NOCIONES DE PRIMEROS AUXILIOS

Se entienden por primeros auxilios, aquellos cuidados inmediatos y adecuados brindados a la víctima fuera del ambiente hospitalario, ejecutados por cualquier persona capacitada, para garantizar la vida, proporcionar bienestar y evitar la complicación de las lesiones existentes.

Este artículo repasará conceptos del curso de soporte básico de vida (SBV), elaborado por la Fundación Iberoamericana de Salud y Seguridad Ocupacional –FISO, el cual proporciona nociones de Primeros Auxilios, pertinentes para los ambientes laborales.

Los primeros auxilios dependen de conocimientos básicos, teóricos, y prácticos por parte de quienes los están brindando. Por lo tanto, la recuperación de la víctima de un accidente, sea cual fuera la naturaleza de éste, dependerá en gran medida de la preparación psicológica y técnica de la persona que brinda la atención.

El socorrista debe actuar con sentido común, tolerancia y calma. Una atención incorrecta puede traer aparejadas secuelas irreversibles a la víctima. De esta adecuada actitud al atender a un herido dependerá la vida del mismo.

Evaluación del Accidente

Es necesario evaluar cuál es la situación del accidente y prevenir posibles complicaciones.

¿Cuál es la situación? Se refiere a conocer cuál es el estado actual, aquello que el socorrista ve, lo que relatan los testigos, descripción del escenario.

¿Qué rumbo tomará? Análisis de Potencialidad o de cómo la situación puede evolucionar (combustible derramado, fuego, tránsito de vehículos, etc.)

¿Cómo controlarla? Elegir medios para manejar el problema, pedir ayuda y prevenir una complicación del accidente. Es importante buscar a un observador que tenga entrenamiento en primeros auxilios. Además, delegar la responsabilidad a personas que tengan mayor capacidad técnica, en caso de que las mismas estén presentes.

Otro aspecto importante a considerar es contar con la protección necesaria ante posibles enfermedades. Usar guantes, fundas plásticas o cualquier otro elemento como barrera para evitar el contacto con la sangre o fluidos corporales y lavarse las manos lo antes posible una vez que haya culminado la atención.

Análisis Primario

Es el procedimiento clave para conocer la gravedad de las heridas y determinar los pasos a seguir en materia de primeros auxilios. ¿En qué consiste?

- Verificar el nivel de consciencia de la víctima.
- Liberar las vías aéreas (respiratorias).
- Verificar la respiración.
- Verificar los latidos del corazón.
- Aplicar maniobra cuello-cervical.
- Si hay varios accidentados priorizar la atención según la gravedad de los mismos.

Análisis Secundario

Es el procedimiento que verifica la extensión de todas las heridas recibidas, la pérdida de sangre, fracturas y otras lesiones. ¿En qué consiste?:

- Observación general: se sugiere aflojar las ropas, controlar que no haya lesiones ocultas (revisando desde la cabeza a los pies, de frente y de espalda a la víctima).
- Interrogar a la víctima(si es posible): averiguar cómo ocurrió el accidente, que partes del cuerpo duelen, si existe sensación de hormigueo (parestesia) en piernas o brazos (sospechar lesión de columna), si hay imposibilidad de movilizarse, dificultad o dolor al respirar.

- Interrogar a testigos (en caso de haber).
- No dejar a la víctima sola.
- No dar agua, alcohol, azúcar o sal, analgésicos, etc. Preguntar si la víctima posee alguna enfermedad tal como diabetes, hipertensión, asma, alergia a determinada medicación, etc.
- Evitar movimientos innecesarios del accidentado.
- Cubrir al lesionado para mantener la temperatura corporal.
- No emitir comentarios sobre el estado de salud del mismo, aún si se encuentra inconsciente.
- Alejar a los curiosos que inquietan al afectado con sus murmuraciones.

Paro Cardíaco

Comienza con dolor en el pecho que se caracteriza por ser intenso, de inicio súbito y de tipo opresivo. Entre los signos y síntomas que se pueden apreciar en este caso, la persona no tiene pulso ni se perciben latidos del corazón.

Procedimiento con personas en paro cardíaco:

- ✓ Colocar a la víctima boca arriba sobre una superficie rígida.
- ✓ Abrir la vía aérea inclinando la cabeza del accidentado hacia atrás y levantar la barbilla.
- ✓ Verificar si la respiración es normal, acercándose a la víctima para detectar si el pecho sube y baja.
- ✓ Efectuar compresiones torácicas.

Paro Respiratorio por Obstrucción de las Vías Aéreas

Una obstrucción de la vía aérea ocurre cuando un objeto impide el acceso de aire obstruyendo la vía respiratoria, causando que la persona no pueda respirar adecuadamente. Esto puede derivar en un paro respiratorio. En todos los casos de obstrucción de dicha vía, la víctima suele asumir una posición instintiva: llevarse las manos al cuello (signo universal de asfixia), lo cual indica que requiere ayuda inmediata.

Puede existir una obstrucción leve de las vías aéreas. En este caso, puede permitirle al afectado tener intercambio de aire en forma adecuada para poder oxigenar la sangre.

