicación de vendaje a palma de la mano.
- 19 Vendaje de presión para palma de la mano.
- 20 Vendaje para torcedura de tobillo
- 21 Vendaje de espiral para dedo.
- 22 Vendaje para base de dedo.
- 23 Vendaje para extremo de dedo.
- 24 Vendaje espiral con vuelta para miembros.
- 25 Vendaje en para mano y muñeca.
- 26 Vendaje en ocho para tobillo.
- 27 Vendaje en ocho para cuello y axila

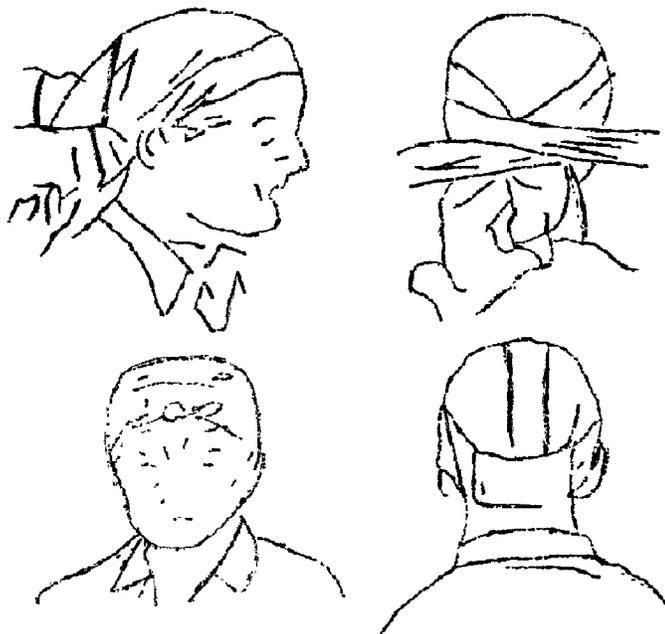
1. Vendaje para el cuero cabelludo :

También se llama capelina, se usa para sostener apósitos. Se usa un pañuelo triangular abierto.

1. Se toma el pañuelo extendido y se dobla la base hacia el resto del - pañuelo, unos 4 dedos de ancho.

- 2.1 Se coloca el pañuelo cubriendo la cabeza del lesionado, con el doblés hacia afuera.
3. Se trae el borde de la base pasando sobre las orejas (sin prensarlas) hacia atrás de la cabeza del paciente.
4. Se cruzan los extremos del pañuelo rodeando la cabeza y se traen las puntas hacia la frente.

#### VENDAJE TRIANGULAR PARA LA CABEZA



5. Se hace un nudo cuadrado sobre la frente y se esconden las puntas.
6. El vértice que había quedado hacia atrás de la cabeza del lesionado, se trata de esconder también. Este vendaje nunca se usa para fracturas.

2. Vendaje para fractura del maxilar inferior:

Se usa también para cualquier lesión en la mandíbula y se hace con un pañuelo en forma de corbata.

1. Se hace el pañuelo en forma de corbata
2. Se coloca la corbata debajo de la mandíbula ( más o menos a la mitad ).
3. Se suben los extremos hacia la parte superior de la cabeza.
4. Se amarran las puntas con el nudo cuadrado y se esconden las puntas. - Ver dibujo en siguiente página.

3. Vendaje fronto - Maxilar

Se usa para heridas en la frente y mandíbula. Se usa un pañuelo en forma de corbata.

1. Se hace la charpa en forma de corbata.
2. Se coloca la corbata más o menos a la mitad, de una de las mitades - debajo de la mandíbula.
3. Se sube el extremo largo rodeando la cara del lesionado, tapando una oreja, pasa sobre la cabeza y se junta este extremo con el otro a nivel de la otra oreja.
4. Se cruzan los extremos a este nivel de la oreja y se pasa la punta - más larga sobre la frente de y de la otra por detrás de la cabeza del lesionado.
5. Se juntan las puntas a nivel de la oreja tapada y se hace el nudo cuadrado.

4. Vendaje de un ojo.

Se hace cuando se tiene lesionado un ojo por un golpe, astilla, punzada con algo. Se usa dos pañuelos triangulares en corbata.

1. Se hacen las corbatas ( los dos pañuelos ).
2. Se coloca la corbata más o menos a la mitad, sobre la cabeza dejando caer un extremo hacia la espalda y el otro pasa tapando el ojo bueno. ( Debe ser diagonal hacia el ojo bueno ).
3. Se coloca un apósito en el ojo lesionado y sobre éste se coloca la otra corbata rodeando los dos ojos, dándole vuelta a la cabeza. Se traen las puntas hacia adelante, se hace el nudo cuadrado sobre el ojo bueno.

#### VENDAJE PARA LA FRACTURA DEL MAXILAR INFERIOR



VENDAJE DE CORBATA PARA LA FRENTE



4. Las puntas de la corbata que se colocó sobre el ojo bueno se suben - y se amarran sobre la cabeza ( un poco atrás ) haciendo el nudo cuadrado. Esto se hace con el fin de dejar descubierto el ojo bueno de la persona lesionada.

5. Vendajes de los dos ojos:

Se hace cuando los dos ojos están lesionados. Se usa un pañuelo en - corbata.

1. Se hace la corbata

2. Se colocan los respectivos apósitos en los ojos

3. Se toma la corbata por el centro y se coloca sobre los ojos, se llevan los extremos hacia atrás de la cabeza.

4. Se cruzan las puntas y se vuelven a traer hacia adelante y

5. Se amarran haciendo el nudo cuadrado a un lado ( izquierdo o derecho ).

NOTA: Con este vendaje la persona lesionada no puede caminar sola, - hay que ayudarla.

6. Vendaje para lesiones en la cara:

Se usa un pañuelo triangular abierto.

1. Se toma el pañuelo y se le hace un nudo en el vértice.

2. Se coloca el nudo sobre la cabeza y se pasa la parte extendida del - pañuelo por la cara del lesionado, quedando la base del pañuelo más o menos a nivel de los hombros.

3. Se toma los extremos de la base y se llevan hacia atrás y se cruzan en la nuca.

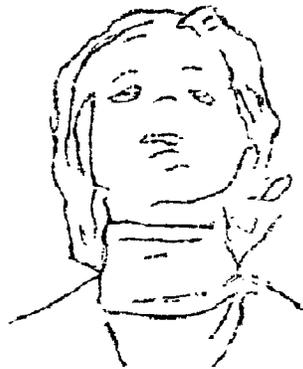
4. Se traen las puntas hacia adelante y se hace el nudo cuadrado encima de la base inmediatamente debajo de la barbilla, la cara del lesionado queda completamente tapada, por lo que se hará orificio en los -- ojos, nariz y boca.

