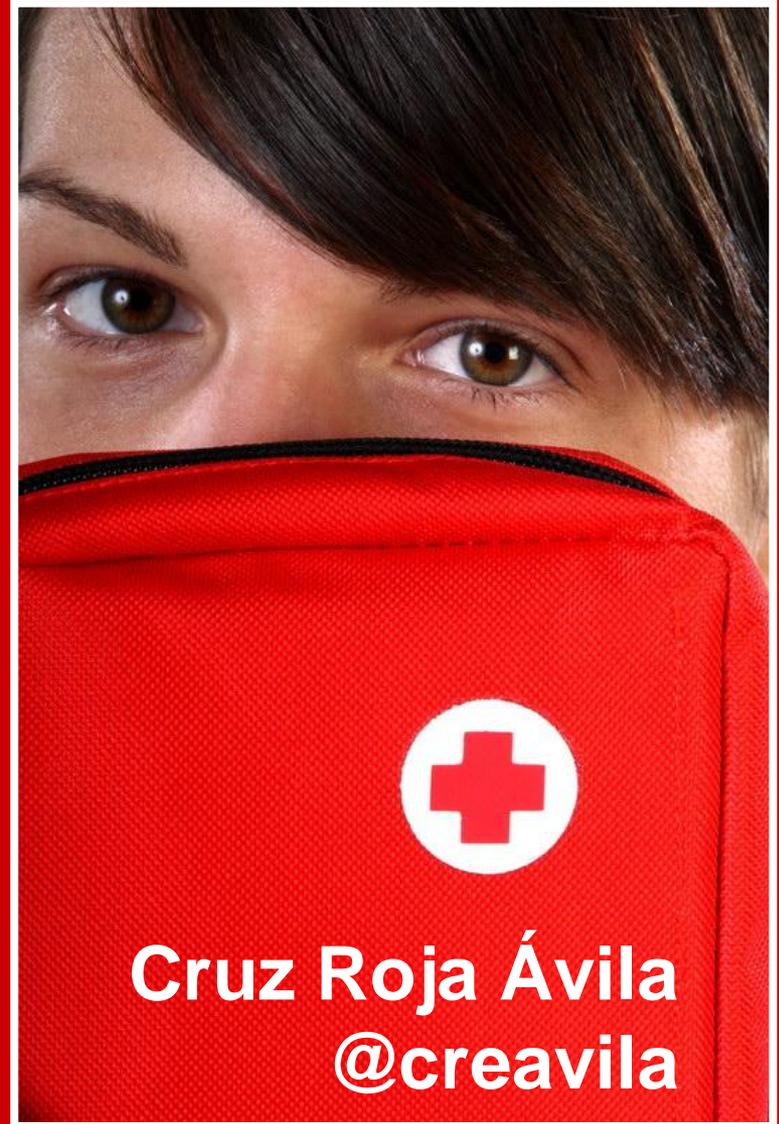


PRIMEROS AUXILIOS BÁSICOS



Laura Jiménez Rodríguez
@lajiro30
laurajiro@hotmail.com



Cruz Roja Ávila
@creavila

Cada vez más cerca de las personas

 **Cruz Roja Española**

La Misión

“Estar cada vez más cerca de las personas vulnerables en los ámbitos nacional e internacional a través de acciones de carácter preventivo, asistencial, rehabilitador y de desarrollo, realizadas esencialmente por voluntariado”

La Visión

“Cruz Roja Española, como organización humanitaria y de acción voluntaria arraigada en la sociedad, dará respuestas integrales desde una perspectiva de desarrollo a las víctimas de desastres y emergencias, a problemas sociales, de salud y medioambientales”

Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

Índice

1. Objetivos
2. ¿Qué es el socorrismo?
3. Pauta general de actuación ante una situación de emergencia. PAS
4. Exploración secundaria
5. Conceptos
6. Movilidad y manejo urgente de víctimas
7. SVB Adulto. Cadena Supervivencia
8. PLS
9. SVB pediátrico
10. OVACE
11. Hemorragias
12. Heridas
13. Quemaduras
14. Traumatismos
15. Intoxicaciones
16. Picaduras y mordeduras de animales
17. Urgencias médicas
18. Botiquín



Objetivos

Proporcionar los conocimientos más elementales para poder ofrecer una ayuda eficaz a las personas que han sufrido una situación de emergencia, ya sea por accidente o por enfermedad, en la naturaleza y en actividades al aire libre.

Adquirir conocimientos para:

- Identificar y resolver situaciones de urgencia vital
- Aprender a prevenir accidentes
- Aplicar los procedimientos y las técnicas más adecuadas en autoprotección y soporte a la asistencia sanitaria



¿Qué es el socorrismo?

Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

¿Qué es el socorrismo?

No sólo es la realización de las primeras curas.

Comprende:

- La prevención de accidentes (prevención primaria)
- Realización de los primeros auxilios (prevención secundaria)

PRIMEROS AUXILIOS: Cuidado inmediato que se brinda a una persona en estado de emergencia, en el lugar donde se produjo, antes de ser atendido por personal especializado .

Ante una situación de emergencia inmediata con riesgo vital, la resolución del caso dependerá, en gran medida, de la primera respuesta que se dé.

Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

**PAUTA GENERAL
DE
ACTUACIÓN
ANTE UNA SITUACIÓN
DE EMERGENCIA**

Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

Conducta P.A.S.

PROTEGER

Tanto al accidentado como a uno mismo o a los demás

AVISAR

A los servicios de emergencia. Alertar al SEM



SOCORRER

Al accidentado

Cada vez más cerca de las personas



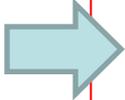
PROTEGER →

ALER TAR

SOCORRER

- *No agravar más la situación.*
- *Antes hay que hacer valoración del entorno → riesgos*
- *Medidas de autoprotección*
- *Valorar nuestras capacidades y conocimientos, etc*



PROTEGER**A**LER TAR **S**OCORRER**112**

- Gratuito y para cualquier tipo de emergencia
- Valorar si dejamos sola a la víctima o la llevamos con nosotros para avisar o encontrar ayuda
- Hay que informar de lo ocurrido.
- Hay que tener en cuenta que hemos de saber explicar exactamente donde se encuentra el herido. Buscar referencias claramente visibles

PROTEGER

ALER TAR

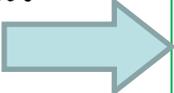
SOCORRER →

- Mantener la calma. Tranquilizar a la víctima.
- No mover al herido a no ser imprescindible.
- Hacer sólo lo que sabemos.
- Valorar el nivel de consciencia mediante la técnica AVDN.
Evaluación del paciente
- Muchas veces la víctima que más grita no es la más grave.
- Evitar pérdida de calor



• Valoración primaria del paciente. 

