

Revisión Textos:	Comisión de Educación
Financiación:	CORPES Centro Oriente
Dirección General:	CRET Comité Regional para la Prevención y Atención de Desastres y del Medio Ambiente del Tolima Héctor Díaz Molano: Coordinador

**Material recopilado de las diferentes entidades participantes en el
Sistema Nacional para la Prevención y Atención de Desastres**

PRESENTACION

El C.R.E.T. a través de su Subcomité de Educación del Tolima para la Prevención y atención de Desastres reproduce esta cartilla considerando la necesidad de transmitir a la comunidad conocimientos primarios para la atención y auxilio de personas heridas o lesionadas y la seguridad en el hogar, calle, sitios de trabajo, etc.

Es importante comprender que estos conocimientos son elementales, y en tal medida solo nos permite dar Atención primaria mientras llegan los Médicos o especialistas, sin pretender remplazarlos.

Solo podemos garantizar nuestra propia seguridad, si aprendemos a prevenir situaciones cotidianas que nos ponen la vida en peligro, aplicando las medidas recomendadas en esta cartilla.

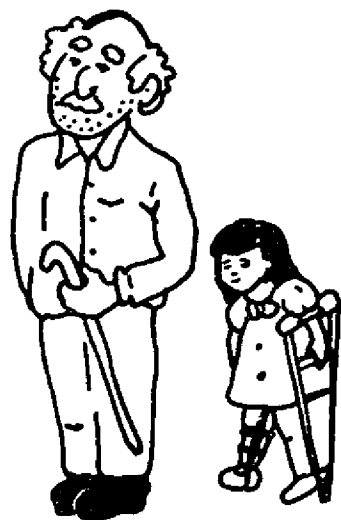
Agradecimientos al CORPES centro-oriente por la financiación de este material y a todas las entidades por sus documentos y esfuerzos que aportaron.

COMO DEBEMOS UTILIZAR ESTA CARTILLA?

- Invite a sus hijos mayores y otras personas que vivan con usted a leer los contenidos de esta cartilla, para que identifiquen cuáles son los riesgos o peligros que existen en su barrio o casa, que pueden afectar la salud de las personas.
- Analice con los vecinos los contenidos de la cartilla y reflexione con ellos cuáles son los accidentes más comunes que ocurren en la comunidad.
- Decidan qué actividades van a realizar para prevenir los accidentes en el Hogar, el Trabajo y en la comunidad.
- Invite a los grupos comunitarios existentes para que los apoyen en la realización de las actividades educativas-preventivas.
- Acudan a los organismos de socorro como: policía, Cruz Roja, Defensa Civil o centro de salud, para coordinar las acciones educativas-preventivas.

PARTICIPE EN LA ORGANIZACION DEL COMITE VEREDAL O MUNICIPAL DE ATENCION Y PREVENCION DE DESASTRES

IMPORTANTE:



LOS NIÑOS, ANCIANOS Y MINUSVALIDOS son los que están más expuestos a los peligros que se pueden presentar; los niños, porque no han desarrollado todas las habilidades y por lo tanto no responden bien para evitar los accidentes; los ancianos, porque han perdido la agilidad y fuerza para realizar cualquier actividad y los minusválidos no tienen la destreza para evitar los riesgos que se pueden presentar.

La mayoría de los accidentes se presentan en la casa, calle, finca, trabajo y en lugares de recreo o deportes y desafortunadamente son las personas más indefensas las que resultan afectadas.

Sin embargo... Todos nosotros también estamos expuestos a los accidentes y para que no ocurran, es necesario ser previsivos, es decir, adoptar las precauciones necesarias para prevenirlos.

Para la prevención de estos problemas es necesario que todos nos informemos sobre cuáles son los peligros más comunes, cómo se pueden evitar y qué se debe hacer en cada caso...

Para desarrollar actividades que tiendan al cuidado y atención de los niños y ancianos para evitar problemas que puedan afectar la salud.

CUALES SON LOS ACCIDENTES MAS FRECUENTES EN LA COMUNIDAD?

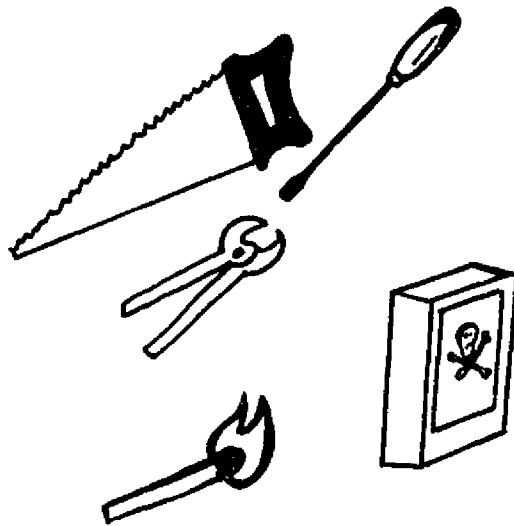
ELLOS SON:

- | | |
|-------------------|-----------------------------|
| - Quemaduras | - Heridas |
| - Caídas y golpes | - Electrocución |
| - Mordeduras | - Fracturas - dislocaciones |
| - Intoxicaciones | - Desmayos |
| - Ahogamientos | - Picaduras de animales |