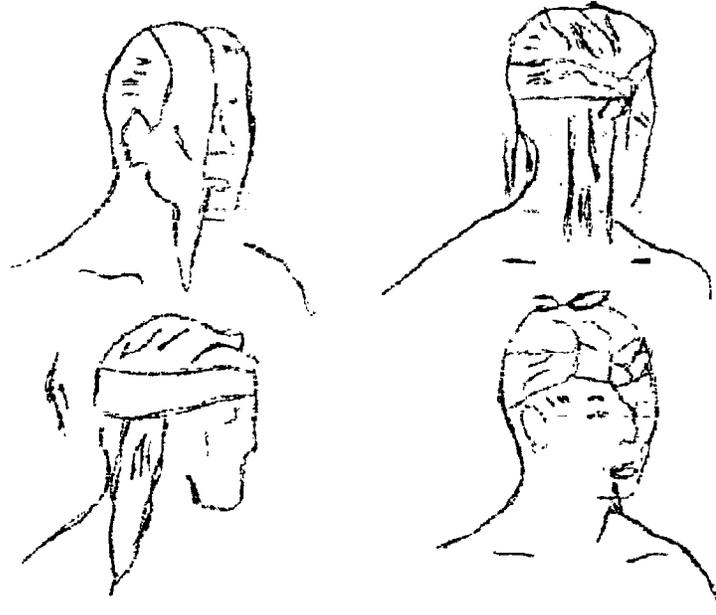
7. Vendaje para heridas en el cuello:

Se usa un pañuelo en corbata.

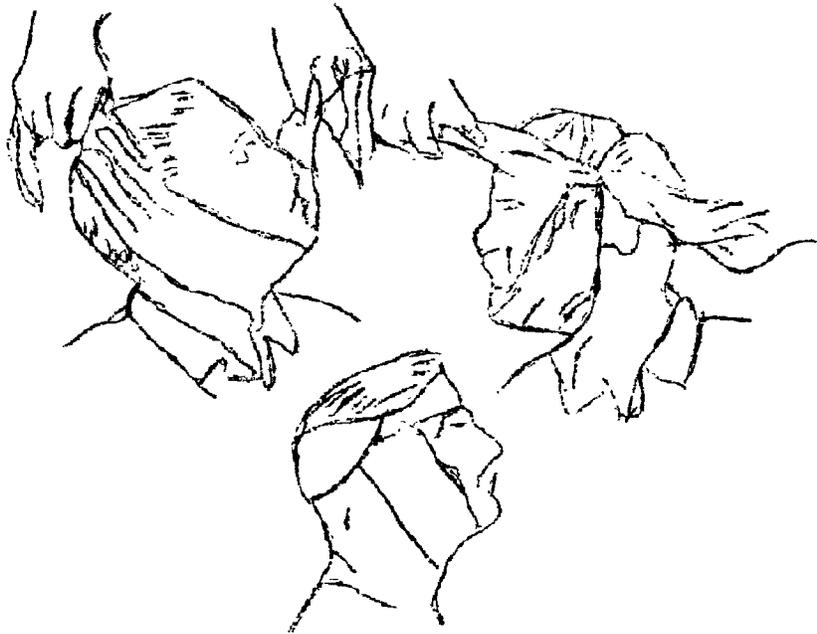
1. Se hace la corbata
2. Se toma la corbata más o menos al centro y se coloca alrededor del -  
cuello, llevando los extremos hacia atrás.
3. Se cruzan los extremos volviendo hacia adelante donde se cruzan nuevamente y se termina en la nuca haciendo el nudo cuadrado.

VENDAJE PARA LA CARA Y LA CABEZA





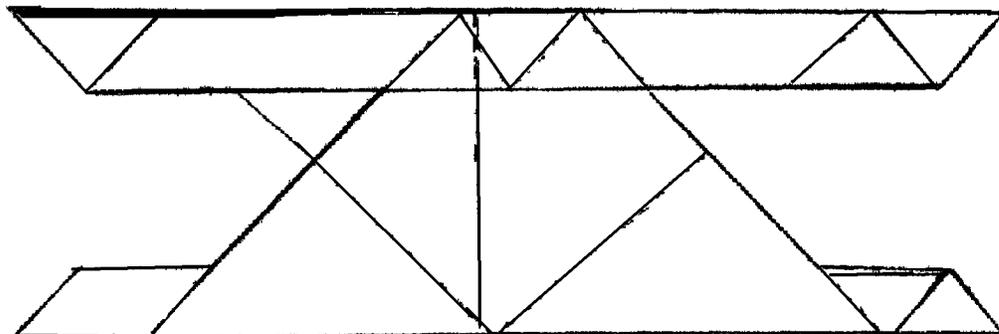
VENDAJE DE CORBATA PARA EL OJO  
VENDAJE DE CORBATA PARA LA CABEZA O EL OIDO



VENDAJE DE CORBATA PARA LA MEJILLA O EL OIDO

8.- Vendaje para heridas en el hombro:

Se usan dos pañuelos triangulares.



1. Se extienden los dos pañuelos en una superficie, uniéndolos por el - - vértice uno sobre el otro. Luego se comienza a hacer la corbata por la base del pañuelo que queda debajo, hasta que los vértices queden -- en los dobles de la corbata ( ver dibujo ).
2. Se coloca la corbata ( por el centro ) sobre el hombro lesionado. El - resto del pañuelo extendido queda cubriendo el hombro y brazo.
3. Las puntas de la corbata se amarran en la axila del brazo opuesto -- - ( fuera de la axila hacia la espalda ).
4. Se hace un doblés hacia afuera en el pañuelo que está extendido cubriendo el brazo lesionado.
5. Se cruzan las puntas debajo del mismo brazo apretando sin ocasionar - molestias al paciente. Se traen las puntas por encima del brazo y se amarran con el nudo cuadrado, ( formando una especie de manga improvi- sada ).

9. Vendaje para heridas en la axila:

Se usa dos pañuelos en corbata.

1. Se hacen las dos corbatas. Una corbata se dobla más o menos en cuatro

partes para que forme un cojín.

2. Se coloca la corbata en forma de cojín debajo de la axila ( sobre el - apósito ), a lo largo.
3. Se coloca la otra corbata ( por el centro ) debajo de la axila o sea sosteniendo el cojín ( quedan formando una cruz ). Se traen las puntas sobre el hombro donde se cruzan en 8.
4. Se traen las puntas y se amarran con el nudo cuadrado en la axila -- opuesta.

