

## **SEMINARIO DE PRIMEROS AUXILIOS.**

### **SUPUESTOS PRÁCTICOS:**

#### **1. Define lo que son para ti "primeros auxilios".**

Los primeros auxilios son las medidas de urgencia que se pueden llevar a cabo hasta que lleguen los servicios de emergencia.

#### **2. ¿Qué significa "PAS"?**

P = Proteger.      A = Alertar.      S = Socorrer.

#### **3. En el aula un alumno comienza a sangrar por la nariz, ¿cómo actuarías?**

Lo primero es actuar siempre con tranquilidad. Después se presionaría el tabique y se le diría al alumno que pusiese la cabeza hacia delante. Por último, se taponaría el sangrado con una gasa impregnada en agua oxigenada para cortar la hemorragia.

#### **4. ¿En qué tres supuestos está indicado realizar un torniquete?**

Está indicado en arrancamiento, aplastamiento y hemorragia arterial grave.

#### **5. Un niño se cae en el recreo y se hace una herida en la rodilla. ¿Cómo se la curarías?**

Lo primero es lavarse las manos y ponerse guantes. A continuación, lavamos y secamos la herida. Se desinfecta con suero fisiológico y con algún desinfectante como Betadine o Clorhexidina. Es aconsejable taponar la herida para evitar que se infecte.

**6. Estáis en una excursión y en medio de una caminata, se le produce una ampolla bastante grande en el talón a un alumno. ¿Estaría indicado romper la ampolla para continuar la marcha? ¿Cómo lo curarías?**

En este caso sí es aconsejable romper la ampolla para facilitar al alumno que pueda seguir la marcha. Se puede pinchar con una aguja esterilizada y un hilo para que vaya drenando. Tapar con una gasa para que no se infecte.

**7. Explica cómo se distingue un esguince de una luxación y de una fractura y qué actuación es la más adecuada en cada uno.**

El esguince es un desgarro de ligamentos, la luxación es un desplazamiento de los huesos de una articulación y la fractura es la rotura o grieta en un hueso.

A simple vista nos parece algo complicado de diferenciar, así que inmovilizaríamos la zona, aplicaríamos frío y se avisaría a los servicios de emergencia.

**8. ¿Qué es lo primero que debemos hacer a una persona que ha sufrido una lipotimia?**

Se le colocaría tumbado y le elevaríamos las piernas. Es aconsejable aflojarle la ropa si algo le oprime. En el caso de pérdida de conocimiento, colocamos a la persona en posición lateral de seguridad y llamar al 112.

**9. En el patio, pica una avispa a un niño alérgico a su veneno y comienza a notar los síntomas de una reacción anafiláctica. Indica a los pasos a seguir para auxiliarle.**

Ante una picadura, sería recomendable extraer el aguijón, lavar la piel y desinfectar. Se recomienda también poner frío para bajar la inflamación.

En el caso de que el alumno esté diagnosticado de alergia, los padres deben informar al centro y proporcionar los informes y las medidas de actuación.

Si el alumno comienza con síntomas de reacción anafiláctica sería necesario administrarle adrenalina.

### **10. Explica las diferencias y los síntomas entre los diferentes tipos de quemaduras y cómo actuarías en cada una de ellas (primero, segundo y tercer grado).**

Las quemaduras de primer grado son las más leves; las más comunes son las producidas por el sol. Las de segundo grado afectan a la dermis, por ejemplo, con aceite caliente. Las de tercer grado son las más graves.

Ante una quemadura hay que sumergir la zona quemada en agua fría o poner debajo del grifo durante al menos 10 minutos. Tapar la quemadura con una gasa estéril. Se puede aplicar alguna crema indicada para quemaduras.

En el caso de haber ampolla, se recomienda no romperla; y si hay ropa pegada no hay que quitarla.

### **11. En una salida con los alumnos, estáis comiendo y un chico comienza a echarse las manos al cuello porque se ha atragantado, ¿qué harías para ayudarlo?**

Lo primero es animarle a que tosa; si no resulta, darle 5 palmadas entre los omóplatos fuerte y hacia arriba. Si esto tampoco resulta, proceder con la maniobra de Heimlich, hasta conseguir que expulse lo que le producía el atragantamiento.

### **12. Te encuentras a una persona en el suelo que está inconsciente, no respira ni tiene pulso. Explica los pasos a seguir para atenderle.**

Tras comprobar que no está consciente y no respira ni tiene pulso, lo primero es pedir ayuda y avisar a emergencias (112).

A continuación, abrimos la vía aérea echándole la cabeza hacia atrás.

Si sigue sin respirar, comenzamos con 30 compresiones y 2 insuflaciones.

Hay que mantener ese ritmo hasta que comience a respirar o recupere la consciencia (en ese caso, posición lateral de seguridad), hasta que lleguen los servicios de emergencia o tras 20 minutos realizando la RCP y no haya ninguna reacción.

### 13. ¿A qué ritmo se deben realizar las compresiones torácicas en el masaje cardíaco?

El ritmo es 30 compresiones + 2 insuflaciones.

Se puede tener en cuenta alguna canción para marcar más o menos el ritmo de las compresiones, como por ejemplo “La Macarena” o “Bob Esponja” en el caso de enseñárselo a los niños.

### 14. Haz una lista de lo que crees que deberíamos encontrar en un botiquín de un colegio.

- |                                |                           |
|--------------------------------|---------------------------|
| ✓ Gasas estériles.             | ✓ Clorhexidina.           |
| ✓ Compresas.                   | ✓ Betadine.               |
| ✓ Vendas.                      | ✓ Agua oxigenada.         |
| ✓ Algodón.                     | ✓ Alcohol.                |
| ✓ Tiritas.                     | ✓ Termómetro.             |
| ✓ Esparadrapo de papel y tela. | ✓ Tijeras punta roma.     |
| ✓ Guantes.                     | ✓ Arnidol.                |
| ✓ Hielo.                       | ✓ Puntos de aproximación. |
| ✓ Suero fisiológico.           | ✓ Teléfonos de urgencias. |