• Reanimación y/o mantenimiento de la respiración y circulación.

• Valoración secundaria. 

• Tratamiento definitivo (hospitalario)

1. **Comprobar consciencia.**
2. **Comprobar respiración.**
3. **Valoración de la circulación y Buscar posibles hemorragias.**

- **Entrevista – opuma**
- **Exploración**
- **Examen neurológico**
- **Respiración**
- **Pulso**
- **Tª corporal o de la piel**
- **Otras lesiones en el resto del cuerpo**

EXPLORACIÓN SECUNDARIA

Pautas a seguir:

- Recoger información básica, preguntando a la víctima o al entorno:
- ¿Qué ha pasado?
- ¿Cómo se encuentra, qué síntomas tiene?
- ¿Cómo se ha producido la lesión?
- ¿Tiene alguna enfermedad, toma medicación?
- Alergias conocidas (medicamentos, alimentos...)
- Nombre, edad, domicilio, teléfono de familiares o persona de contacto.



EXPLORACIÓN SECUNDARIA

Busque pistas externas:

- Presencia de medicamentos, inhaladores
- Pulseras de alerta médica
- Jeringas, botellas...

Exploración física: examen físico de cabeza a pies tomando nota de:

- Calidad del estado de consciencia, de la respiración y circulación.



Valoración secundaria

Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

Recuerde

Realizarla sólo la víctima está fuera de peligro vital inmediato.



Historial ajustado de lo sucedido y de antecedentes.



Busque pistas externas.



No desplazar ni mover innecesariamente a la víctima si no existe riesgo vital



Exploración física de cabeza a pies:

- Evaluar síntomas.
- Anotar signos.

Cada vez más cerca de las personas

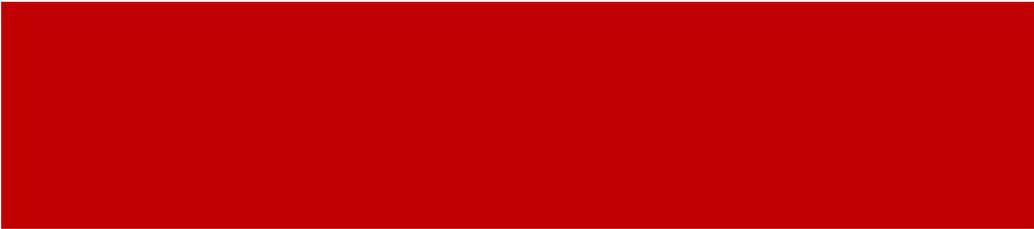


Cruz Roja Española

SIGNOS, SÍNTOMAS y SÍNDROME

- **SIGNO**: lo que puede ser constatado por varios actuantes (pérdida de conocimiento, sangrado...)
- **SÍNTOMA**: lo que la víctima indica que le sucede (dolor, opresión...)
- **SÍNDROME**: conjunto de síntomas y signos que se ven de forma habitual en un proceso o enfermedad





MOVILIDAD Y MANEJO URGENTE DE VÍCTIMAS

Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

GIRAR A UNA VÍCTIMA QUE SE ENCUENTRE BOCA ABAJO (Técnica para un solo actuante)



Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

ARRASTRE DE UNA VÍCTIMA (Técnica para un solo actuante)

Se aconseja para alejar rápidamente a la víctima de un peligro o trasladarla a un plano duro y rígido



Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

ARRASTRE POR LAS AXILAS. Técnica 1.

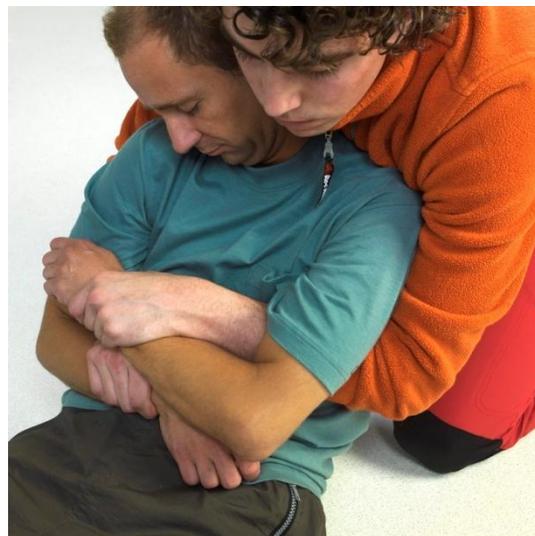


Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

ARRASTRE POR LAS AXILAS. Técnica 2.

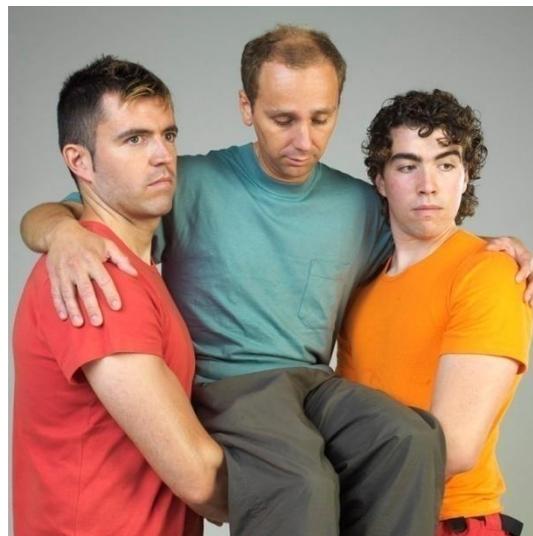


Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

AYUDA A VÍCTIMAS CON MOVILIDAD



Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR BÁSICA EN ADULTOS

Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

Te encuentras paseando por una calle céntrica de Avila (Plaza Sta Teresa). De repente, una persona que camina delante tuya se para bruscamente, parece marearse. Cuando quieres reaccionar la persona se encuentra inmóvil en el suelo

¿QUÉ HACES?

Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

La cadena de supervivencia



DETECCIÓN PRECOZ

Primera persona que atiende al herido

- Detección
- Alarma
- Medidas inmediatas

RCP PRECOZ

Personal sanitario de la ambulancia
Personal instruido

- Control situación
- SvB

DEFIBRILACIÓN PRECOZ

Personal sanitario (c. salud, hospital, amb)

CUIDADOS POSTRESUCITACIÓN

Personal del servicio de rehabilitación.