10. Vendaje para fracturas de clavícula:

a) Vendaje con un pañuelo triangular en forma de corbata:

1. Se hace la corbata
2. Se coloca la corbata más o menos una cuarta parte sobre el hombro donde está la fractura de clavícula, quedando la punta más corta hacia - la espalda y el extremo más largo hacia adelante.
3. El extremo que está hacia adelante se pasa por debajo de la axila del mismo brazo lesionado, quedando la punta hacia atrás.
4. Este extremo largo se trae hacia el hombro opuesto ( brazo bueno ) - pasando por la espalda debajo de la punta de la corbata.
5. Este extremo que está sobre el hombro del brazo bueno, con la punta hacia adelante, se pasa por debajo de la axila del mismo brazo de -- adelante hacia atrás, quedando nuevamente la punta hacia la espalda, donde se junta con la otra punta y se amarran haciendo el nudo cuadrado.

Al hacer el nudo se trata de apretar para que los hombros de la persona lesionada queden hacia atrás.

b) Vendaje con tres pañuelos triangulares en forma de corbata:

1. Se hacen las corbatas
2. Se amarran una corbata alrededor de un hombro, haciendo el nudo cuadra-

do quedando hacia la espalda.

3. Repetir el punto número 2, con otra corbata en el otro hombro.
4. La tercera corbata se pasa por la espalda debajo de los nudos, tomando las dos corbatas que están colocadas alrededor de los hombros.
5. Con los extremos de la tercera corbata se hace un nudo hacia el centro de la espalda, con el fin de echar los dos hombros hacia atrás - e inmovilizar la (s) clavícula (s).

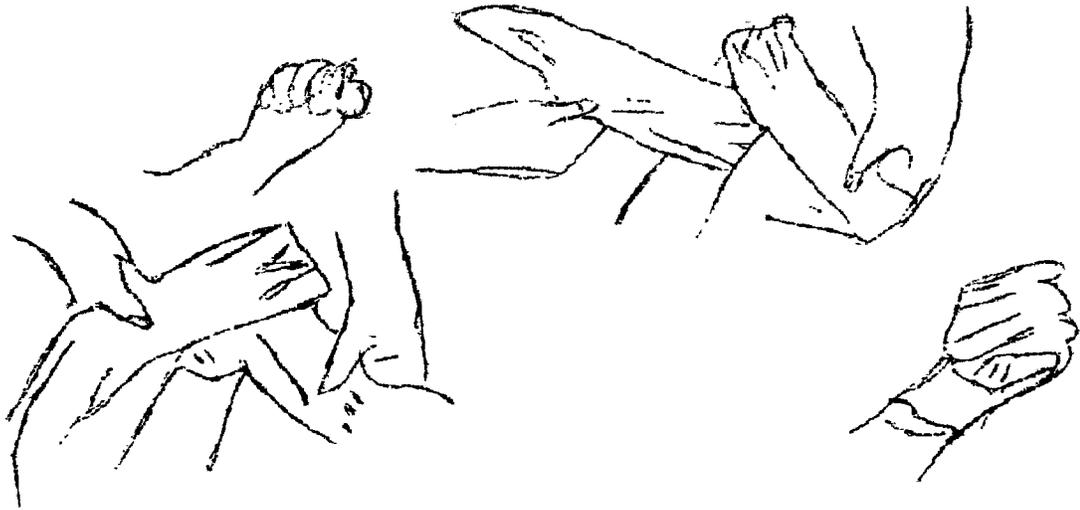
11. Vendaje compresivo para la palma de la mano:

Se usa para herida en la palma de la mano con hemorragia.

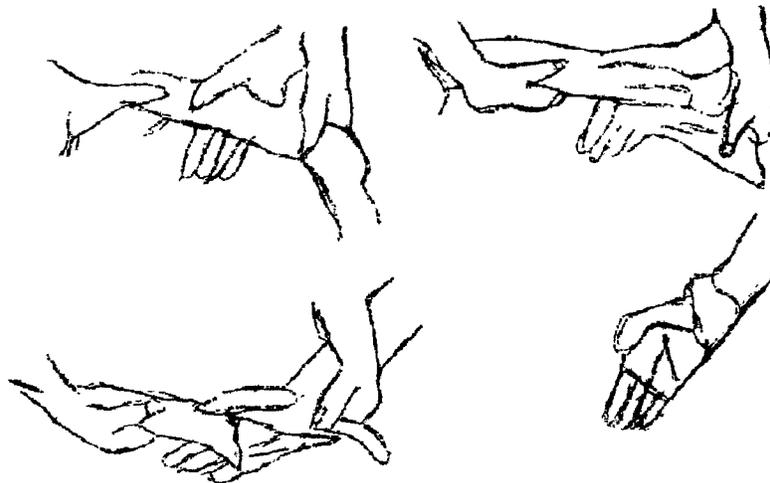
Se hace con dos pañuelos triangulares en forma de corbata:

1. Se hacen las dos corbatas. Una corbata nos servirá de cojín, formando un rollo ( se traen los extremos hacia el centro de la corbata y - luego se dobla nuevamente a la mitad para terminar haciendo un rollo).
2. Se coloca el rollo o cojín en la mano lesionada pidiéndole al paciente que agarre el rollo y aprete con los dedos.

VENDAJE DE PRESION PARA LA PALMA DE LA MANO



VENDAJE DE CORBATA PARA LA PALMA



3. La otra corbata se coloca por el centro de la muñeca quedando los - extremos hacia arriba.
4. Los extremos se cruzan en "8" y se traen hacia el puño de la mano. En el dorso de la mano se cruzan nuevamente los extremos en "8" (la punta que viene por encima pasa por debajo), y se llevan hacia la muñeca.
5. Aquí los extremos se cruzan dando tantas vueltas en la muñeca, como - nos den las puntas, donde terminamos con el nudo cuadrado.

12 Vendaje para sostener apósitos en la palma de la mano:

Se usa un pañuelo triangular en forma de corbata'

1. Se hace la corbata.
2. Se coloca la corbata por el centro en el dorso de la mano lesionada, quedando los extremos hacia arriba de la palma de la mano.
3. Se cruzan los extremos en la palma de la mano, dejando el dedo pulgar por fuera, y se llevan las puntas hacia la muñeca.
4. Estos extremos se cruzan en la muñeca dándole tantas vueltas como den las puntas para terminar en el nudo cuadrado.

13 Vendaje para heridas y quemaduras en el pecho:

Se usa un pañuelo triangular abierto.

