

Qué hacer...

La gravedad de las fracturas

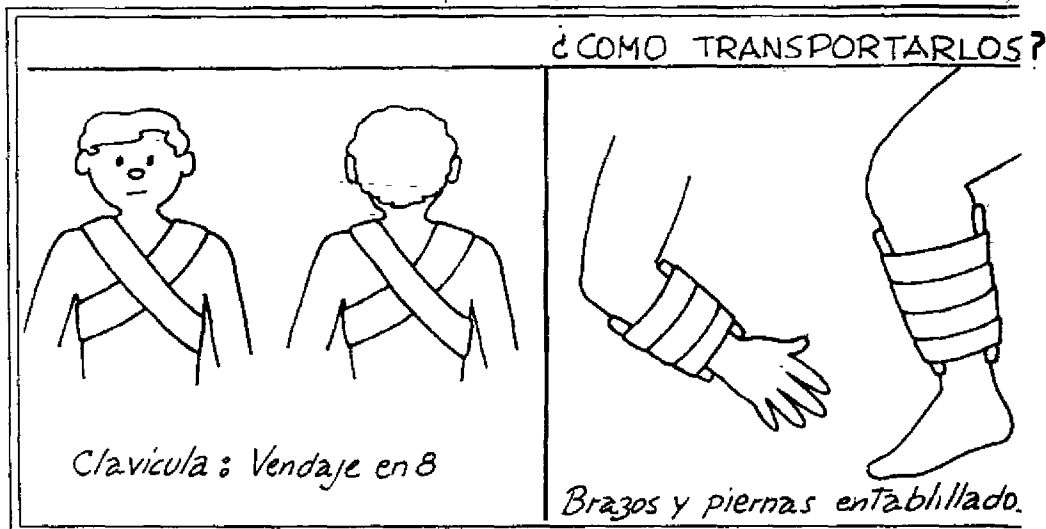
Está en relación con los órganos que afectan los huesos rotos:

-Brazos y piernas.- Pueden dañar nervios y vasos sanguíneos. No se siente la extremidad y se empalidece o amorfía.

-Costillas y pelvis.- Pueden dañar órganos internos, pleura, corazón, pulmones, hígado. La persona tiene dificultad respiratoria, mareos y pierde el conocimiento.

-Cabeza.- La fractura del cráneo, incluso los golpes que no producen fractura pueden dañar el cerebro. La persona tiene mareos, dificultad para hablar, presenta vómitos, visión borrosa y pierde el conocimiento. **ES GRAVE.**

-Columna vertebral.- (Cuello o espalda). Se daña la médula espinal. La persona no siente ni puede mover las extremidades, a veces siente hormigueo. **ES GRAVE.**



¿Qué hacer ante una fractura?

Cuando una persona se accidenta en lo primero que pensamos es en llevarla al centro de salud u hospital y procedemos a trasladarla sin darle, ese primer auxilio, que puede ser lo más importante para salvarle la vida.

En el caso de fracturas, el primer auxilio dependerá de la zona afectada en el acciden-

te. ¿Qué hacer? Aquí las medidas más importantes:

SI LA FRACTURA ES EN LA CABEZA, CUELLO Y ESPALDA
-INMOVILIZAR al paciente es la primera medida