- Estabilización
- Fisioterapia
- Psicología
- Cuidados especiales

Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

¿Qué es una **P**arada **C**ardio **R**espiratoria?

Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

PCR: es aquella interrupción brusca, inesperada y **potencialmente REVERSIBLE** de la respiración y la circulación sanguínea espontáneas.

Actualmente, en RCP básica, la **ausencia de consciencia y respiración normal (Apnea) y respiración en bocanadas o agónica**, ya nos indica que no hay circulación efectiva y, por tanto, PCR.

RCP: es el conjunto de maniobras temporales encaminadas a asegurar la oxigenación de los órganos vitales cuando se produce una situación de PCR.

- Según el tipo de víctima:

- Adulto
- Niño
- Lactante - recién nacido



- Según el material y la capacitación del socorrista:

- R.C.P. Básica



masaje cardíaco externo y ventilaciones. Resulta vital su inicio en los **4 primeros minutos** tras la PCR. Puede ser realizada por cualquier persona.

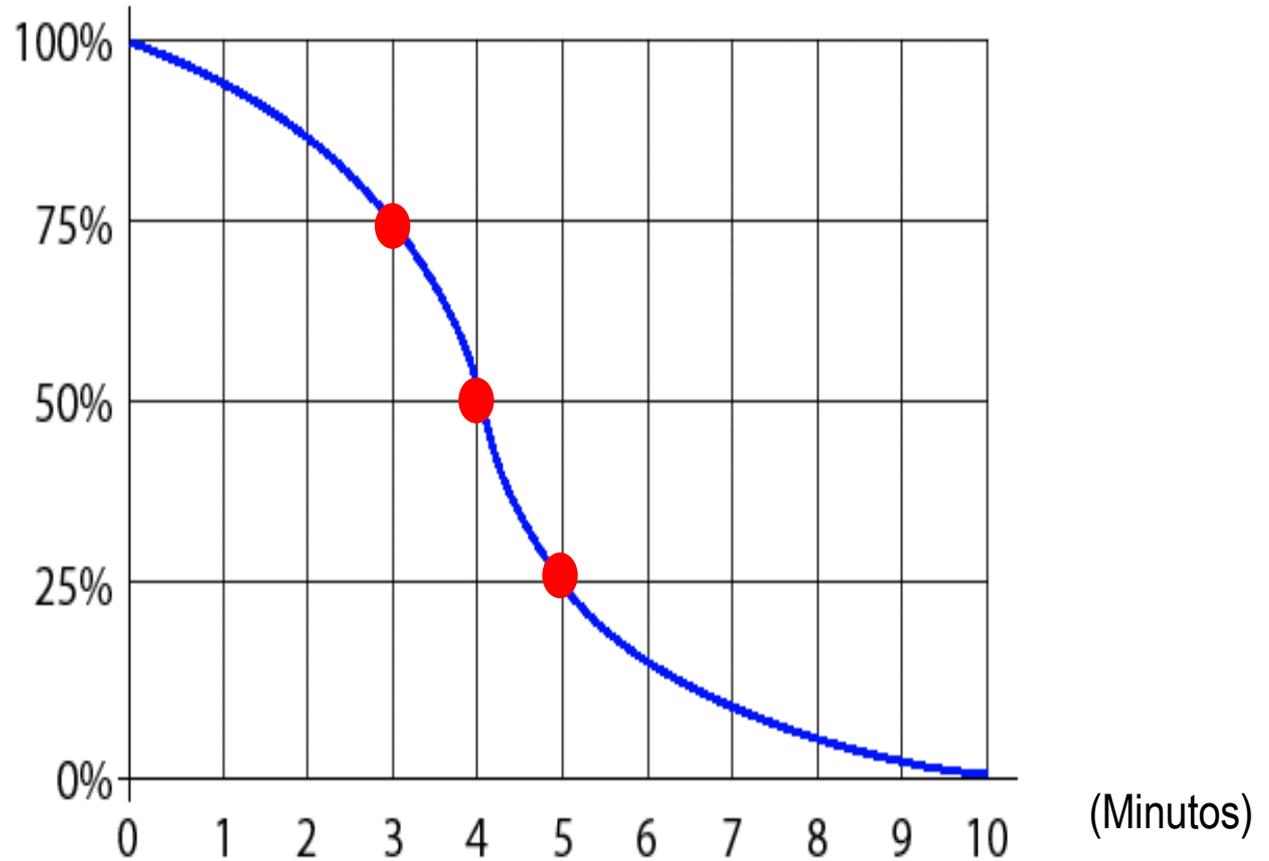
- R.C.P. Instrumental.

- R.C.P. Avanzada.

CURVA DE DRINKER

(Porcentaje de posibilidades de supervivencia)

*- Curva de drinker
(Posibilidades de supervivencia)*



Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española



¿Cómo sería el protocolo?

**¿No responde y
no respira con normalidad?**

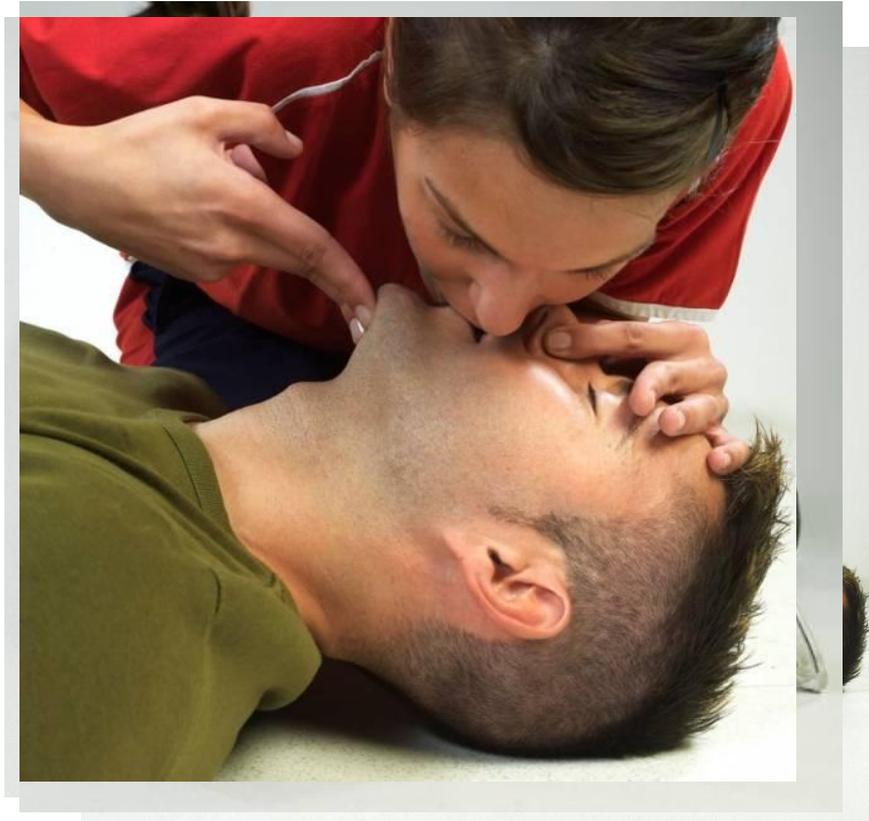
**Llame al
Servicio de Emergencias (112)**

