



Primeros Auxilios

Módulo 1

- ¿Qué son primeros auxilios?
- Seguridad personal
- Que tener en nuestro botiquín
- Quemaduras
- Fracturas y luxaciones
- Hemorragias
- Evaluación de una víctima inconsciente



¿Qué son primeros auxilios?



Es la primera ayuda que se le brinda a una víctima en el lugar de los hechos antes de ser trasladada a un centro asistencial.

Seguridad personal

- **Lo mas importante eres tú**, al momento de estar en el lugar de los hechos tu también puedes ser una victima
- **Cálmate tu y calma a la victima**, si tus ideas no están claras y ni tu mente despejada puedes ocasionar un daño mayor y poner tu integridad y la de las victimas en riesgo, si la victima no esta tranquila, no podrás atenderla correctamente y puede dañarse mas o causarte daño.
- **Evalúa tu entorno**, verifica que el lugar de los hechos sea seguro, existen muchos riesgos (cables eléctricos, objetos cortopunzantes, fuego, químicos, animales, etc.)
- **Notifica a los servicios de emergencia**, llama al 911, o el numero de teléfono de tu estación de bomberos cercana
- **Despeja el lugar**, si encuentras riesgos en tu entorno, mitiga primero los riesgos que te ponen en peligro y luego atiende a la victima, recuerda siempre el punto uno, **Lo mas importante eres tú**
- **Usa equipo de bioseguridad**, siempre al atender ten en cuenta tu cubrebocas y tus guantes, ya que puedes estar en contacto tu o la victima con fluidos

Que tener en nuestro botiquín



- Ganchitos
- Esparadrapo
- Vendas
- Guantes desechables
- Gazas
- Apósitos
- Aspirinas
- Mascarillas
- Tijeras
- Pinzas
- Cortaúñas
- Linterna
- Termómetro
- Yodo povidona



Son las lesiones causadas por exposición a calor, frío, fricción, radiación o electricidad y son clasificadas en grado 1, 2 y 3

Quemaduras

Quemadura de grado 1

Es una lesión superficial que afecta solo la epidermis (capa externa), caracterizada por enrojecimiento, dolor y sequedad, sin ampollas. Comunes por sol o contacto breve con calor, se curan solas en 2-5 días.



Quemadura de grado 2

fecta la epidermis y parte de la dermis, causando dolor intenso, enrojecimiento, inflamación y ampollas. Se caracteriza por un aspecto húmedo y brillante, y sana generalmente en 1 a 3 semanas, aunque las más profundas pueden tardar más y dejar cicatrices



Quemadura de grado 3

Es una lesión grave que **destruye todas las capas de la piel** (epidermis y dermis) y suele afectar el tejido graso subcutáneo, músculos o incluso huesos. Es considerada una emergencia médica que requiere atención hospitalaria inmediata



Tratar una quemadura

1: Recuerda la seguridad personal:

Recuerda los puntos de la seguridad personal



Tratar una quemadura

2: Refresca la lesión:

Usa agua fresca sobre la herida para bajar el calor del cuerpo, nunca utilices hielo ya que puedes causar una quemadura por frio, tampoco uses aire con la boca u otro objeto ya que pueden contaminar la lesión



Tratar una quemadura

3: Aplica vendaje sin apretar

Cubre la lesión con una gasa estéril, seca y antiadherente de forma holgada para evitar presión en la piel



Evaluación de una víctima inconciente

3: Aplica vendaje sin apretar

Cubre la lesión con una gasa estéril, seca y antiadherente de forma holgada para evitar presión en la piel



Practiquemos





Es la pérdida de sangre por la rotura de vasos sanguíneos, pueden ser abiertas o cerradas. Requiere presión directa sobre la herida, elevar la zona afectada y atención médica si es grave para evitar shock

Hemorragias



Heridas cerradas

Es un daño en los tejidos internos (músculos, vasos sanguíneos) donde la piel permanece intacta, sin cortes ni laceraciones visibles. Solo requiere inmovilización.



Heridas abiertas

Es la rotura de la piel que expone los tejidos internos, causada por cortes, rasguños, mordeduras o traumatismos, lo que aumenta el riesgo de infecciones al comprometer la barrera cutánea. Requiere limpieza (agua y jabón o solución salina), desinfección, protección y, en casos graves (profundas, sangrado intenso), atención médica inmediata.