MEDIDAS PREVENTIVAS

COMO SEPREVIENE LOS ACCIDENTES EN NUESTRAS CASAS

Para prevenir los accidentes en los integrantes de nuestra familia, es importante que tengamos en cuenta las siguientes precauciones:



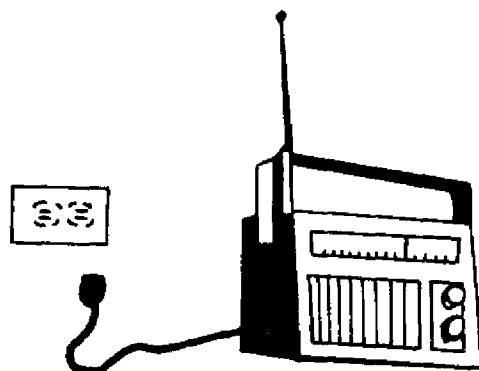
1. Mantengamos lejos del alcance de los niños la estufa, plancha, ollas con agua o alimentos calientes, fósforos, recipientes con gasolina, petróleo, aguarrás, varsol y elementos cortantes.

2. No dejemos veladoras o velas prendidas durante la noche o cuando tengamos la casa sola, tampoco cerca a las paredes de madera, cortinas o papeles.

Es un peligro, se puede incendiar la casa.

3. Coloque el mango de la sartén y ollas en dirección de la pared .

4. Mantenga los venenos, líquidos de limpieza, desinfectantes y medicinas marcados en sus envases originales y fuera del alcance de los niños.



5. Organicemos las instalaciones eléctricas que se encuentran deterioradas y evitemos que el niño introduzca los dedos u objetos en los tomas de la electricidad.

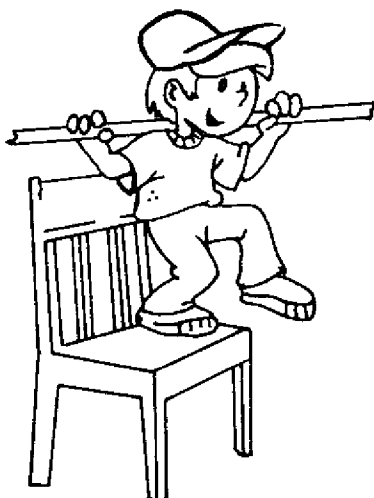
6. No fume en la cama - Evite fumar en el hogar.

7. Procuremos que los niños no jueguen con pólvora, no la guardemos en la casa.

8. Quememos las basuras lejos de la casa y de los árboles.

9. Evite que los niños jueguen en la escalera o dejen elementos en los peldaños.

10. No deje los niños encerrados con llave.



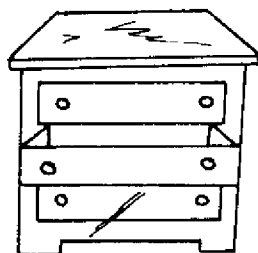
11. Evitemos que los niños jueguen en sitios altos como: balcones, terrazas, escaleras, árboles, mesas, bancas, tejados...

12. Mantengamos iluminados y en buen estado las escaleras y barandas de nuestra vivienda.

13. Calcemos correctamente a los niños, ancianos y minusválidos, ojalá con zapatos de goma o plástico, los que se deben mantener en buen estado para evitar las caídas.

14. No dejemos armarios y cajones abiertos porque podemos golpearnos.

15. Guardemos en lugares apropiados las herramientas de trabajo y evitemos que los niños jueguen con ellas.



COMO DEBEMOS PREVENIR ACCIDENTES EN NUESTRA COMUNIDAD?

A. CAUSADOS POR ANIMALES

Los animales que están más cerca de las personas y que pueden morder o picar son: perros, gatos, ratones y culebras; mosquitos, abejas, garrapatas o avispas.



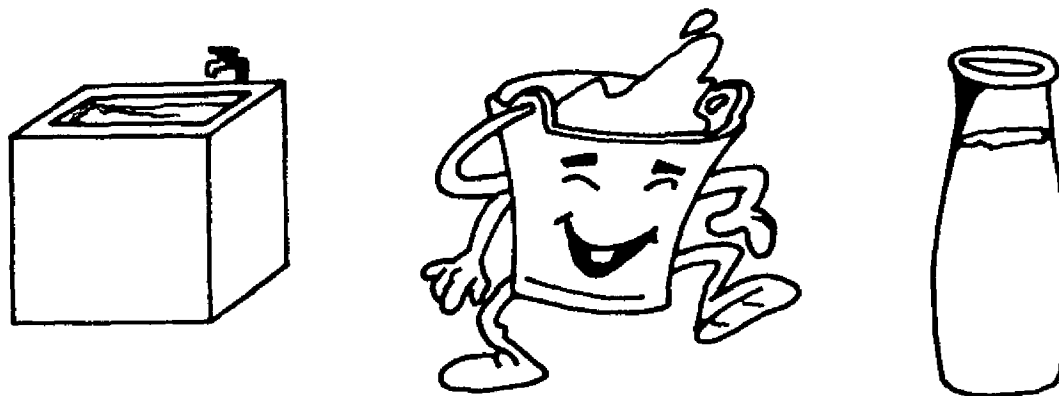
El perro y el gato son animales que pueden morder una persona y transmitirle la rabia; que es una enfermedad muy grave y puede causar la muerte.