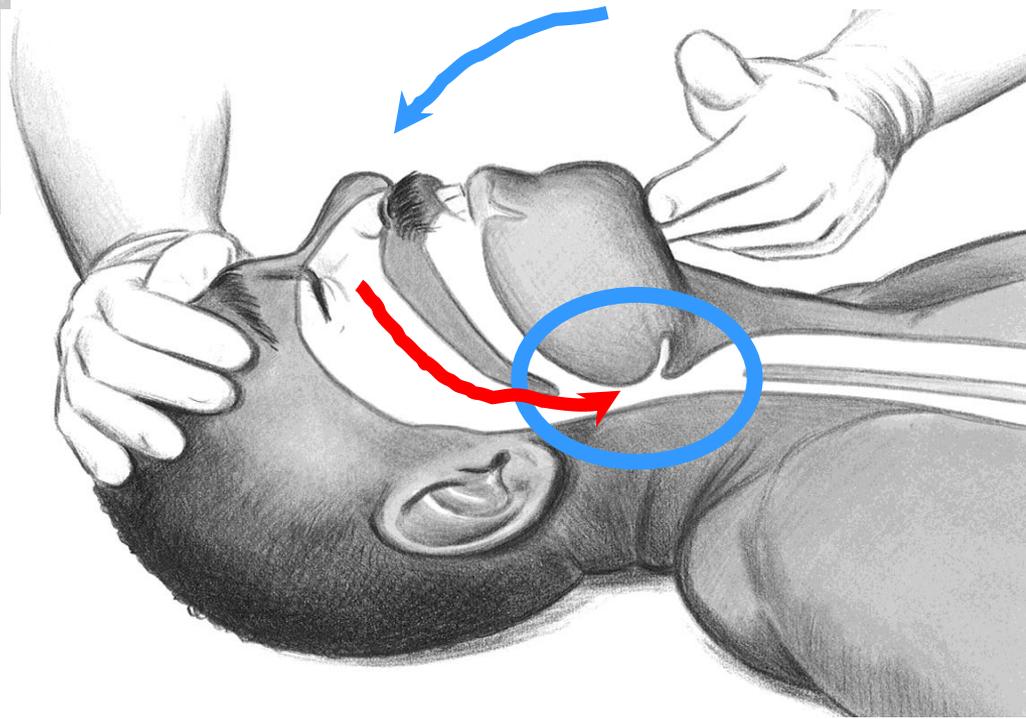
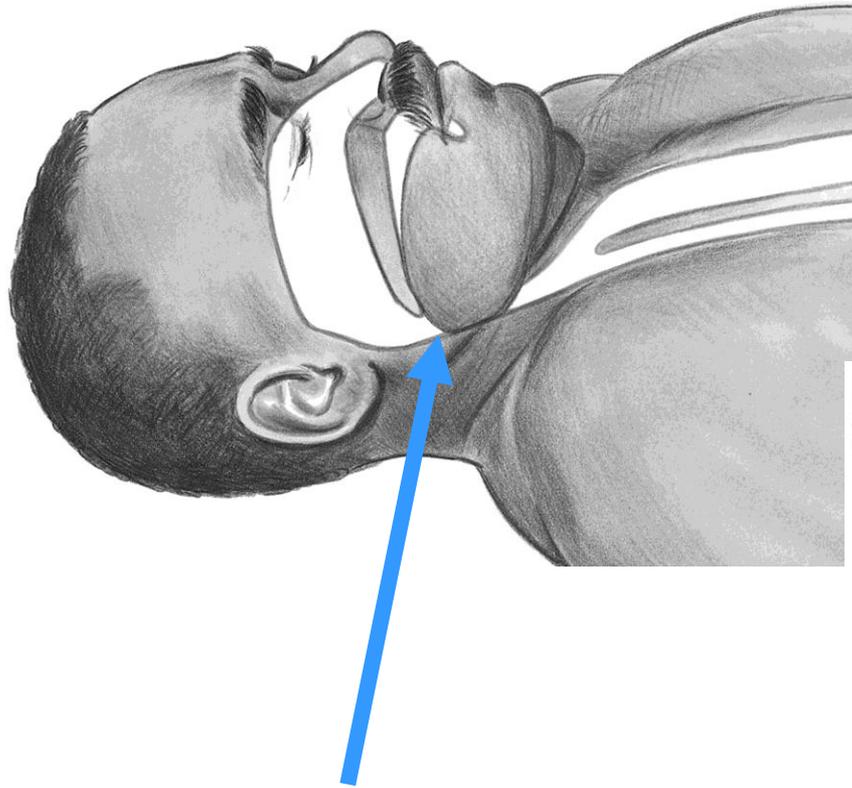
30 compresiones torácicas

2 respiraciones de rescate

Continúe RCP 30:2

**En cuanto llegue el DEA.
enciéndalo y
siga sus instrucciones**





Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

RESPIRACIONES AGÓNICAS: (Gaspings)



■ Víctima CONSCIENTE.

Seguiremos los siguientes puntos:

- Preguntarle qué le ha ocurrido.
- Dejarle en la posición que está, preferiblemente.
- Buscar signos de hemorragia y shock.
- Efectuar una exploración sistematizada (exploración secundaria)
- Seguir controlando periódicamente el estado de consciencia de la víctima.
- Telefonar solicitando ayuda si ésta fuera necesaria.



Si la víctima respira normalmente:

Hay que colocarla en posición lateral de seguridad

- Llame o haga llamar al SEM
- Compruebe regularmente el estado de la víctima (consciencia y respiración).
- Abrigue a la víctima para evitar pérdida de calor corporal



OTROS ASPECTOS A TENER EN CONSIDERACIÓN

- Deténgase sólo en caso de sospecha de que la víctima empiece a **respirar normalmente**; en caso contrario, no interrumpa la reanimación.
- Si hay **más de un reanimador** presente, han de relevarse **cada 2 minutos** para prevenir el agotamiento. Es más efectivo que hacerlo simultáneamente.
- Si no podemos controlar el tiempo, a modo orientativo **2 minutos son 5 ciclos de 30 compresiones/2 ventilaciones**.