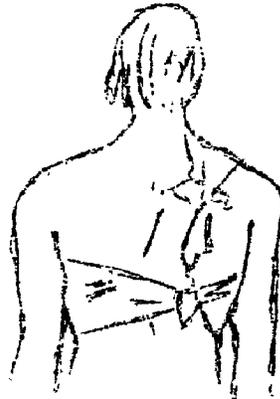
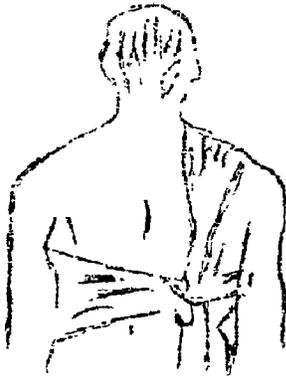
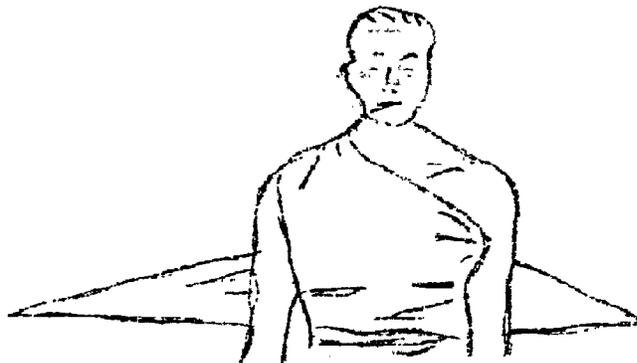
1. Se coloca el pañuelo sobre el pecho con el vértice hacia el hombro - del lado que se quiere cubrir más.
2. La base que queda más o menos a nivel de la cintura, se hace un dobléz de unos 4 cms. de ancho.
3. Las puntas se llevan hacia la espalda donde se hace un nudo del lado donde está el vértice, dejando uno de los extremos largo.
4. Este extremo largo se trae hacia arriba, para encontrarlos con el vértice, donde se hace un segundo nudo cuadrado.

14 Vendaje para heridas y quemaduras en pecho y espalda:

Se usa dos pañuelos triangulares en forma de mariposa.

1. Se hace la mariposa uniendo los dos pañuelos con nudo por el vértice.
2. Se coloca el nudo sobre cualquiera de los dos hombros, quedando los dos pañuelos abiertos, uno en el pecho y el otro sobre la espalda.

VENDAJE TRIANGULAR ABIERTO PARA EL PECHO O LA ESPALDA



3. El pañuelo que queda por la espalda se amarran hacia adelante, por la cintura.

que está colocado hacia adelante se amarra por la espalda.

Así quedan cubierto el pecho y espalda.

#### 15 Vendaje cabestrillo;

Se usa un pañuelo triangular abierto o en corbata.

Este vendaje sirve para mantener y colocar el brazo en diferentes posiciones, cuando necesitamos mantener el brazo con la mano puesta sobre el pecho o formando ángulo recto el brazo con el antebrazo.

##### a) Vendaje cabestrillo con pañuelo triangular abierto.

1. Se coloca el pañuelo con el vértice hacia afuera del codo del brazo lesionado, dando un extremo sobre el hombro del brazo opuesto al lesionado, y el otro extremo queda hacia las extremidades inferiores.
2. El extremo que quedó hacia abajo se trae hacia arriba pasando sobre el hombro del brazo lesionado.
3. Los dos extremos colocados sobre ambos hombros se amarran en el cuello (nuca) haciendo el nudo cuadrado.
4. El vértice que está a nivel del codo se le hace: a) un nudo para asegurarse que de protegido o abrigado el brazo b) se le hace un doble prensándolo con una gasil

##### b) Vendaje cabestrillo con pañuelo en forma de corbata:

1. Se hace la corbata
2. Se coloca la corbata por la mitad a nivel de la muñeca de la mano del miembro lesionado, se puede dar dos o más vueltas con la corbata en la muñeca.
3. Se traen los extremos de la corbata hacia arriba pasando alrededor del cuello, donde se amarran las puntas en nudo cuadrado (en la nuca).

#### 16 Vendaje para heridas en el brazo:

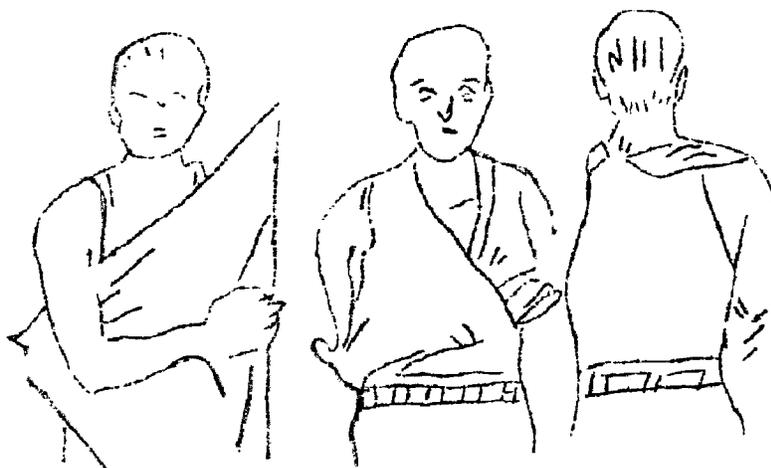
Se usa un pañuelo triangular en forma de corbata.

1. Se hace la corbata
2. Se coloca la corbata en forma inclinada sobre el brazo dejando un extremo corto sobre el hombro con la punta hacia la espalda.
3. El extremo largo que ésta hacia adentro del brazo, se le da vuelta - a nivel de codo de dentro hacia afuera dando tantas vueltas como de el extremo largo pasando la vuelta por la mitad de la anterior hacia arriba del brazo.

A: CABESTRILLO

B: PASO UNO

C: PASO TRES



4. La punta que está sobre el hombro, se trae y le da vuelta al brazo - de afuera hacia adentro hasta encontrarse con la otra punta.
5. Se amarran los extremos con el nudo cuadrado.

17 VENDAJE PARA HERIDAS EN EL CODO:

Se usa un pañuelo triangular en forma de corbata:

1. Se hace la corbata.
2. Se coloca la corbata inclinada tomando parte del brazo y antebrazo, dejando un extremo corto sobre el brazo con la punta hacia adentro.
3. El extremo largo se pasa más abajo del codo lesionado dando la vuelta de afuera hacia adentro, dando tantas vueltas pasando una sobre la mitad de la anterior y hacia arriba, como el extremo nos da y tratando de cubrir el codo.
4. El extremo que dejó sobre el brazo se trae y se pasa adentro hacia afuera del brazo, un poco más arriba del codo.
5. Los dos extremos se amarran sobre el codo con el nudo cuadrado.