PERO... esta grave enfermedad la podemos evitar si nos hacemos vacunar contra la rabia.



CON LOS ANIMALES

1. procuremos mantener los animales vacunados en sus sitios correspondientes.
2. No permitamos que los niños jueguen bruscamente con los animales para evitar posibles mordeduras y arañazos.
3. No debemos dejar restos de comidas en las alacenas y rincones de la cocina para evitar el criadero de ratones.
4. Si se trabaja en el campo, procuremos usar botas altas para protegernos de la mordedura de culebras.
5. Fumigar los ganados con insecticidas, para ello debemos tener cuidado de colocarnos caretas, para evitar intoxicaciones.
6. Evitemos sacar miel de la colmena sin las debidas precauciones o interrumpir las actividades naturales que las abejas o avispa desarrollan dentro del enjambre.



7. Evitemos el criadero de mosquitos en tanques de almacenamiento de agua, llantas viejas abandonadas a la intemperie, canecas, tinajas de barro, floreros y recipientes con matas sembradas en agua, ladrillos, huecos, agujeros en troncos de árboles y guaduas, latas vacías, bebederos de animales, frascos vacíos, botellas rotas colocadas sobre los muros, piscinas mal tratadas, lagunas, ciénagas, charcos, canaletas para el agua lluvia, botas de plástico y juguetes tirados al aire libre.

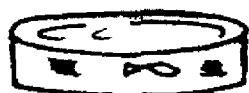
8. Logremos que la comunidad se organice y participe en la realización de las actividades orientadas al manejo de los animales domésticos y control de insectos que pueden causar problemas de salud en las personas.

B. CAUSADOS POR LOS VEHICULOS

1. Enseñemos a los niños a cruzar la calzada, mirando a cada lado antes de cruzar.
2. Ayudemos a los ancianos y minusválidos a cruzar las calzadas.
3. Revise su carro antes de salir
4. Obedezca las señales de tránsito
5. No ingiera alcohol cuando esté manejando
6. Conduzca a la velocidad indicada en la vía
7. No permita que los niños saquen la cabeza o los brazos por la ventanilla
8. No cierre todas las ventanillas del carro
9. No conduzca muchas horas seguidas sin descansar
10. Ceda el paso a bomberos, ambulancias y vehículos de rescate

C. CAUSADOS POR INTOXICACIONES

LAS INTOXICACIONES EN LAS PERSONAS PUEDEN SER CAUSADAS POR:



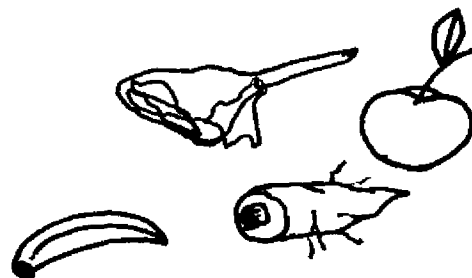
- Alimentos dañados
- Bebidas alcohólicas
- Alimentos enlatados
- Fertilizantes, abonos, plaguicidas...
- Cosméticos, perfumes

IMPORTANTE... Cuando una persona se intoxica, debemos llevarla al centro de salud y presentar al médico la sustancia o el envase del líquido con el cual se intoxicó.

DE QUE MANERA SE PREVIENEN LAS INTOXICACIONES POR ALIMENTOS

*. Utilicemos alimentos frescos para la preparación de las comidas.

2. Guardemos los alimentos en lugares secos y lejos de otros productos como: insecticidas, desinfectantes, abonos, fertilizantes...



3. Lavemos muy bien los alimentos que vamos a utilizar en preparación de las comidas.

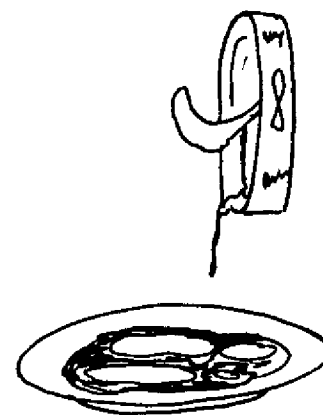


4. Evitemos consumir alimentos recalentados.

5. Al comprar alimentos enlatados como: carnes, verduras, sardinas... debemos fijarnos en su fecha de vencimiento, que la lata no esté oxidada, inflada o magullada.

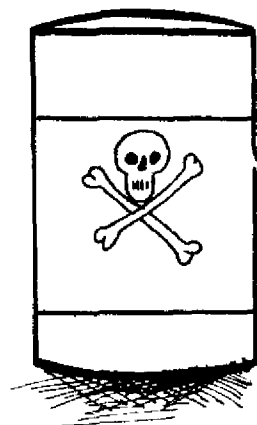
6. Cuando destapemos un alimento enlatado saquémoslo inmediatamente de la lata.

No se debe depositar la sardina o enlatado en platos esmaltados o de aluminio; sino en platos de loza o plástico.



7. Olamos los alimentos antes de consumirlos.

MANERA DE PREVENIR LAS INTOXICACIONES DE LAS PERSONAS POR PLAGUICIDAS, ABONOS Y FERTILIZANTES



Los plaguicidas, abonos y fertilizantes son utilizados para matar insectos, abonar los cultivos..., los cuales son fabricados con productos químicos muy venenosos para el hombre.

