



## **SOCORRISMO. ASPECTOS GENERALES**

### **INTRODUCCION**

En la vida real un accidente afecta a personas y cuando ocurre hay que afrontarlo con serenidad y un mínimo de conocimientos, ya que las consecuencias pueden ser muy serias.

Un accidente es un hecho fortuito y tras ocurrir, hemos de colaborar en la disminución del daño individual y social, efectuando los Primeros Auxilios mediante técnicas bien aprendidas.

### **CONCEPTO**

Consiste en prestar los primeros cuidados a un accidentado o enfermo repentino en el lugar de los hechos hasta la llegada de personal especializado que complemente la asistencia

### **OBJETIVOS**

- Asegurar el mantenimiento de las constantes vitales
- No agravar el estado general de la víctima o las lesiones que pueda presentar
- En caso necesario asegurar su traslado a un Centro Sanitario en las condiciones adecuadas

### **PREMISAS**

Las premisas para realizar los Primeros Auxilios son:

- Tranquilidad  
Hay que actuar con serenidad y rápido, manteniendo la calma y transmitiendo sensación de tranquilidad a los demás y a la víctima. Logrando dominar la situación y evitando el pánico.
- Composición de lugar  
Reconocer el lugar exacto del accidente, los peligros existentes, evitarlos y solicitar ayuda, etc...
- Mover al herido con gran precaución y sólo lo imprescindible  
A la víctima se le moverá sólo en casos de extrema necesidad y cuando pueda hacerse con garantía.
- No hacer más de lo indispensable  
Se deben realizar los Primeros Auxilios no reemplazar a los servicios sanitarios. Sólo prestar la ayuda estrictamente necesaria.
- Evitar situaciones intempestivas

**VEN Y APRENDE PRIMEROS AUXILIOS**  
**Burlada – Burlata (Navarra)**



Realizar las técnicas de las cuales estamos totalmente seguros. Así evitaremos maniobras improcedentes y vernos envueltos en reclamaciones judiciales por responsabilidad civil.

## **PAUTAS GENERALES DE ACTUACION**

La actuación inicial se resume en la conducta PAS, siendo las iniciales de:

PROTEGER, ALERTAR Y SOCORRER  
P                      A                      S

Proteger, alertar y socorrer son las tres fases que cualquier persona que quiera prestar los Primeros Auxilios debe asumir.

### **PROTEGER**

Hay que tomar las necesidades necesarias para evitar el agravamiento del accidente. Pensando en los riesgos potenciales que pueden amenazar nuestra integridad, la de la víctima y de cuanto nos rodean.

Ver ejemplos de protección en casos de accidente domésticos, peatonales o tráfico.

### **ALERTAR**

Llamar al teléfono de emergencias 112, donde nos gestionarán los recursos necesarios para hacer frente al accidente.

Siempre se debe indicar:

- Lugar y dirección exacta
- Quién y desde que número llama
- Descripción de lo ocurrido
- Número de afectados
- Estado de las víctimas
- Qué asistencia están recibiendo.

Siempre se debe permanecer cerca del herido para emprender las técnicas de Primeros Auxilios en caso de ser necesarias.

### **SOCORRER**

Realizar las técnicas de Primeros Auxilios necesarias, atendiendo en primer lugar al herido con más riesgo o gravedad y que más se beneficie de nuestra intervención.

**VEN Y APRENDE PRIMEROS AUXILIOS**  
**Burlada – Burlata (Navarra)**



## HERIDAS

### CONCEPTO

Una herida es una pérdida de la continuidad de la piel o de las mucosas que produce la interrupción en la estructura del tejido y una comunicación entre el interior de la herida y el exterior.

Las consecuencias de una heridas son:

- Riesgo de infección: entrada de gérmenes en la herida al desaparecer la barrera protectora de la piel. El riesgo de infección comienza a ser importante tras pasadas las seis horas de la realización de la herida y su contaminación por los gérmenes.
- Lesiones en tejidos u órganos: músculos, vasos sanguíneos, etc. Dependiendo del agente traumático que no sólo lesiona la piel sino las estructuras colindantes.