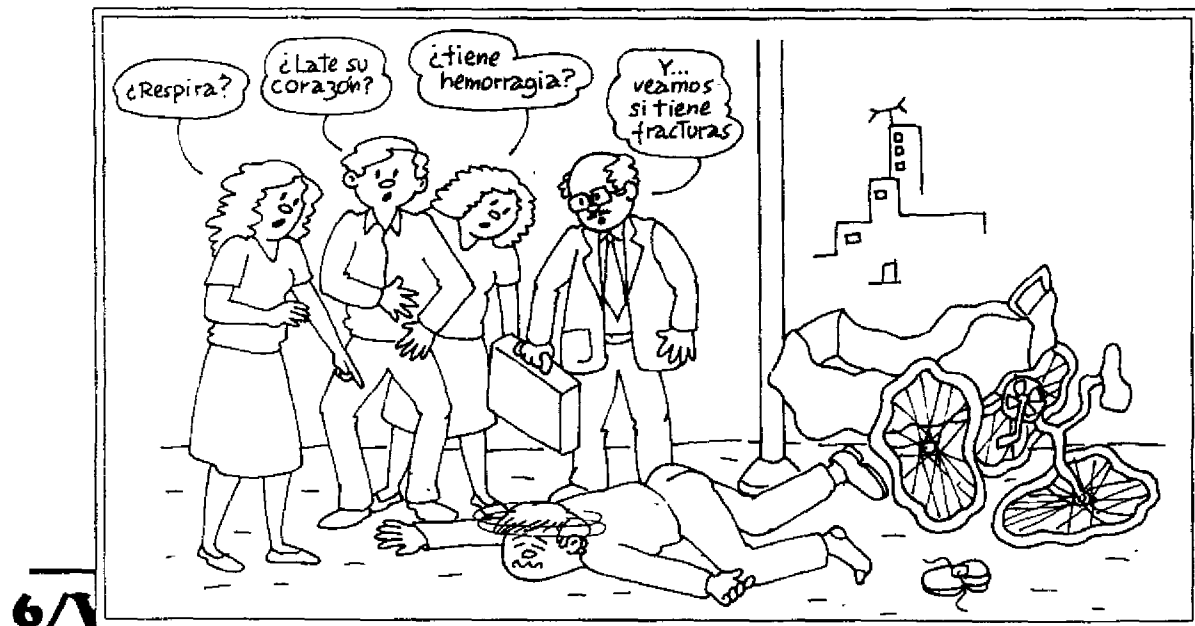
-En segundo lugar, si no hay servicio médico:

1. Levantar a la víctima entre varias personas sin torcerle el cuello

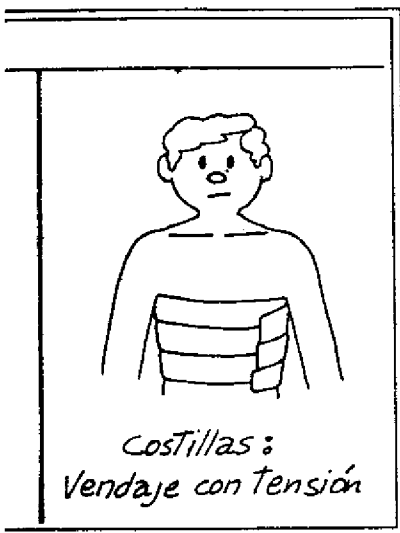
o la espalda y, colocarla de espaldas sobre una superficie dura (madera, mesa, camilla dura).

2. Ponerle dos almohadillas -se pueden hacer con toallas enrolladas- a los lados de la cabeza para que ésta no se balancee durante el transporte.

3. Si el transporte es prolongado o el camino difícil, amarrar el cuer-



Qué hacer...