Inicio de R.C.P.:

Siempre que estemos ante una P.C.R. excepto cuando:

- Exista la certeza de que ha transcurrido excesivo tiempo (excepto ahogamiento o hipotermia, sobre todo en niños).
- La parada sea consecuencia del desenlace final de una enfermedad incurable.
- La víctima presente signos inequívocos de muerte.



Fin de R.C.P, cuando.....:

- La víctima recupere su respiración y circulación
- Un médico certifique la defunción de la víctima
- El socorrista exhausto no pueda continuar con dichas técnicas de reanimación
- Personal especializado se hace cargo del herido



PROBLEMAS MÁS FRECUENTES QUE PUEDEN APARECER:

- Objetos extraños en la cavidad oral.
- Dilatación gástrica.
- Vómitos.



POSICIÓN LATERAL DE SEGURIDAD

Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

POSICIÓN LATERAL DE SEGURIDAD

Es la posición de espera para víctima que no tienen un correcto estado de consciencia y que respiran de forma efectiva.

El objetivo es mantener evitar el bloqueo con lengua de la vía aérea disminuyendo el riesgo de atragantamiento por secreciones.

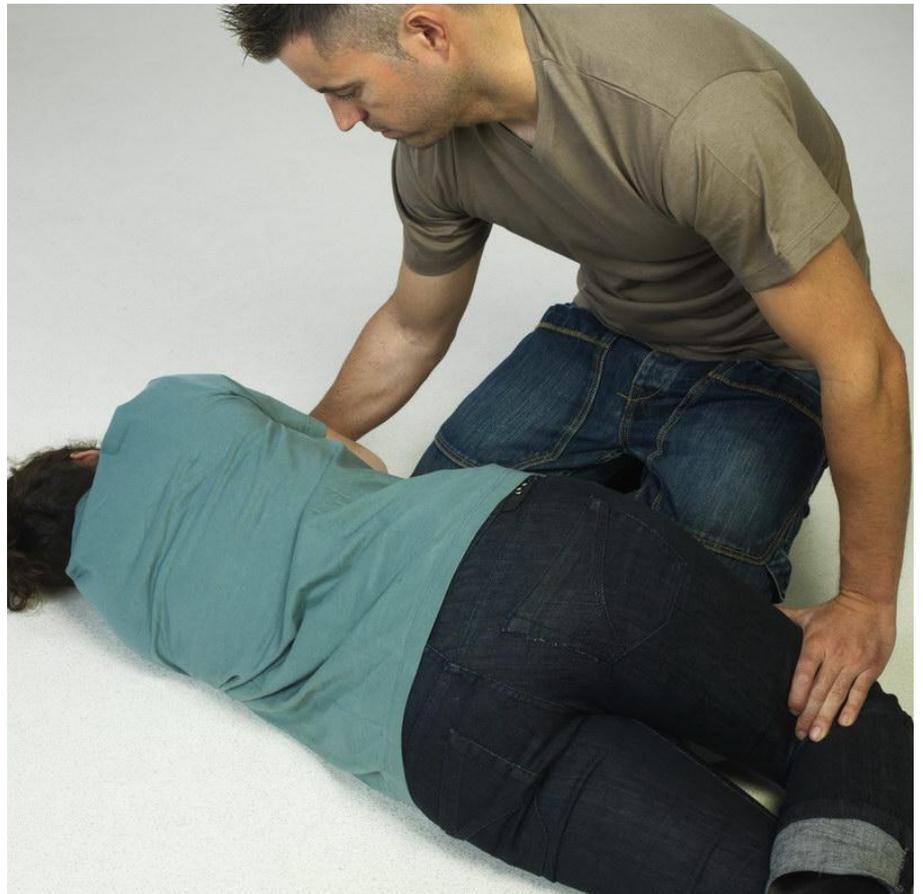
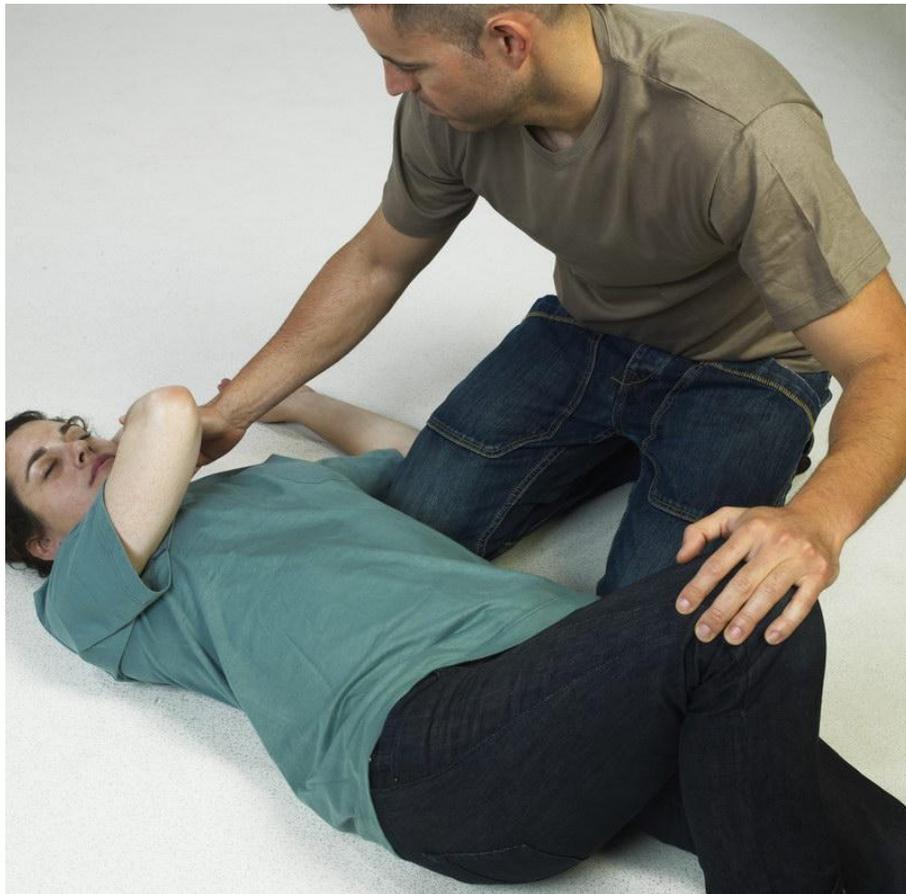