### CLASIFICACION

Según el agente que las haya originado pueden ser:

- Heridas Incisas: Originadas por la acción de un cuchillo, navaja, cristal, etc. Son sencillas de valorar ya que su profundidad es apreciable al separar los bordes “muy nítidos”. Son heridas muy sangrantes.
- Heridas Contusas: Originadas por la acción de una piedra, puño, palo, etc. Sus bordes están aplastados y se ha producido el estallido de los tejidos, produciéndose recovecos. Deben valorarse en busca de posibles cuerpos extraños para evitar la infección.
- Heridas Punzantes: Originadas por punzones, agujas, clavos, etc. Son profundas y de superficie pequeña. Son engañosas y tienen el alto riesgo del tétanos.
- Heridas en Colgajo: Presentan un fragmento de piel unido al resto por un pedículo. Suelen ser frecuentes en la rodilla y en el codo.
- Heridas por desgarro: Producidas por mecanismos de tracción ante los tejidos como atropellos, poleas, maquinas industriales, etc. Hay una gran separación entre bordes e irregularidad.
- Heridas con pérdida de sustancia: Son aquellas donde se secciona el pedículo e unión.

### FRACTORES DE GRAVEDAD

Las heridas graves presentan estas características siguientes:

- Profundidad.
- Extensión.
- Localización: manos, nariz, tórax, abdomen, articulaciones.
- Suciedad evidente.

**VEN Y APRENDE PRIMEROS AUXILIOS**  
**Burlada – Burlata (Navarra)**



- Signos de infección: calor, rubor. Dolor e inflamación.
- Presencia de cuerpos extraños.

## SINTOMAS EN LAS HERIDAS

Los síntomas en las heridas son variables y se relacionan con su localización, afectación a estructuras, complejidad, etc. Aún así hay síntomas locales que son constantes:

- Dolor.
- Hemorragia.
- Separación de bordes.

## TRATAMIENTO DE HERIDAS SIMPLES

El tratamiento de una herida tiene como prioridades detener la hemorragia, prevenir la infección y favorecer la cicatrización. Una cura mal realizada; sin limpieza, usando fármacos incorrectamente; retrasa y complica el proceso de curación

El tratamiento ante una herida simple debe ser:

- Mantener la asepsia (medidas que evitar la contaminación por parte nuestra): Lavarnos las manos con agua y jabón, utilizar guantes, utilizar material estéril.
- Limpiar la herida “a chorro” con agua limpia y jabón, agua oxigenada o suero fisiológico. Arrastrando así los posibles cuerpos extraños de la herida. Con una gasa limpiar la herida desde el centro al exterior. Nunca utilizar algodón, sus filamentos se pueden quedar adheridos a la herida y complicar la cicatrización. Tampoco alcohol que produce quemaduras en los bordes.
- Contener la hemorragia en caso de existir
- Aplicar povidona yodada en la herida para finalizar el proceso de desinfección.
- En cualquier herida preguntar a la víctima el estado de inmunización del tétanos.

## TRATAMIENTO DE EROSIONES O ABRASIONES

Si la herida es lo que conocemos por una erosión o abrasión. El tratamiento es similar pero después debe ser tapadas por gasas vaselinadas (Tulgrasum o Linitul).

Tras pasar tres o cuatro días y el proceso esté avanzado podremos en caso de que este en una zona de roce con la ropa cubrirla con gasas normales. En caso de que la zona pueda ser expuesta utilizar povidona yodada, 2-3 veces al día.

## TRATAMIENTO ANTE AMPOLLAS

Se producen por la fricción que se ejerce repetidamente sobre la piel. Son típicas por el roce de zapatos, etc.

El tratamiento es distinto para cada fase por la que pasan las ampollas:

**VEN Y APRENDE PRIMEROS AUXILIOS**  
**Burlada – Burlata (Navarra)**



- Comienzan a sentirse las molestias, la piel está enrojecida. Para evitar la lesión proteger la piel con esparadrapo o tirita.
- En caso de encontrarnos ampolla intacta. Protegerla mientras cura sola, si al andar nos da molestias habrá que vaciarla con el riesgo de infección. Los pasos son: desinfectar la piel con povidona yodada y pinchar con una aguja estéril, no quitar la piel de la ampolla y luego cubrir para proteger la zona.
- La ampolla está rota y ha perdido la piel que cubre. El tratamiento es igual que en erosiones o abrasiones.

## TRATAMIENTO DE HERIDAS GRAVES

Una herida grave es aquella que necesita una cura en un Centro Sanitario, llamando al 112 (teléfono de emergencia) y son aquellas que:

- Sus bordes no se juntan o miden de 2 a 3 cm.
- La hemorragia no se detiene.
- Dejan ver músculo o hueso, afectando articulaciones, manos o pies.
- Heridas punzantes.
- Enclavamientos de cuerpos extraños.
- Mordeduras de personas o animales.
- Heridas que sin una cura adecuada pueden dejar cicatriz evidente, como las heridas faciales.