Los síntomas de una obstrucción leve de vías aéreas son:

- La persona tose con fuerza.
- Puede hablar e inhalar y exhalar cantidades suficientes de aire, sin dificultad para respirar.

Procedimiento en caso de una obstrucción leve de vías aéreas:

- ✓ Estimular a la persona para que tosa fuertemente.
- ✓ No administrar golpes en la espalda ni hacer Maniobra de Heimlich.
- ✓ No permitir que la persona se aleje o se quede sola. Acompañarla si se aleja.

En caso de una obstrucción grave de las vías aéreas, el afectado no podrá procurar la salida de aire de los pulmones, es decir, no podrá toser ni hablar, ya que en ambas acciones es necesario el flujo de aire al exterior. En esta situación, la víctima estará consciente los primeros 3 o 4 minutos, luego se caerá a la tierra. Instantes después de la caída se producirá la muerte irreversible. Los síntomas son:

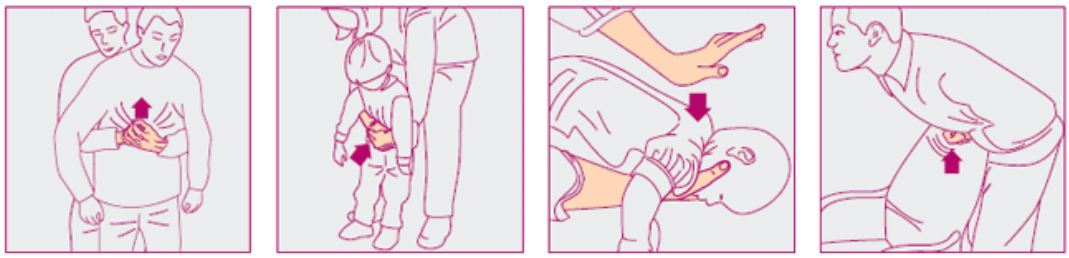
- *La persona padece agitación corporal.*
- *Tose débilmente.*
- *Posee dificultad para hablar.*
- *Se golpea el pecho con la mano.*
- *Coloca sus manos alrededor del cuello en forma de moño (señal universal de atragantamiento).*

Procedimiento con personas en caso de una obstrucción grave de vías aéreas:

- *En este caso se debe aplicar la MANIOBRA DE HEIMLICH (compresiones abdominales) aplicando compresiones abdominales que provocan un aumento de la presión intratorácica, es decir "tos artificial".*

Maniobra de HEIMLICH para personas conscientes:

- Colocarse detrás de la víctima.
- Abrazarla por la cintura, afirmando los puños entre las costillas.
- Empujar a la persona hacia arriba y hacia la propia dirección en forma rápida y vigorosa, haciendo movimientos en forma de "J".



ADULTO NIÑOS MENOR DE 1 AÑO AUTOMANIOBRA

Maniobra de HEIMLICH para personas inconscientes:

Si la víctima cae en estado de inconsciencia:

- Posicionar a la persona en el suelo, boca arriba y con la cabeza girada hacia un lado.
- En este caso el socorrista debe sentarse encima de las rodillas del accidentado.
- Colocar el talón de una mano a dos dedos por encima del ombligo, situando la segunda mano sobre la primera. Realizar una presión enérgica hacia arriba, tratando de estrangular la parte inferior del diafragma. Repetir la maniobra hasta conseguir el éxito. Observar dentro de la boca y quitar cualquier objeto visible.
- Posicionar a la persona boca arriba.
- Abrir la vía aérea (con maniobra de frente- mentón). *La maniobra frente-mentón se realiza apoyando una mano en la frente para inclinar la cabeza hacia atrás, y los dedos segundo y tercero de la otra mano, e4n el mentón para elevar la barbilla.*
- Intentar efectuar dos respiraciones al paciente. Si el aire no entra es necesario volver a posicionar la cabeza para asegurar que se haya abierto correctamente la vía aérea.
- Iniciar la Reanimación Cardiopulmonar (RCP, que publicamos en el artículo anterior).

Paro Cardiorespiratorio

Esta es una de las mayores emergencias que pueden llegar a manifestarse. Consiste en la falta de respiración y latidos cardíacos. Ambos síntomas deben tratarse con la máxima atención, ya que la sola presencia de uno de ellos ocasiona el otro y puede provocar la muerte en un período que va de 3 a 5 minutos.

Signos y síntomas:

- La persona no tiene pulso ni latidos del corazón.
- Pierde el conocimiento.

Procedimientos con víctimas de paro cardiorespiratorio:

- Constatar la inconsciencia de la víctima, procurando establecer contacto.
- Liberar las vías aéreas.
- Buscar objetos en la boca que pueden interferir en la respiración.
- Ver, oír, sentir.
- Realizar dos ventilaciones de rescate y, en caso de no tener éxito, iniciar maniobras de resucitación cardiopulmonar.

Para otros casos de necesidad de aplicación de maniobras de primeros auxilios, tales como, hemorragias (internas o externas); quemaduras; fracturas; lesiones oculares o lesiones de columna vertebral requerirá la verificación de los signos y síntomas y recomendaciones para cada cuadro. La especificación de los mismos se realizará en próximos artículos.

Fuente:

FISO, Curso sobre Nociones de Primeros Auxilios.

4/12/12