Tratar una herida abierta libre

1: Recuerda la seguridad personal:

Recuerda los puntos de la seguridad personal



Tratar una herida abierta libre

2: Eleva la herida:

Pon la herida de tal forma que este mas arriba de la altura del corazón, para que la sangre circule mas despacio



Tratar una herida abierta libre

3: Cubre la herida y haz presión directa :

Pon un apósito sobre la herida y haz presión directa sobre la herida, si el flujo no para sigue poniendo un apósito sobre otro, hasta que el flujo pare



Tratar una herida abierta libre

4: El torniquete es el último recurso:

El torniquete solo debe utilizarse como último ya que corta totalmente el flujo sanguíneo y puede hacer que la extremidad se pierda



Tratar una herida abierta libre

5: No dar agua aunque la victima la pida:

Al estar desangrándose el cuerpo pierde agua y la victima puede tener sed, si le das agua, la sangre se diluirá y la hemorragia aumentará



Tratar una herida abierta con un objeto incrustado

1: Recuerda la seguridad personal:

Recuerda los puntos de la seguridad personal



Tratar una herida abierta con un objeto incrustado

2: No saques el objeto:

El objeto puede estar deteniendo la hemorragia y sacarlo provocara un flujo abundante.



Tratar una herida abierta con un objeto incrustado

3: Inmoviliza el objeto:

Con rollos de gaza o apósito colócalo cuidadosamente en los lados y haz un vendaje apretado para que el objeto no se mueva y así evitar que provoque mas daños



Practiquemos

The background features three large, overlapping geometric shapes: a yellow triangle pointing downwards in the top left, a green triangle pointing downwards in the top right, and a teal parallelogram pointing downwards in the bottom right. A horizontal green line is positioned below the text.



Es la ruptura, parcial o total, de un hueso provocada por caídas, accidentes o esfuerzos repetitivos. Los síntomas incluyen dolor intenso, inflamación, deformidad y pérdida de movilidad, se dividen en compuestas y expuestas

Fracturas



Fractura compuesta

Es la ruptura del hueso donde no rompe la piel, pero puede presentar una deformidad visible, regularmente se reporta a los servicios de emergencia como “Posible fractura”



Fractura expuesta

Es la ruptura del hueso donde rompe la piel exponiendo el hueso y causando una hemorragia externa.





Una luxación (dislocación) es la separación completa de dos huesos en una articulación, provocada por impactos, caídas o torceduras, lo que altera su posición normal

Luxación



Tratar una fractura o luxación

1: Recuerda la seguridad personal:

Recuerda los puntos de la seguridad personal



Tratar una fractura o luxación

2: No trates de acomodarlo de regreso:

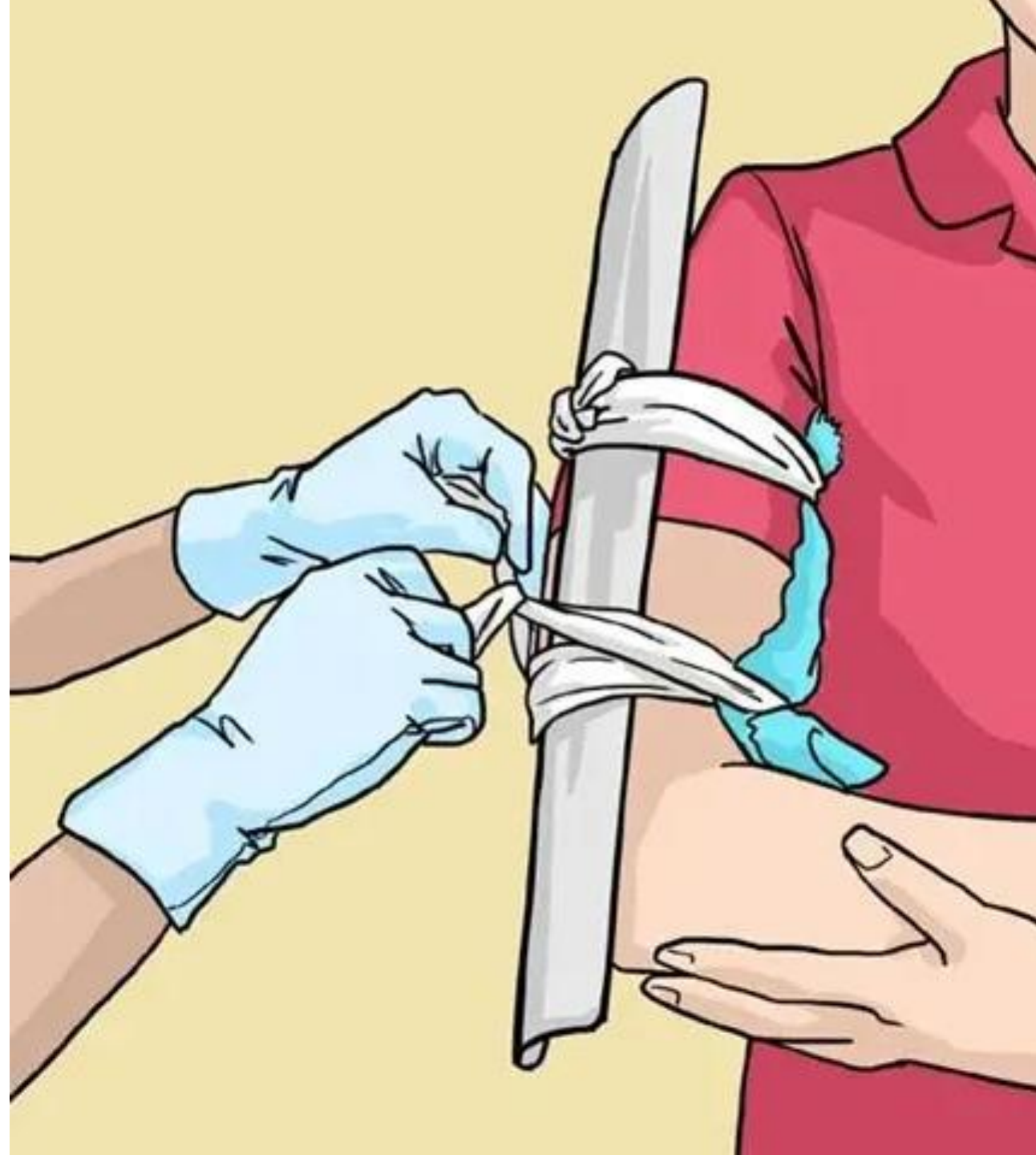
Esto puede causar mas daño a la victima.



Tratar una fractura o luxación

3: Si es fractura expuesta

En caso de ser una fractura expuesta, inmoviliza el hueso expuesto como si fuera una hemorragia objeto incrustado



Tratar una fractura o luxación

4: Inmoviliza

Utilizando madera, tela, cartón o plástico y gazas, inmoviliza la fractura.



Practiquemos





Es una persona que no responde a estímulos verbales ni físicos, pareciendo estar en un sueño profundo pero sin poder despertar. Es una emergencia médica grave, ya que la lengua puede obstruir la vía aérea o la relajación muscular provocar ahogo.

Victima inconsciente

Tratar una víctima inconsciente

1: Recuerda la seguridad personal:

Recuerda los puntos de la seguridad personal



Tratar una victima inconsciente

2: Verifica que la victima este inconsciente:

Háblale, usa estímulos pequeños, verifica si puede despertarse por si misma



Tratar una victima inconsciente

3: Afloja su ropa:

Haz que su cuerpo se relaje para evitar el shock afloja botones de camisa, faja, zapatos y todo lo que pueda estar apretando la circulación



Tratar una victima inconsciente

4: Verifica signos vitales utilizando el VOS:

Acomoda a tu victima boca arriba con mucho cuidado y utiliza el método VOS, Ver su respiración observando el movimiento del tórax, Oír su respiración en tu oído, Sentir el aire cuando respira, en caso de que su respiración este comprometida, colócalo hacia un lado



Tratar una víctima inconsciente

5: Evalúa su cuerpo con exploración física:

Utiliza tus manos para hacer una exploración física de la víctima, mete tus manos debajo de su cuerpo y sácalas, verifica si hay alguna hemorragia o posibles fracturas, en caso de haber, es prioridad controlar la que mas sangre expulse para evitar el shock



Practiquemos