POR ESO... debemos mantenerlos guardados en lugares muy seguros...

RECORDEMOS... Los plaguicidas, abonos y fertilizantes deben ser utilizados con mucho cuidado para evitar intoxicaciones en la familia.

CUIDADOS QUE DEBEMOS TENER

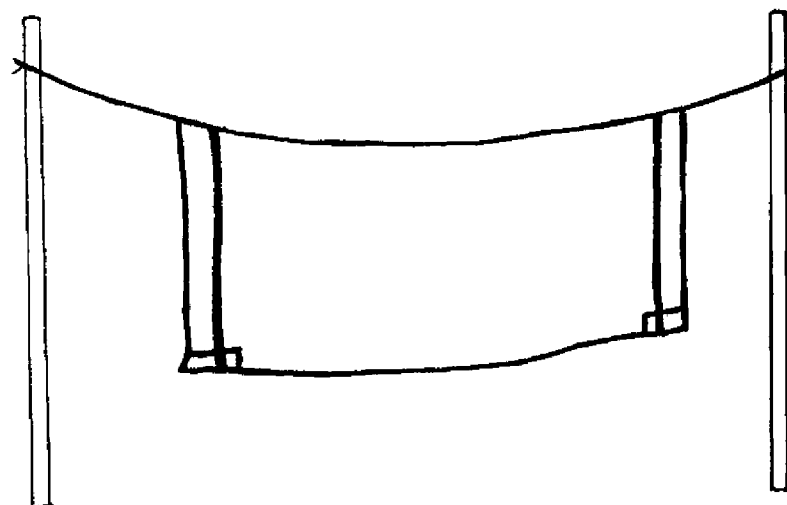
*. mantengamos los tarros o frascos bien tapados; no les arranquemos las etiquetas para no confundirlos con otros productos, ni los saquemos de su envase original.

2. No utilicemos ningún plaguicida en la piel o cuero cabelludo de los niños,.

3. Si vamos a fumigar la casa... Tapemos los alimentos y las ollas, retiremos a los niños de la casa por un rato.

4. Si vamos a fumigar las cobijas ... debemos dejarlas al aire un buen rato para evitar intoxicaciones por respirar el veneno...

5. Después de fumigar, nos debemos lavar las manos con agua y jabón...



RECORDEMOS... Si algún miembro de nuestra familia
o persona de la Comunidad se intoxica con un
plaguicida, abonos o fertilizantes, llevarlo inmediatamente
al centro de Salud

PRIMEROS AUXILIOS

FINES DEL ADIESTRAMIENTO EN PRIMEROS AUXILIOS

- A. Salvar la vida.
- B. Prevenir daños y complicaciones posteriores.
- C. Lograr una mejoría, o al menos asegurar que el estado no empeore, proporcionando alivio, confianza, protección y cuidado eficaz del lesionado.
- D. Preparar al lesionado para un tratamiento médico adecuado.
- E. Ayudar al médico proporcionándole detalles del accidente, de la lesión y de los primeros auxilios administrados.
- F. Poder enseñar posteriormente lo aprendido a distintas esferas y en otros niveles, promoviendo así en la población la necesidad de este tipo de práctica.
- G. Motivar y colaborar en los Comités Locales de Emergencia el desarrollo de actividades para la Prevención y Atención de Desastres en este aspecto.

LA ACTUACION DE UN SOCORRISTA IMPLICA

- Dominar la situación.
- Ser responsable.
- Proceder con serenidad.
- No hacer lo que se ignora.
- Ante la duda abstenerse.
- Obrar con espíritu de improvisación.
- Considerar toda cura provisional.
- No ignorar posible gravedad.
- Procurar rápido traslado.
- Autodominio.
- Capacidad de organización.
- Simpatía, seguridad y confianza.
- Tacto y paciencia.
- Continuar capacitándose.



ACTUACION EN CASO DE ACCIDENTES

Cuando un primer auxiliador es llamado para atender un accidente, hay muchos detalles importantes que ha de tomar en consideración inmediatamente y el método que adopte puede tener influencia considerable en el futuro bienestar de un lesionado. Estos incluyen, no sólo las acciones inmediatas que emprenda a su llegada, sino también descubrir las heridas que ha sufrido y en general, la organización del tratamiento.

Pasos a seguir:

- | | | |
|--------------|---|---------------------|
| PRIMER PASO | - | Acceso y Prevención |
| SEGUNDO PASO | - | Alertar |
| TERCER PASO | - | Examinar |
| CUARTO PASO | - | Socorrer |
| QUINTO PASO | - | Vigilar |



Primer Paso: ACCESO Y PREVENCIÓN.-

- Determinar circunstancias del accidente (voz de alarma o encuentro ocasional).
- Analizar Capacidades propias.
- Determinar necesidades.
- Señalizar el lugar del accidente.
- Colocar a las(s) víctima(s) en sitio seguro o refugio. Alejarlo de las fuentes de peligro.
- Proteger los bienes del lesionado.
- Mantener el público a distancia, si fuera necesario.
- Evitar emergencias mayores.

"Los primeros auxilios comienzan con la acción, lo cual en sí mismo tiene un efecto calmante".