18 VENDAJE PARA HERIDAS EN EL ANTEBRAZO:

Se usa un pañuelo triangular en forma de corbata.

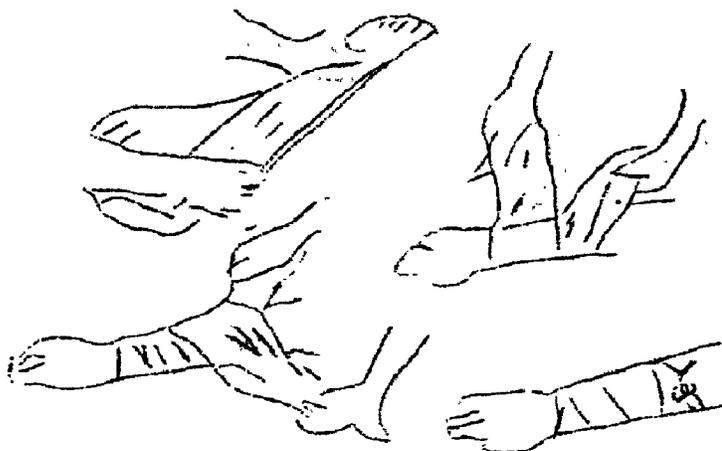
1. Se hace la corbata
2. Se coloca la corbata inclinada en el antebrazo, dejando un extremo corto sobre el codo con la punta hacia adentro.
3. El extremo largo se trae y se le da vuelta a nivel de la muñeca de afuera hacia adentro, dando la vueltas que sean necesarias, pasando una por la mitad de la anterior y hacia arriba tratando de cubrir el antebrazo.
4. El extremo que está sobre el codo se trae y se le da vuelta de adentro hacia afuera un poco más abajo del codo.
5. Los dos extremos se anudan con el nudo cuadrado.

19 VENDAJE PARA QUEMADURAS O MACHACAMIENTOS DE LA MANO:

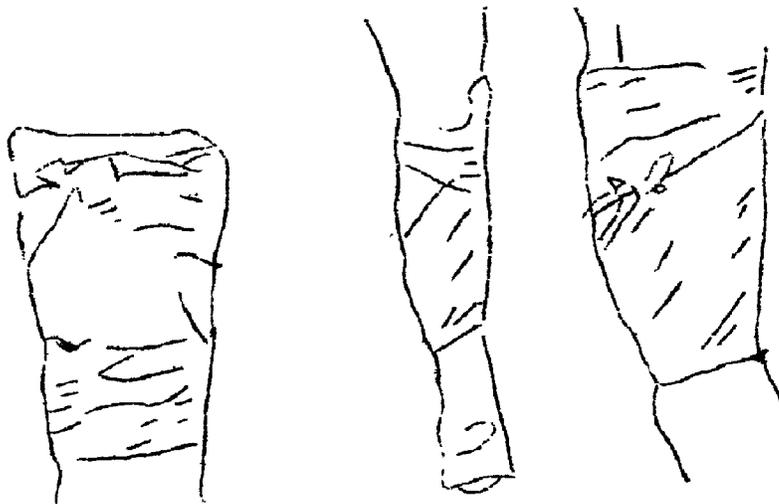
Se usa un pañuelo triangular abierto.

1. Se coloca el pañuelo extendido sobre una superficie, cualquiera que sea, (inclusive puede ser el suelo) y se adapta el tamaño del pañuelo al de la mano de la persona lesionada.
2. Se coloca la mano lesionada sobre el pañuelo dejando la punta de los dedos hacia el vértice del pañuelo. (indicar que debe juntar los dedos).

VENDAJE DE CORBATA PARA EL ANTEBRAZO



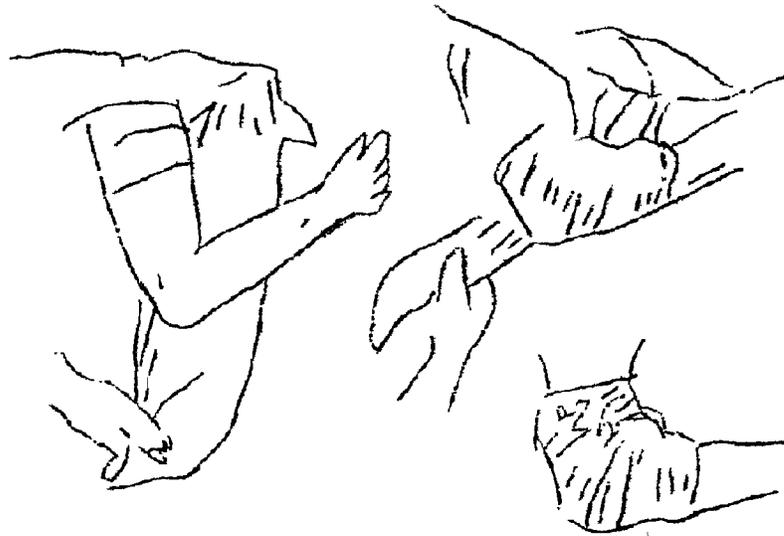
VENDAJE DE CORBATA



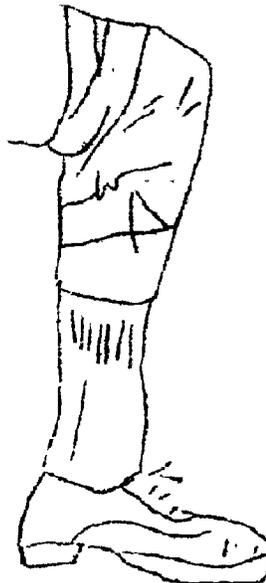
VENDAJE DE CORBATA PARA EL CUELLO.