Cada vez más cerca de las personas



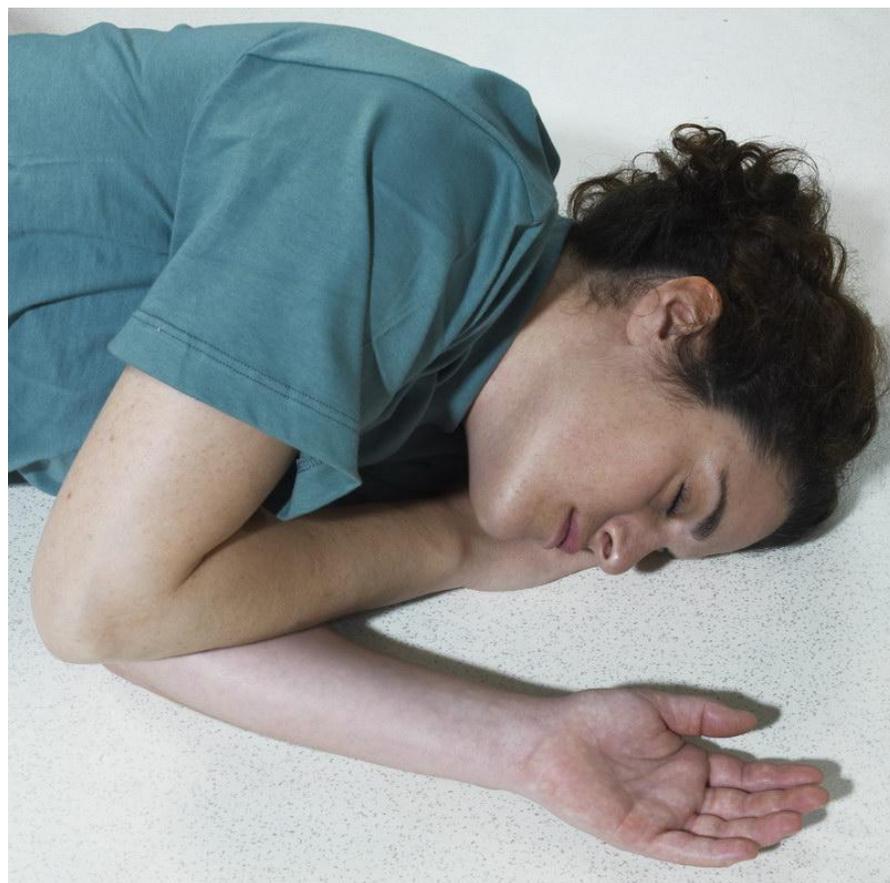
Cruz Roja Española



Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española



Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

SOPORTE VITAL BÁSICO PEDIÁTRICO



Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española



CASO PRÁCTICO

Te encuentras en el descanso del curso y has decidido tomarte algo en la cafetería. Cuando te acercas observas que un señor que se encuentra de pie, con las manos en el cuello y sin poder hablar ni toser.

¿Cuál es tu actuación?