Segundo Paso: ALERTAR.-

COMO

DONDE:

- Qué sucedió?
 - Dónde?
 - Cuándo?
 - No implicados?
 - Gravedad?
- Cruz Roja
 - Defensa Civil
 - Bomberos
 - Policía
 - Hospitales
 - Centros de Salud
 - Comité Local de Emergencias



"La capacidad organizadora del primer auxiliador es puesta a prueba por la forma en que hace uso de los circunstantes".

Tercer Paso: EXAMINAR.-

Permiso para la asistencia "conozco de primeros auxilios, ¿Puedo ayudar?".

- Respira?
- Sangra?

- Consciente?
- Fracturado?
- En estado de Shock?
- Otras lesiones?

"Primero ver y escuchar y al final examinar"



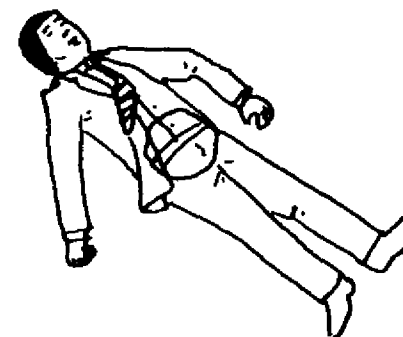
Cuarto Paso: SOCORRER.-

- | | |
|---------------------|--|
| - Paro Respiratorio | - Respiración boca-boca |
| - Hemorragia | - Elevación, presión directa, presión arterial, vendaje, combinación torniquete. |
| - Inconsciente | - Posición lateral de seguridad (PLS) |
| - Fractura | - Inmovilización |
| - Shock | - Acostar, cubrir, transportar a hospital |
| | - Apoyo Sicológico |

"Asegurar que el estado del lesionado no empeore, proporcionando alivio, confianza, protección y cuidado eficaz".

Quinto Paso: VIGILAR.-

- Control de los procedimientos realizados.
- Evaluación periódica de signos vitales.
- Preparar para el transporte.
- Llevar el registro de todas las actividades desarrolladas.



"Ninguna persona adiestrada podrá ser acusada de manejar con rudeza o descuido un lesionado. Durante todo su trabajo el socorrista debe aprender a manejar al lesionado con la mayor suavidad y lo menos posible.

COMO ORGANIZAR UN BOTIQUIN DE PRIMEROS AUXILIOS?

Es un recurso para el trabajo de las personas que prestan un primer auxilio, cuyo contenido se limita a los principales elementos de uso sanitario que no ofrecen complejidad en su manejo.

ELEMENTOS ESENCIALES DE UN BOTIQUIN

ANTISEPTICOS:

ALCOHOL AL 70 %:

Se usa generalmente para la limpieza de la piel, antes de aplicar una inyección. No es aconsejable su utilización en heridas porque se pueden lesionar los tejidos.

También se usa para desinfectar termómetros clínicos, pinzas, tijeras, etc., sumergiéndolos durante diez minutos.

AGUA OXIGENADA:

Es un germicida (mata los gérmenes), que se utiliza para limpiar heridas contaminadas con tierra o estiércol. Es conveniente usarla con precaución, por lo que se recomienda aplicar el agua oxigenada, dejarla actuar por espacio de dos minutos y luego lavar la herida con agua.

MERCURIO CROMO:

Es un antiséptico (detiene el desarrollo de microbios). Se utiliza en heridas pequeñas.

No se debe aplicar en heridas extensas por su toxicidad.

YODO:

Es un germicida potente y de acción rápida. Se utiliza como tintura, es decir, diluida con alcohol al 70 % para desinfectar las heridas.

MATERIAL DE CURACION

ALGODON:

Se utiliza para limpiar las heridas, la piel, (para aplicar inyecciones) y el instrumental. Es conveniente usarlo en torundas (trocitos).

GASA:

Generalmente viene en paquetes individuales de 10 X 10 cms. Se usa para cubrir heridas, deben estar estériles (libres de micro-organismos) o por lo menos limpias.

APLICADORES:

Se llaman también copitos. Se utilizan para limpiar heridas, donde no puede hacerse con gasa y para aplicar antisépticos.

BAJALENGUAS:

Se usan para inmovilizar fracturas o luxaciones de los dedos de las manos y para esparcir pomadas o cremas.

VENDAS:

Es indispensable que haya vendas en rollo y triangulares. Las vendas de gasa son las más utilizadas, deben ser de diferentes tamaños. Se recomienda incluir vendas elásticas porque son necesarias para el control de hemorragias.

CURITAS:

Son útiles para cubrir heridas pequeñas.

ESPARADRAPO:

Utilizado para fijar vendajes y para afrontar los bordes de las heridas.

OTROS ELEMENTOS

PINZA: Se usa para el manejo del material de curación. Debe estar estéril o al menos limpia.

TIJERAS: No se deben hervir porque se daña el filo.

CUCHILLAS: (para rasurar)

NAVAJA.

TERMOMETROS: (Oral y rectal) Se recomienda lavarlos y desinfectarlos cada vez que se utilicen).

GANCHOS DE NODRIZA.

JABON.

LIBRETA Y LAPIZ.

CAJA DE FOSFOROS Y LINTERNA.

LISTA DE TELEFONOS DE EMERGENCIA

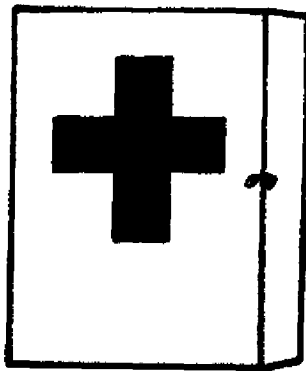
GOTEROS: Lavarse después de cada procedimiento.