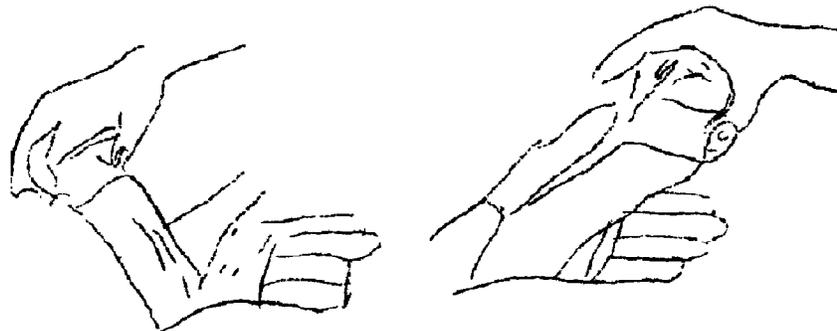
VENDAJE DE CORBATA PARA EL CODO



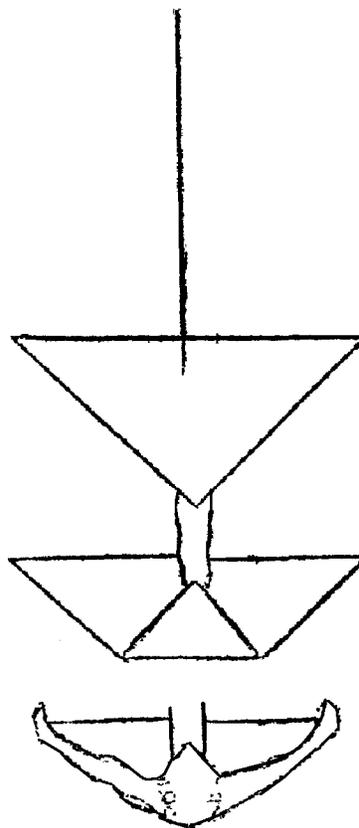
VENDAJE DE CORBATA PARA LA RODILLA



VENDAJE EN FIGURA DE OCHO PARA LA MANO Y LA MUÑECA



VENDAJE TRIANGULAR PARA LA MANO O PIE



VENDAJE TRIANGULAR ABIERTO DE LA MANO A.B.C. O DEL PIE: AA.BB. CC.

3. El vértice se trae hacia los dedos.
4. Se hace un doblés a cada lado de los dedos índice y pulgar y se traen los extremos hacia arriba de la muñeca de la mano.
5. Estos extremos se cruzan dándole vueltas a la muñeca tantas como sea necesario hasta dejar los extremos cortos.
6. Se hace el nudo cuadrado sobre la muñeca de la mano.

#### 20 VENDAJE PARA FRACTURA DE COSTILLAS

Se usa cuatro pañuelos triangulares en forma de corbata:

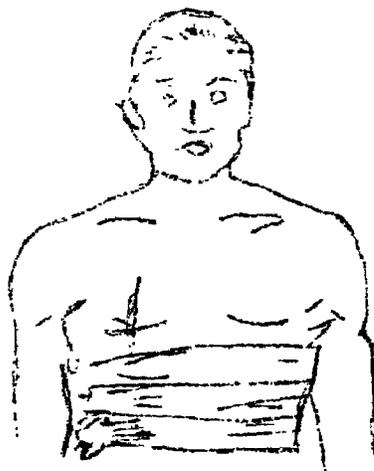
1. Se hacen las corbatas. Una sirve de almohadilla o cojín que se coloca al lado contrario de la fractura, sobre la cual se anudan las otras - corbatas, para que no maltraten los nudos.
2. La primera corbata se coloca sobre la costilla fracturada y se amarra sin apretar sobre el cojín.
3. La segunda corbata se coloca tomando la mitad de la primera corbata - hacia abajo se amarra sobre el cojín.
4. La tercera corbata se coloca tomando la mitad de la primera corbata - hacia arriba y se anuda sobre el cojín.
5. Enseñar al paciente a respirar profundo y contener la respiración -- cuando bota el aire. Una vez que aprende a efectuar el procedimiento le decimos que suba los brazos hacia la cabeza extendidos.
6. Le pedimos al paciente que respire y (inhalar y exhalar) aprovechando ese instante para apretar las corbatas, comenzando por el nudo de abajo hacia arriba.
7. Una vez de haber terminado de apretar los nudos, se le dice al paciente que baje los brazos, quedando inmovilizada la costilla fracturada.

#### 21 VENDAJE PARA HERIDAS EN LA CADERA:

Se usa dos pañuelos triangulares, uno en forma de corbata, el otro - abierto.

1. Los pañuelos se colocan abiertos en una superficie, unidos por el vértice uno sobre el otro hasta cierta distancia. Luego se comienza a -- hacer la corbata por el pañuelo que quede debajo, hasta que los vértices queden dentro del doblés, de la corbata que se hizo. Queda un pañuelo abierto.
2. Se coloca la corbata alrededor de la cintura de la persona quedando - el pañuelo abierto del lado de la cadera lesionada. Se amarra la corbata en nudo cuadrado.
3. En el pañuelo que quedó abierto se hace un doblés en la base y se cru<sup>z</sup>an las puntas de este pañuelo por debajo de la pierna lesionada y - se traen nuevamente.

#### FRACTURA DE LAS COSTILLAS



hacia afuera ( el pañuelo forma una especie de manga en la pierna )

4. Las puntas de tantas vueltas como sea necesario para luego terminar - haciendo el nudo cuadrado en la parte externa de la pierna.

#### 22 VENDAJES PARA SOSTENER APOSITOS EN EL MUSLO, RODILLAS Y PIERNA

Se usa un pañuelo en forma de corbata un poco ancha.

1. Se hace la corbata
2. Se coloca la corbata en forma inclinada sobre el muslo rodilla o piena, dejando este extremo más corto y hacia afuera.
3. Con el extremo largo se da la vuelta al muslo rodilla o piena, de - afuera hacia adentro, tantas vueltas como de el extremo.
4. Se hace el nudo cuadrado juntandos los dos extremos en la parte ex-terna.

#### 23 VENDAJE PARA EL PIE

Se usa un pañuelo triangular abierto.

1. Se coloca el pañuelo extendido, sobre una superficie cualquiera que - sea (inclusive puede ser el suelo), se adapta el pañuelo al tamaño del pie.
2. Se coloca el pie lesionado sobre el pañuelo dejando la punta de los - dedos hacia el vértice del pañuelo.
3. El vértice del pañuelo se trae hacia encima del pie.
4. Se hace un dobléz a cada lado de los dedos del pie y se traen los ex-tremos hacia arriba del tobillo.
5. Los extremos se cruzan dando tantas vueltas como sea necesario en el tobillo.
6. Por último se hace el nudo cuadrado hacia adelante del tobillo.