**OBSTRUCCIÓN DE
LA VÍA AÉREA POR
UN CUERPO
EXTRAÑO EN
ADULTOS Y NIÑOS
MAYORES DE 1 AÑO**

Cada vez más cerca de las personas



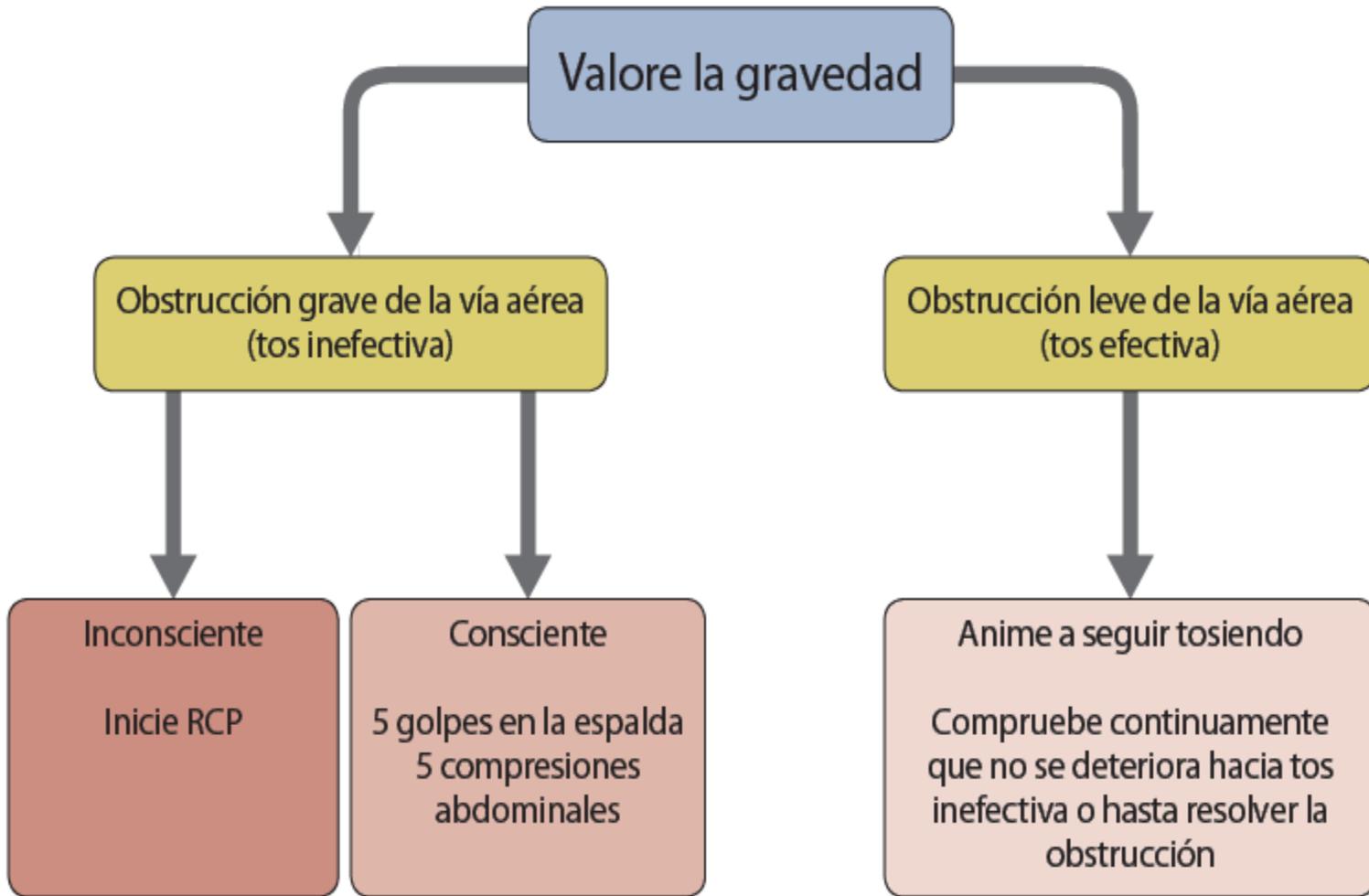
Cruz Roja Española

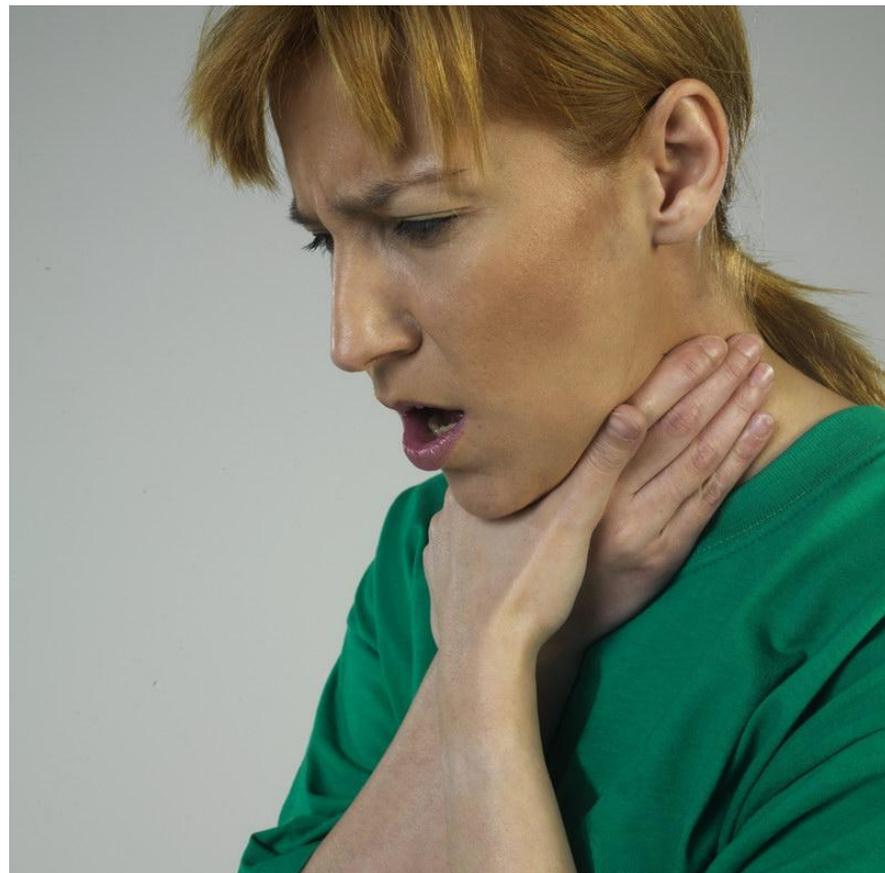
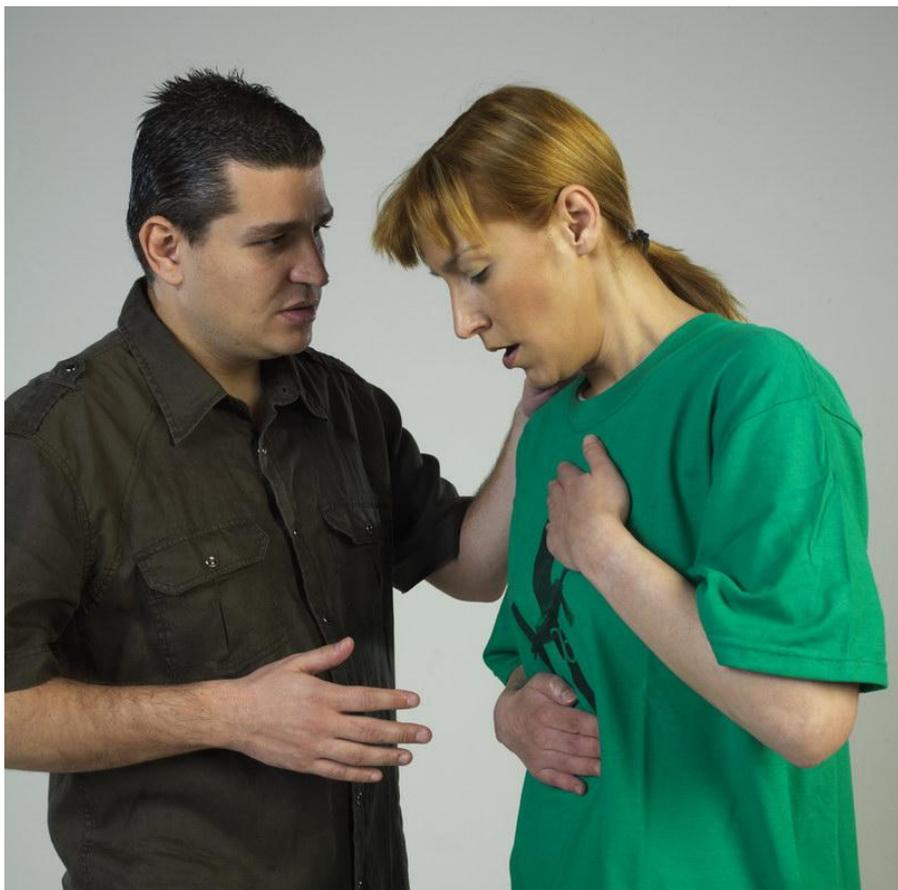


Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española





Cada vez más cerca de las personas



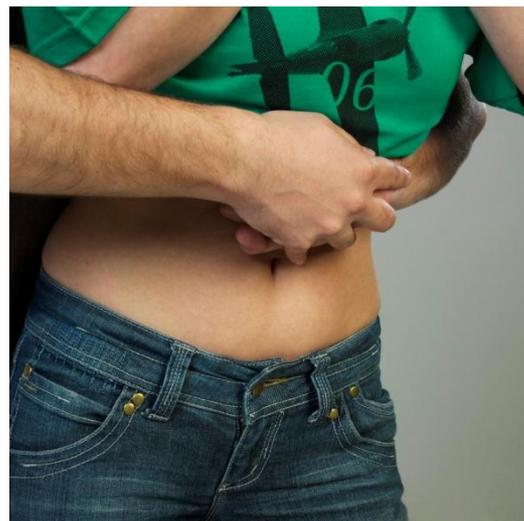
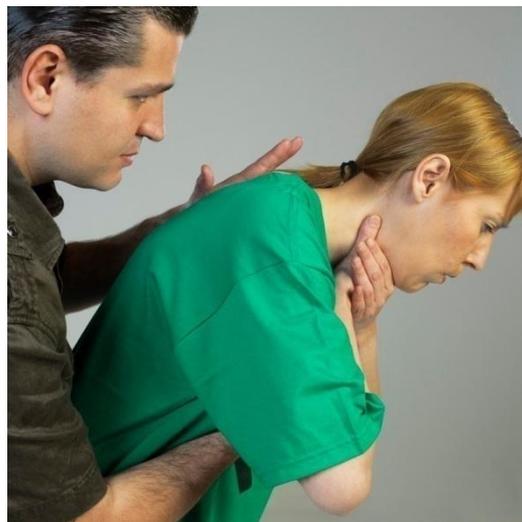
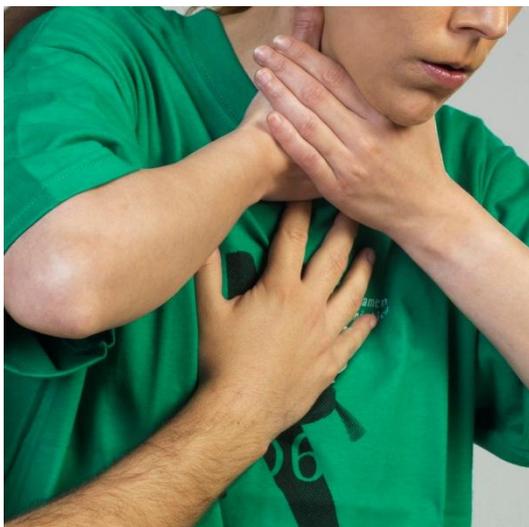
Cruz Roja Española



Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

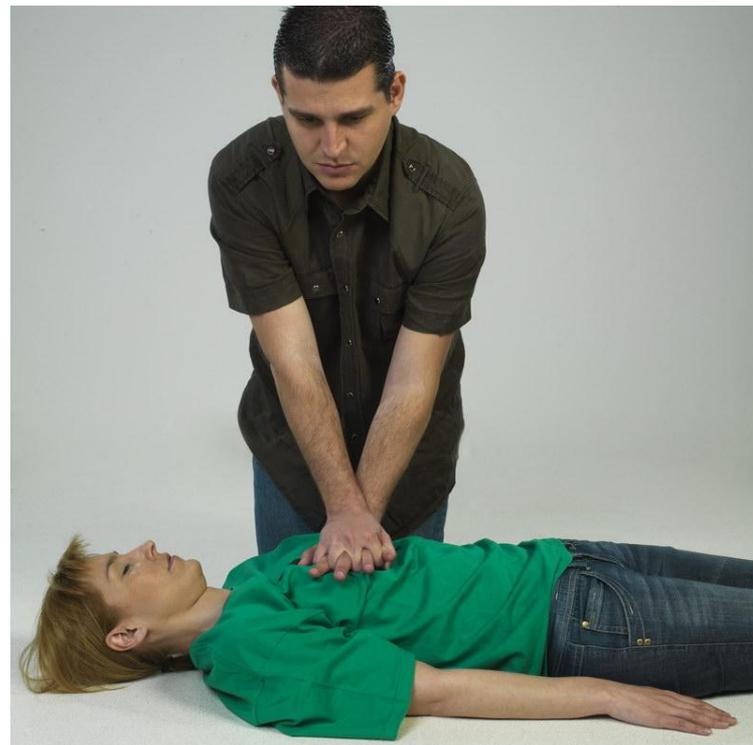


Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

Víctima inconsciente con obstrucción completa



Cada vez más cerca de las personas

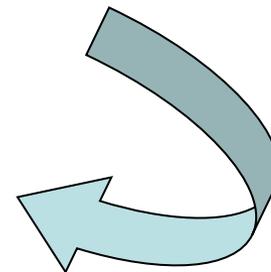
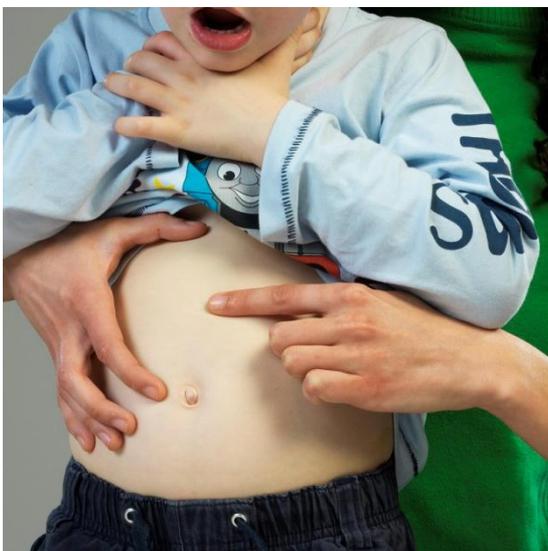
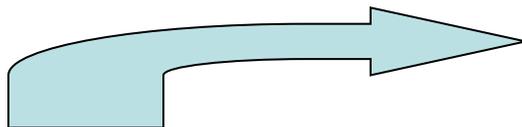


Cruz Roja Española

Edades pediátricas:

- Solicitar ayuda.
- Extracción manual: sólo si el cuerpo extraño es fácil de ver y extraer
- El resto igual que el adulto





Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

La MANIOBRA DE HEIMLICH **NO** debe
hacerse a:

- MUJERES GESTANTES.
- PERSONAS MUY OBESAS.
- NIÑOS MUY PEQUEÑOS NI
LACTANTES.





Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española



Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española

OVACE PEDIATRICO

5

**GOLPES
INTERESCAPULARES**

+

5

**COMPRESIONES
TORÁCICAS**



< 1 AÑO



> 1 AÑO



5

**GOLPES
INTERESCAPULARES**

+

5

**COMPRESIONES
ABDOMINALES**

Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española



Cada vez más cerca de las personas



Cruz Roja Española



Humanidad
Imparcialidad
Neutralidad
Independencia
Voluntariado
Unidad
Universalidad



 **Cruz Roja Española**

www.cruzroja.es 902 22 22 92