TORNIQUETE: Para uso de inyectorología, debe permanecer envuelto.

MANUAL O FOLLETO DE PRIMEROS AUXILIOS.

COMO ORGANIZAR UN BOTIQUIN DE PRIMEROS AUXILIOS EN NUESTRA CASA?

1. Al ubicar el botiquín, buscar un lugar seco, limpio, de fácil acceso y fuera del alcance de los niños.
2. El mueble del botiquín debe ser de madera o preferiblemente metálico para el mantenimiento y conservación de los elementos que se necesitan para aplicar los primeros auxilios en el caso que se requiera.
3. Tener en cuenta los siguientes elementos para el botiquín familiar: tijeras, termómetro, jeringas desechables, pasta de jabón desinfectante, curitas, aplicadores de algodón, gasa, esparadrapo, linterna, pilas, alcohol, agua oxigenada, isodine, vendajes, sales de rehidratación oral, ganchos de nodriza, analgésicos y las drogas que utilicen los miembros de la familia debidamente formuladas por el médico.



4. Guardar las gasas y algodones en bolsas plásticas y conservar las jeringas en el empaque original. Una vez usadas, se deben botar.

5. Conservar las drogas en sus empaques originales; los frascos deben permanecer bien tapados y siempre con las etiquetas que los identifican.

IDENTIFICACION DE UN HERIDO

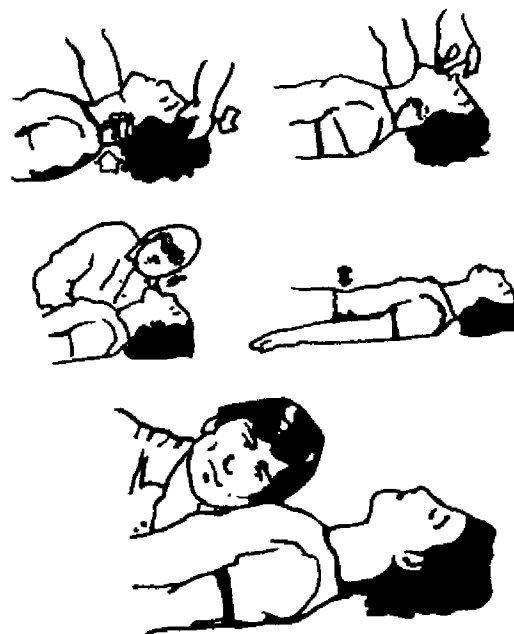
PROCEDIMIENTO

Afloje las ropas y los objetos apretados.

1. VIAS AEREAS PERMEABLES

Extienda la cabeza del herido hacia atrás.

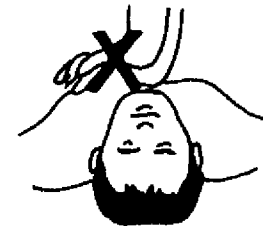
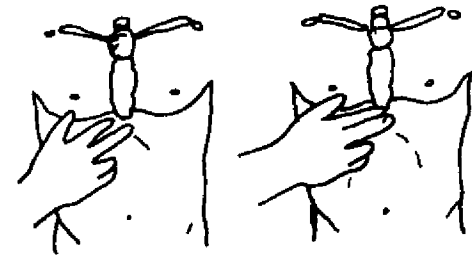
Retire los objetos que puedan haber en el interior de la boca



REANIMACION CARDIOPULMONAR (R.C.P.)

PROCEDIMIENTO

- 1o. Localice la parte inferior del esternón
- 2o. A partir de este punto y en dirección a la cabeza mida 2 dedos.
- 3o. Coloque la base de la palma de la mano sobre el esternón y los dedos levantados.
- 4o. Póngase Ud. cómodo:
De rodillas, brazos extendidos
y perpendiculares al paciente.
Comprima 4 cms. hacia abajo,
con la fuerza del cuerpo y no la de los brazos.



EVITE!

- 1o. Evite colocar los brazos oblicuos al paciente.
- 2o. Evite doblar los codos.



3o. No apoye las yemas de los dedos sobre el tórax del herido.

Puede producir más daño al paciente, que el beneficio que pueda recibir.

FRECUENCIA

Si Ud. está solo:

Inicial : 4 veces 15 veces

Continúa: 2 veces 15 veces

Si Ud. está acompañado

1 vez 5 veces

Si el herido no responde espontáneamente inicie la reanimación cardiopulmonar (R.C.P)

Dé 2 respiraciones y luego 15 masajes cardíacos, alternán



dolos de igual forma hasta que el paciente respire y lata su corazón o hasta que llegue alguien en su ayuda.

Si ud. está acompañado, una personal dará la respiración y la otra 5 masajes alternándose, etc.

AHOGAMIENTO

PROCEDIMIENTO

- 1o. Rescátelo sin arriesgar su propia vida.
- 2o. Levántelo del abdomen para que el agua salga del interior de los pulmones.

3o. Posteriormente proceda a efectuar la reanimación cardiopulmonar R.C.P.)