#### 24 VENDAJE DE ESTRIBO PARA EL TOBILLO

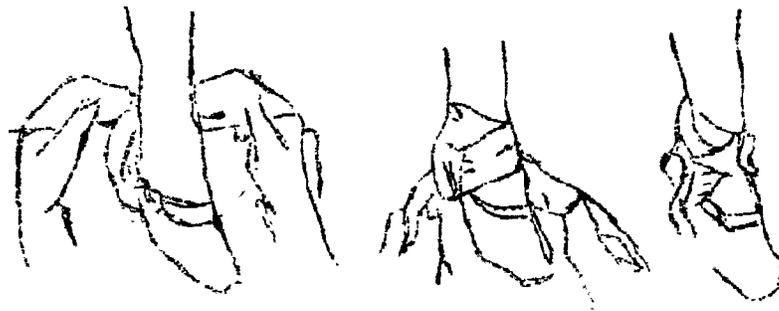
Este vendaje se hace para luxaciones, torceduras, inclusive para fractu

ras.

Se usa un pañuelo triangular en forma de corbata

1. Se hace la corbata
2. Se toma la corbata por la mitad y se pasa por debajo del tacón del -- zapato y se trae los extremos hacia arriba.
3. Estos extremos se pasan por detrás del tobillo donde se cruzan en 8 - quedando los extremos adelante del tobillo.

VENDAJE TEMPORAL PARA UN TOBILLO TORCIDO



4. Se cruzan nuevamente las puntas hacia adelante y el extremo que queda por la cara interna del pie, se pasa por debajo de la corbata que pasa por la cara externa del pie ( como una espuela ). Se hace igual con - el otro extremo del otro lado.
5. Se traen nuevamente los extremos hacia la garganta del pie y se anudan en nudo cuadrado.

#### VENDAJES CON VENDA DE GASA:

Las vendas de gasa vienen de diferentes tamaños ( ancho ) y estos vendajes se hacen de acuerdo al tamaño del apósito o lugar a vendar.

Los vendajes con vendas de gasa nos sirven para sostener únicamente apósitos y se hacen en varios sistemas.

- a. Circular
- b. Espiral abierto y cerrado
- c. en 8 ( ocho )
- d. Recurrente

#### A. VENDAJE CIRCULAR:

1. Se toma la venda de gasa con el dedo pulgar e índice.
2. Se coloca el extremo de la venda de gasa en el lugar a vendar, quedando el rollo hacia arriba.
3. Se fija la venda dándole tres vueltas ( o las necesarias ) en el mismo lugar, una sobre la otra, fijar el apósito.

#### B. VENDAJE ESPIRAL ABIERTO :

1. Se comienza igual que el vendaje anterior, fijando la venda con tres vueltas en el mismo lugar, quedando el rollo hacia arriba.
2. Se continua dando vueltas con la venda hacia arriba del lugar que está vendando en forma circular, dejando espacios abiertos, hasta fijar el apósito.
3. Al final se fija la venda con tela adhesiva ( o con un nudo ). Este -

vendaje se usa para vendajes de lesiones grandes.

C. VENDAJE EN ESPIRAL CERRADO:

1. Se comienza igual a los anteriores
2. Después de las tres primeras vueltas se continua dando vueltas hacia arriba, pasando una vuelta por la mitad de la anterior, quedando el espiral cerrado, hasta fijar el apósito.
3. Fijar el vendaje

D. VENDAJE EN 8 ( ocho )

Se hace para sostener apósitos en las articulaciones

1. Se comienza igual ( tres vueltas circulares )
2. Se trae la venda inclinada hacia abajo del codo ( o articulación a -- vendar ) y se da una vuelta circular, se lleva nuevamente la venda - hacia arriba formando un ocho y se da otra vez la vuelta circular.
3. Se repite nuevamente el procedimiento, hasta cubrir el apósito con - el vendaje en ocho.
4. Fijar el vendaje

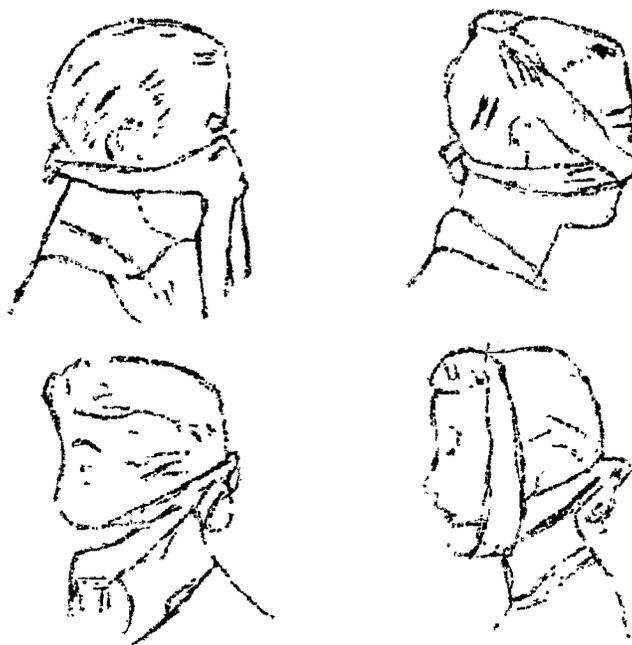
E. VENDAJE CON GASA DE CUATRO CABOS:

1. Se toma un cabo de venda ancha de unos 75 centímetros o de acuerdo a la persona.
2. Se cortan los extremos por la mitad a lo largo de afuera hacia adentro, dejando unos 10 centímetros sin cortar.
3. Se coloca en la barbilla o nariz, por la parte donde no está cortado y se llevan los extremos hacia arriba.
4. El extremo que queda abajo se lleva y se amarra en la parte superior de la cabeza.
5. El extremo superior se amarra en la parte de atrás de la cabeza.

NOTA:

1. El vendaje de cuatro cabos se utiliza en fracturas de la nariz y barbilla también para sostener apósitos.
2. El vendaje en 8 (ocho) se usa para manos, tobillo, axila, rodilla, -- codo.
3. El vendaje circular se usa en fracturas de costilla.

VENDAJE DE CUATRO PUNTAS PARA LA NARIZ  
(A.B.) Y EL MENTON ( C.D. )



9.- ENVENENAMIENTO E INTOXICACION CON SUSTANCIAS QUIMICAS Y DROGAS.O ALIMENTOS EN MAL ESTADO.

El envenenamiento por ingestión de diversas sustancias por accidente o con fines suicidas, es frecuente. La intoxicación accidental invariablemente depende de descuido , los niños son atraídos por capsulas, tabletas o líquidos de colores, y los ingerirán si se dejan a su alcance siempre se leera la etiquera de cualquier recipiente o botella antes de ingerir o administrar su contenido.