## HEMORRAGIAS

### CONCEPTO

Una hemorragia es la salida de la sangre por una rotura de más o menos extensa de los vasos sanguíneos, ya sea hacia el interior o hacia el exterior del cuerpo.

La gravedad de una hemorragia depende de la velocidad de la que se pierde la sangre, el volumen sanguíneo y el estado físico y edad de la víctima.

### CLASIFICACION

Las hemorragias las clasificaremos en tres, según hacia donde salga la sangre:

- Hemorragia externa: Aquella donde la sangre sale hacia el exterior del cuerpo a través de una herida.
- Hemorragia interna: Aquella donde la sangre sale en las cavidades internas del cuerpo.
- Hemorragia exteriorizada: Aquella donde la sangre sale al exterior utilizando orificios naturales

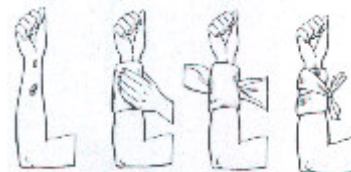
**VEN Y APRENDE PRIMEROS AUXILIOS**  
**Burlada – Burlata (Navarra)**



## TRATAMIENTO HEMORRAGIAS EXTERNAS

El tratamiento de una hemorragia externa es progresivo en caso de no detenerse la misma:

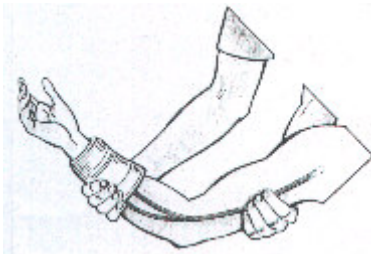
- Presión directa sobre la herida: Aplicar presión directa para evitar la salida de sangre, utilizando si es posible guantes. En caso de tener apósitos y venda se podrá realizar un vendaje compresivo.



- Elevación de la extremidad afectada: Esta medida no se tiene en cuenta en caso de que dicha extremidad tenga una posible fractura.



- Compresión sobre la arteria principal del miembro: Aplicar presión sobre el trayecto de la arteria principal que llegue a la extremidad, con el fin de disminuir la presión de sangre en la zona. En caso del brazo será en la arteria humeral, en la mitad de la cara interna del brazo, debajo del relieve del músculo bíceps. En caso de las piernas en la arteria femoral, comprimiendo en la parte media del pliegue de la ingle con la palma o borde del puño.



- Torniquete: Es el último recurso, su empleo origina daños en músculos, nervios y vasos sanguíneos. Debe realizarse siempre un miembro del personal sanitario.

Cualquier hemorragia abundante que no se detenga en la elevación de la extremidad debe ser llevada a Centro Sanitario o llamar al 112 (teléfono de emergencia)

## TRATAMIENTO HEMORRAGIAS INTERNAS

No hay posibilidad de verlas, son difíciles de detener y pueden ser originadas por traumatismos, fracturas, etc.

El tratamiento es llamar al 112 (teléfono de emergencia). La postura de espera es abrigar a la víctima y elevarle las piernas. Nunca darle de comer ni beber. En caso de sospechar fracturas se deben inmovilizar.

**VEN Y APRENDE PRIMEROS AUXILIOS**  
**Burlada – Burlata (Navarra)**



## TRATAMIENTO HEMORRAGIAS EXTERIORIZADAS

### A) Otorragia

Una otorragia es la salida de sangre por el oído. Si el paciente esta consciente y no ha tenido ningún traumatismo debemos realizar una limpieza del oído y ya está. En caso de haber sufrido traumatismo, inmovilizar a la víctima, cubrir el oído sangrante sin taponarlo y vigilar las constantes vitales. En este último caso siempre se ha debido llamar al 112 (teléfono de emergencia)

### B) Epistaxis

Es la salida de la sangre por la nariz. Los Primeros Auxilios son la compresión manual durante 4-10 minutos con la cabeza inclinada hacia adelante. Si continua sangrando introducir una gasa empapada en agua oxigenada en la fosa que sangra. Si aun así sigue sangrando llamar al 112 (teléfono de emergencia)

### C) Hemorragias por la boca, ano o genitales

Llamar al 112 (teléfono de emergencia y esperar con calma las indicaciones o la llegada de personal sanitario.