

CARTILLA DE PRIMEROS AUXILIOS

1- En presencia de un accidentado, aflójele las ropas y observe si su boca o nariz no se hallan entorpecidas por cuerpos extraños que le dificulten la respiración (prótesis dentaria, alimentos, etc.).

2- Observe si tiene o no respiración espontánea, si no la tiene, comience a practicar respiración boca a boca, siguiendo las siguientes instrucciones:

- a) Coloque la cabeza del paciente hacia atrás y cierre con su mano la nariz del mismo.
- b) Observe como se expande el tórax y suelte la nariz del paciente para permitir la salida al aire insuflado.
- c) Repítalo cada 5 segundos.

3- Independientemente de la respiración de la víctima, ponga sus dedos en el cuello, por debajo de la oreja y por detrás del maxilar, y compruebe si hay "latidos". Si no los hay, indica paro cardíaco, es necesario entonces, practicar masaje cardíaco de acuerdo a las siguientes instrucciones:

- a) Ubique la parte inferior del esternón.
- b) Aplique sobre él, la palma de una de sus manos y sobre ésta, la otra.
- c) Presione con fuerza para permitir el descenso del tórax.
- d) Repítalo cada segundo.

4- Si se encuentra solo y debe practicar respiración boca a boca y masaje cardíaco, comprima 15 veces el tórax y luego realice 2 veces la respiración boca a boca y así sucesivamente.

Si el auxilio es prestado por dos personas, una de ellas efectuará el masaje y la otra cada 5 compresiones realizará una respiración boca a boca.-

5- Si el accidentado presenta deformidades o tumefacciones en los miembros, que hagan presumir una fractura, deberá inmovilizarse la región afectada, cuidando de brindar a la misma un buen acolchado.-

6- Cuando la fractura esté complicada con una herida que expone el hueso al exterior, debe cubrirse la herida con gasa o apósitos estériles. Si el hueso sobresale de la herida NO deben realizarse maniobras para introducirlo y deberá inmovilizarse igual a lo mencionado en el punto 5.-

7- Las hemorragias que se producen por heridas asociadas o no, con fracturas, deben controlarse preferentemente con vendajes compresivos, sobre el foco de la herida. NO DEBEN USARSE TORNIQUETES O LIGADURAS.-

8- Cuando se presume lesión a nivel columna vertebral, la movilización del accidentado debe realizarse en posición acostada, sobre una superficie RÍGIDA, evitando la flexión o la extensión de la columna.-

9- Si el accidentado presenta traumatismo de cráneo, cubrir las heridas con gasa o apósitos, efectuando compresión. Si se halla sin conocimiento, vigilar la función respiratoria y cardíaca, según lo indicado en los puntos 2 y 3.-

10- En casos de quemaduras, si éstas no han lesionado la piel en profundidad, deben cubrirse con hielo. En aquellos casos en los que hay lesión profunda de piel, deberá cubrirse la misma con gasas, apósitos o sábanas estériles, de acuerdo a la superficie afectada. Se deberá administrar analgésicos. NO UTILIZAR POMADAS O CREMAS.-