- Los farmacos toxicos deben ser separados de otros medicamentos y colocarlos fuera del alcance de los niños.
- Nunca se colocará alguna sustancia caustica o toxica en un frasco usado sin destruir la etiqueta antigua y colocar una nueva.
- Observar los alimentos enlatados ( fecha de expiración, golpes, forma, etc ).
- Detergentes, clorox, insecticidas , lejía caustica etc, colocarlos en sitios altos fuera del alcande de los niños.

IDENTIFICACION DEL AGENTE TOXICO

( Buscar la causa de la intoxicación )

- 1.- Estado físico ( solido, liquido, gaseoso )
- 2.- Olor
- 3.- Nombre comercial o forma y color ( Cápsula, tableta, - tamaño ).
- 4.- Uso ver si tiene etiquetas de veneno, calavera o advertencia de que es veneno.

## SINTOMAS Y SIGNOS ( Que siente y que se le ve al paciente )

Los síntomas y signos del envenenamiento por sustancias químicas y drogas dependen de la sustancia ingerida, los ácidos corrosivos fuertes ( Clorhídrico, sulfúrico y nítrico ), o los alcalis cáusticos ( Lejía y sosa cáustica ) causan quemaduras dolorosísimas de color obscuro en labios, lengua, y boca, al igual que dolor abdominal y síntomas graves generales inmediatamente. Por otra parte , los barbitúricos o alcaloides no tienen acción local sino acción general intensa después de su absorción y causan estupor y coma.

## MÉTODOS USADOS COMO PRIMEROS AUXILIOS

### - VENENO INHALADO

- 1.- Se lleva a la víctima inmediatamente a un sitio con aire fresco; se aflojan las ropas ajustadas.
- 2.- Percibir el olor a través de boca o nariz para ver que ingirió ( gasolina o gas )
- 3.- Si la respiración está deprimida iniciar respiración artificial.

### CONTAMINACION DE LA PIEL

- 1.- Se lava mecánicamente la piel en una tina o regadera
- 2.- Se dirige un chorro de agua sobre la piel mientras se quita la ropa.

- 3.- No se usan antidotos quimicos excepto atropina i.m. en insecticidas o plagicidas, todas las personas que - que fumigan o usar insecticidas deben lavarse y bañarse después del uso y usar mascarillas protectoras al fumigar.

#### VENENOS INYECTADOS ( Sobre dosificación de Medicamentos )

- 1.- Se acuesta al paciente
- 2.- Se aplica benadryl y esteroides ( Cortisona o decadrón) si es necesario.

#### ENVENENAMIENTO POR INGESTION

Precaución: No se deben usar sondas gastricas o éméticos ( sustancias que provocan el vomito ), en envenenamiento debido a agentes corrosivos porque pueden causar perforación gastrica.

#### A.- EMESIS ( Vómito )

Este es el método más rapido y más eficaz de evacuar el contenido gastrico si no se han ingerido corrosivos

1. - INDICACIONES: Para la eliminación de veneno en personas que cooperan y para la rapidez, ya que el vómito puede hacerse en casa durante los primeros minutos después del envenenamiento.

## 2.- CONTRAINDICACIONES

1.- Personas somnolientas o inconscientes o después de la ingestión de Kerosen ( gasolina, gas ), por el peligro de aspiración del contenido gástrico.

2.- Ingestión de venenos corrosivos o convulsionantes

## B.- ASPIRACION Y LAVADO GASTRICO

### 1.- INDICACIONES.

a.- Para eliminar los venenos depresores del sistema nervioso u otros cuando el vómito no ocurre ( Parálisis del centro del vómito )

b.- Para la administración conveniente de antidotos

### 2.- CONTRAINDICACIONES:

a) Corrosión de los tejidos por el veneno

b.- Pacientes inquietos, delirantes, estuporosos o comatosos.

c.- Kerosen u otros hidrocarburos y corrosivos

## ANTIDOTO UNIVERSAL ( En caso de desconocer el toxico )

Cuatro cucharadas de pan carbonizado en el fuego y pulverizado, una taza de té p café ( cargado ), azúcar, y dos cucharadas de leche de magnesia.- Administrar al intoxicado en su totalidad.

### INTOXICACION ALIMENTICIA.

Después de la ingestión de un alimento en mal estado ( mariscos, queso, latas, etc ), el paciente en el transcurso de las horas podrá presentar nauseas, vómitos, dolor abdominal, diarrea aveces con sangre, dolores musculares, erupciones en la piel e incluso de inicio fiebre y escalofrios.

### TRATAMIENTO.

Administrar un vomitivo o la provocación directa del vómito haciendo beber agua tibia con sal ( cuatro cucharadas por un litro de agua ), y luego trasladarlo al médico más cercano, lavado de estomago si es necesario.- Cuando se - ingiere latas o alimentos enlatados descartar botulismo. Alimentos de cocina descartar salmonelosis o shigelosis.

### INTOXICACION ALCOHOLICA.

El paciente presenta nausea, vómito, dolor de cabeza, baja temperatura en el cuerpo, y puede tener dolores abdominales

Tratamiento: Si esta conciente darle varias tazas de café fuerte.

- 2.- Lavado gastrico con 4 gramos de bicarbonato de sodio
- 3.- Referirlo al médico
- 4.- Mantenerlo caliente
- 5.- Soluciones indovenosas

## INTOXICACION POR SUSTANCIAS CORROSIVAS.

### - ACIDOS ( Ingestión )

- 1.- Nítrico: es amarillo se emplea en las joyerías
- 2.- Muriático: Es verde se emplea en la hojalatería
- 3.- Sulfúrico: Corrosivos, olor fuerte, quema al contacto
- 4.- Clorhídrico: corrosivo, olor fuerte, quema al contacto
- 5.- Volátiles: ( cloro, fluor, bromo o yodo )

SINTOMAS: Dolor y quemaduras de garganta, esofago y estomago, dificultad para tragar y respirar y hablar quemaduras en labios y lengua, salivación abundante, vómito a menudo con poca o mucha sangre sed puede existir paro respiratorio.

### TRATAMIENTO:

#### A.- Ingestión

- 1.- Mantener al paciente caliente
- 2.- No provocar vómito
- 3.- No hacer lavado gástrico
- 4.- No dar bicarbonato ( puede distender el estomago )
- 5.- Tratar de diluir el acido con cualquiera de estas sustancias:
  - a.- 7 onzas de leche
  - b.- Leche de magnesio ( 2-3 cucharadas )
  - c.- Agua de jabón
  - d.- Sacar revocue de una pared que tenga ca- y tomarsela en agua.
  - e.- Hospitalizarlo
  - f.- Descartar perforación de esofago y estomago.