HEMORRAGIAS

IDENTIFICACION DE UNA HEMORRAGIA

- 1o. Los sangrados provenientes de arterias se identifican por su color que es rojo vivo y el chorro es intermitente.
- 2o. Los sangrados venenosos se identifican por su color que es rojo oscuro y el chorro es permanente y débil.
- 3o. El sangrado capilar se identifica porque se ve como gotas pequeñas siendo la cantidad de sangre mínima.

PROCEDIMIENTO

- 1o. Si el sangrado es proveniente de arteria o venenoso acueste al herido.
- 2o. Haga presión en el sitio del sangrado utilizando una compresa o paño limpio. Si la sangre empapa la compresa, no la retire, coloque otra encima y continúe haciendo presión para facilitar la coagulación en el vaso roto.
- 3o. Eleve la extremidad afectada
- 4o. Si el sangrado continúa haga presión en los puntos arteriales
- 5o. Como último recurso, en caso de sangrado en extremidades coloque el torniquete. Aprételo lentamente hasta que el sangrado se detenga, manteniéndolo

durante 15 minutos. Luego aflójelo lentamente durante 1 minuto y repita la maniobra hasta que pueda llevarlo a un centro asistencial:

EVITE

No use torniquete en:

Codo.

Muñeca. Rodilla. Ingle.

Axila. Tobillo

QUEMADURAS

IDENTIFICACION DE UNA QUEMADURA

PRIMER GRADO

Enrojecimiento

PROCEDIMIENTO

- 1o. Aplique compresas de agua fría.
- 2o. Si el herido está consciente, suministre líquido.
(250 cc. de agua, 1/2 cucharadita de bicarbonato de sodio, 1 cucharadita de sal)

SEGUNDO GRADO

Ampollas

1o. Aplique compresas de agua fría

No rompa las ampollas

2o. Si el herido está consciente, suministre líquido.

(250 cc. de agua 1/2 cucharadita de bicarbonato de sodio, 1 cucharadita de sal).

TERCER GRADO

Destrucción de tejidos

1o. Cubra al herido con apósitos o paños limpios y secos.

2o. Acuda rápidamente a un centro asistencial.

VIAS RESPIRATORIAS

PROCEDIMIENTO

1o. Golpée fuerte en la espalda tres veces, con la palma de la mano.

2o. Si no lo expulsa, haga fuerte presión sobre la parte alta del abdomen.

Si está desmayado:

1o. Golpée fuerte en la espalda tres veces con la palma de la mano.

2o. Voltéelo boca-arriba y revise el interior de la boca para retirar el objeto.

3o. Si el objeto extraño no ha salido, haga presión en la parte alta del abdomen.

MANEJO GENERAL DE HERIDAS

PROCEDIMIENTO

- 1o. lave con abundante agua hervida fría
- 2o. Cubra con apósitos o telas limpias.
- 3o. Acuda por ayuda médica a un centro asistencial.

IMPORTANTE

- 1o. No lave la herida con alcohol
- 2o. No aplique ungüento o cremas
- 3o. Aplique cebolla, ajo, etc.
- 4o. No aplique talcos.

FRACTURAS

IDENTIFICACION DE UNA FRACTURA

IMPORTANTE!

Cuando la fractura es abierta:
NO introduzca los fragmentos.

PROCEDIMIENTO

- 1o. Tranquilice al paciente
- 2o. Si la fractura es abierta cubra con apósitos o telas limpias.
- 3o. Proceda la inmovilización que es igual para la fractura abierta como para la cerrada. Cuando existe fractura hay dolor, inflamación y limitación de movimiento.

INMOVILIZACIONES

FRACTURA DE CLAVICULA

- 1o. Identificación
- 2o. Coloque vendaje no apretado (Adelante)
- 3o. (Atrás)

FRACTURA DE HUMERO

- 1o. Identificación
- 2o. Coloque vendaje o cabestrillo.

FRACTURA DE CUBITO O RADIO

- 1o. Identificación
- 2o. Coloque tablillas al lado y lado del miembro
- 3o. Coloque vendaje o cabestrillo.

FRACTURA DE FALANGES

- 1o. Identificación
- 2o. Para la fractura de la primera y segunda falange, coloque las tablillas a los lados.
Para la fractura de la tercera falange Coloque las tablillas encima y por debajo
Coloque vendaje

FRACTURA DEL FEMUR

- 1o. Identificación
- 2o. Coloque las tablillas.
(Acolchone los extremos).

FRACTURA DE TIBIA O PERONE

1o. Identificación

- 2o. Coloque las tablillas

FRACTURA DE PIE Y CUELLO

- 1o. Identificación
- 2o. Coloque las tablillas

FRACTURA DE MAXILAR INFERIOR

- 1o. identificación
- 2o. Coloque vendaje

FRACTURA DE COLUMNA

- 1o. transporte con extremo cuidado.
- 2o. Evite movilizaciones innecesarias
- 3o. Utilice superficies duras y firmes (puertas, tablas, etc.) y dos cojines a los lados de la cabeza.

FRACTURA DE COSTILLAS

- 1o. Identificación
- 2o. Coloque esparadrapo (vendaje adhesivo) en la zona afectada.

3o. Compruebe que no afecte la respiración a causa de un vendaje muy apretado.

4o. Acuéstelo del lado afectado.

CUERPOS EXTRAÑOS

Si se trata de niños:

Cójjalo con las piernas y golpée en la espalda.