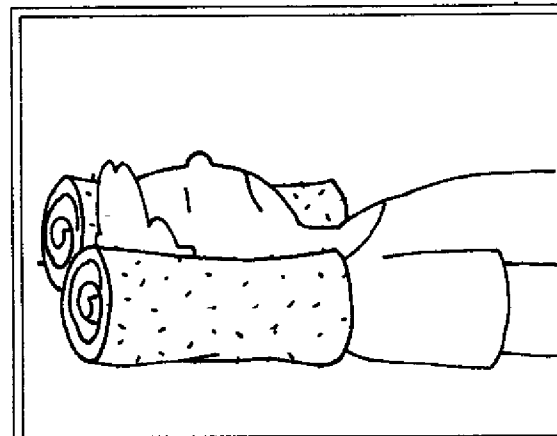
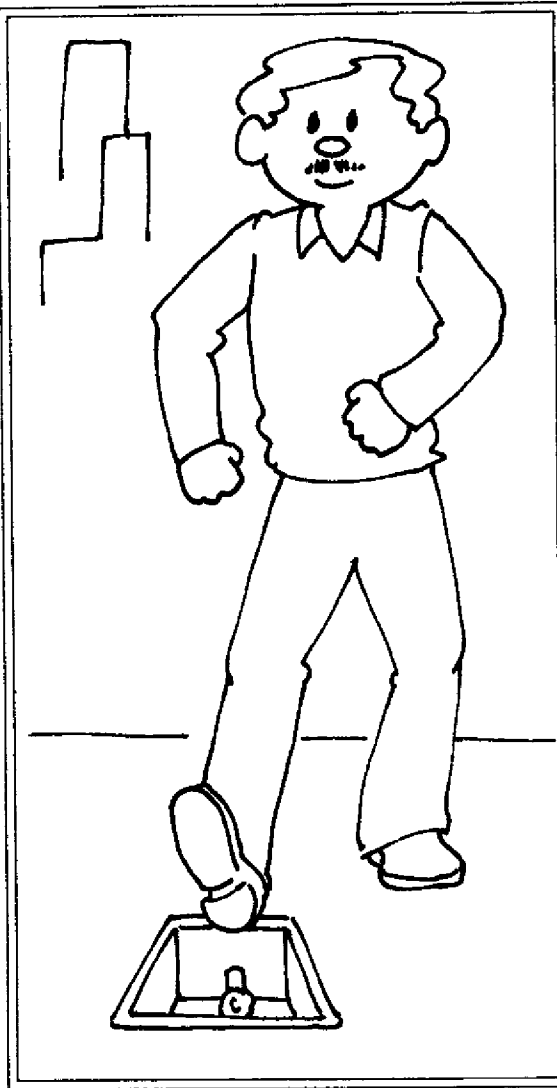
pó a la camilla para que no se balancee durante el transporte. Teniendo precaución de no interrumpirle la respiración o causarle gran incomodidad.

-En ningún momento permitir que la víctima se ladee, se incorpore o se mueva de su posición recta.

Si la fractura es en la clavícula, costillas, brazos y piernas, el primer auxilio será vendar la zona afectada, para que el accidentado sea trasladado, con el menor riesgo posible, al centro de salud. Sin olvidar que primero es el control de la respiración y hemorragia que puedan presentarse.

En el caso de la fractura de clavícula, el vendaje es en ocho, en el de costillas es de tensión, y en el de brazos y piernas se usa el entablillado.

En caso de no tener vendajes a la mano, se pueden usar telas, toallas, chalinas, y para el entablillado, maderas, ramas de árbol y hasta periódicos doblados.



¿Cómo prevenir los accidentes?

Al comenzar habíamos dicho que un accidente le puede ocurrir a cualquiera, pues estamos expuestos día a día a ser víctimas de ellos.

Pero también es cierto que con un poco de sentido común podemos prevenir muchos accidentes, tomando algunas medidas sencillas que nos protejan, no sólo a nosotros, sino a nuestros hijos, a la familia y la comunidad donde vivimos.

En la calle:

-Cruzar la calle sólo cuando el tráfico se ha parado.

-Al bajar de un bus, no cruzar delante de él.

Subir o bajar del bus, cuando se ha parado por completo. No al vuelo.

-No tomar alcohol si se va a conducir un vehículo.

-Manejar a velocidad moderada y reglamentaria.

-Sobrepasar otro vehículo, sólo cuando es posible.

-Si conduce bicicleta o motocicleta evitar correr en zig-zag.

-No llevarse las tapas de registro de agua. Los huecos son una trampa.

-Tirar las cáscaras o basura en los basureros. No en la calle. Un resbalón, a causa de esas cáscaras, puede ser fatal.

En la casa.

-Alejar a los niños de las zonas altas (azoteas).

-Tener las escaleras con una baranda de apoyo.

-No dejar los pisos encerados, sin lustrar.

-Vigilar a los niños cuando hacen uso de patines o skate.