IMPORTANTE!

Los cuerpos extraños puntiagudos (alfileres, huesos, etc.) deben ser extraídos por el médico.

OJOS

PROCEDIMIENTO

1o. No frote el ojo

2o. Inclíne la cabeza y parpadee varias veces, las lágrimas barren el polvo o el objeto.

3o. Si de esta forma no se consigue,

introduzca la cabeza en un recipiente con agua limpia y parpadee.

4o. Si el objeto extraño no sale, cubra el ojo afectado y envíelo pronto al médico.

NARIZ Y OIDO

No intente nada

Acuda inmediatamente al médico

GENITALES Y RECTO

No intente nada

Acuda inmediatamente al médico

MORDEDURA DE ANIMALES

Perros, gatos. etc.

PROCEDIMIENTO

1o. Lave con abundante agua y jabón durante 20 minutos como mínimo

2o. Luego envíelo al médico

3o. NO MATE AL ANIMAL.

4o. Enciérrelo y obsérvelo durante 10 días, Si hay síntomas extraños en el animal, vacúnese en el Centro más cercano, al igual que en los casos en que el animal desaparezca.

SERPIENTE

IDENTIFICACION

Las serpientes venenosas pueden reconocerse en la mayoría de los casos por:

- 1o. Cola: termina en punta y se pueden observar huesecillos.
- 2o. Los ojos: son rasgados y con pupila vertical
- 3o. Fosetas termorreceptoras.
- 4o. Tras la mordedura se observa

en la herida huellas de primera hilera de dientes y un par de puntos rojos y profundos producidos por los colmillos.

PROCEDIMIENTO

- 1o. Si la mordedura es en un miembro, coloque un torniquete flojo.
- 2o. Con una cuchilla haga una incisión en forma de X, uniendo los orificios de los colmillos.
- 3o. Si lleva menos de 30 minutos de mordido, succione el veneno con la boca y hágalo durante 30 minutos.
No succione en caso de tener heridas o erosión en los labios, lengua o en las mucosas de la boca.
Las caries no son impedimento.
- 4o. Mate la serpiente para

su identificación y acuda al médico.

5o. NO COLOQUE HIELO EN LA HERIDA.

PICADURAS DE INSECTOS

Abejas y otros

himenópteros

PROCEDIMIENTO

1o. Retire el aguijón raspado.

2o. Aplique hielo o paños de agua fría.

3o. En caso de picaduras masivas, más de 20, acuéstelo y báñelo con agua fría, antes de retirar los aguijones, y envíelo al médico.

IMPORTANTE

No se rasque

No aplique alcohol

TRANSPORTE DE HERIDOS

1o. Transporte de Bombero (Para pacientes inconscientes).

2o. Transporte en brazos (Para colocar al paciente en camilla u otro aparato de transporte.

3o. Transporte a caballo

4o. Transporte en silla

5o. transporte a cuestras

6o. Transporte de soporte

7o. Transporte en camilla improvisada

8o. Transporte en sábana

9o. Transporte para lesiones en la cabeza o en los pies (paciente consciente).

INTOXICACIONES

INGERIDOS

Medicamentos
Insecticidas
Alcohol
Otros

- Despéjele las vías respiratorias
- Mantenga la respiración
- Verifique el funcionamiento del corazón
- Envíelo pronto al médico con el envase rotulado del producto inhalado.
- NO LO HAGA VOMITAR

CONSCIENTE

- Hágallo vomitar, introduzca un dedo hasta la parte posterior de la lengua o dele agua tibia con sal, colóquele la cabeza hacia el lado o hacia abajo. Envíelo pronto al médico con el envase rotulado del producto.

INCONSCIENTE

- Envíelo pronto al médico con el envase rotulado del producto ingerido.

INHALADOS

Gases
Tóxicos

- Retírelo del sitio de exposición
- Acuéstelo
- Despéjele las vías aéreas
- Mantenga la respiración
- Verifique el funcionamiento del corazón
- En caso necesario practique las maniobras de reanimación cardiopulmonar.
- Envíelo pronto al médico informándole en lo posible la clase de gas inhalado.

Con Gasolina y
Derivados del
petróleo

- Despéjele las vías aéreas
- Mantenga la respiración
- Verifique el funcionamiento del corazón
- NO LO HAGA VOMITAR
- Dele carbón vegetal para que lo ingiera
- Envíelo pronto al médico

Con ácidos como:
líquidos de batería,
ácido clorhídrico,
ácido nítrico, etc.

- Despéjele las vías respiratorias
- Mantenga la respiración
- Verifique el funcionamiento del corazón

CONSCIENTE

- Dele leche o antiácidos en abundancia
- Envíelo pronto al médico con el envase rotulado del producto.
- NO LO HAGA VOMITAR

EN CONTACTO CON LA PIEL

INCONSCIENTE	- Envíelo pronto al médico con el envase rotulado del producto. - NO LO HAGA VOMITAR
Con insecticidas ácidos, alcalis y otros.	- Despéjele las vías aéreas - Mantenga la respiración - Verifique el funcionamiento del corazón - Retire toda la ropa, báñelo con agua corriente en forma abundante por lo menos durante treinta minutos, cúbralo con ropa limpia. - Envíelo pronto al médico con el envase rotulado