



**BIZKAIKO MENDIZALEA
FEDERAZIOA**

**FEDERACIÓN
VIZCAINA
DE MONTAÑA**

Contenido

- Concepto- Objetivo
- “Seiburu”
- Principios básicos: P.A.S
- Valoración del paciente: Comprobar nivel de consciencia: A-B-C
- Primeros auxilios ante:

TRAUMATISMOS- AMPUTACIONES

HEMORRAGIAS

QUEMADURAS

INTOXICACIÓN / ALERGIAS ALIMENTARIAS

ATRAGANTAMIENTO- OBSTRUCCIÓN VÍA AEREA (OVACE)– HEIMLICH

DESVANECIMIENTOS

REANIMACIÓN CARDIO PULMONAR: RCP



Definición - Objetivo

PRIMEROS AUXILIOS

▶ Es la atención inmediata al enfermo, lesionado o accidentado.

▶ OBJETIVOS:

REDUCIR LOS EFECTOS DE LAS LESIONES

+

ESTABILIZAR A LA PERSONA.



PREVENCIÓN: SEIBURU



3) Principios básicos: P.A.S

PROTEGER

AVISAR

SOCORRER



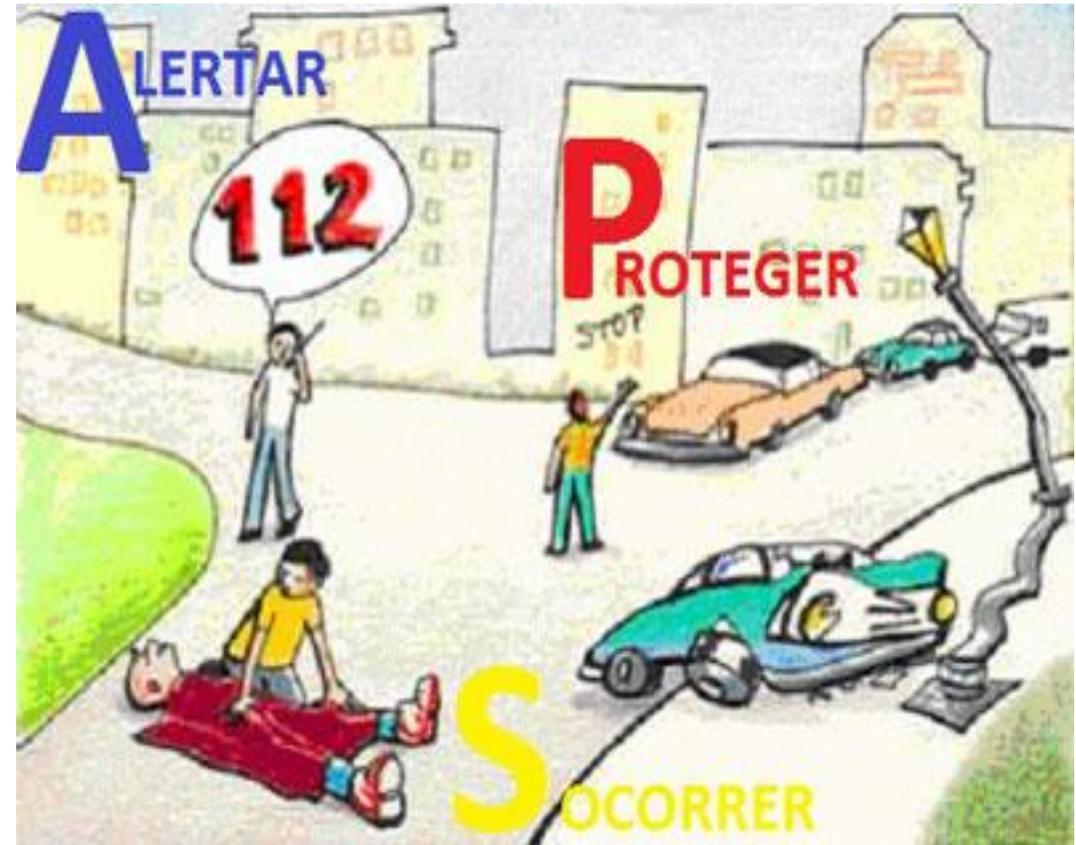
3) Principios básicos: P.A.S: PROTEGER

P
ROTEGER



1. tú mismo
2. el entorno
3. al accidentado

MINIMIZAR DAÑOS



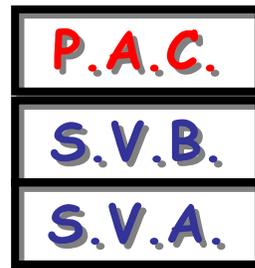
3) Principios básicos: P.A.S: ALERTAR

AVISAR



llama al 112:

- . informa sobre el estado del accidentado
- . informa sobre el lugar exacto
- . no cuelgues hasta que te lo indiquen



3) Principios básicos: P.A.S : SOCORRER



- ▶ Valoración del nivel de consciencia:
 - ¿ Habla?
 - ¿ Lo hace de forma coherente?
 - ¿ Se mueve ?
 - Valoración de la lesión

- ▶ - RCP Reanimacion Cardio Pulmonar
 - Taponamiento de hemorragias
 - Inmovilización

- ▶ Transferencia del paciente a medios especializados



4) Valoración del paciente: Nivel consciencia

- ▶ Mediante al aplicación de estímulos
 - Primero **MIRAMOS**
 - Luego **HABLAMOS** ... ¿Nos oye? ¿Habla? ¿Lo hace de forma coherente?
 - Por ultimo **SE APLICAN** estímulos táctiles o “dolorosos”
 - ¿ Se mueve?



4) Valoración del paciente: Nivel consciencia

- **A**pertura de la vía aérea + control cervical
- **“B”** entilación
- **C**irculación



4) Nivel de consciencia : A-B-C

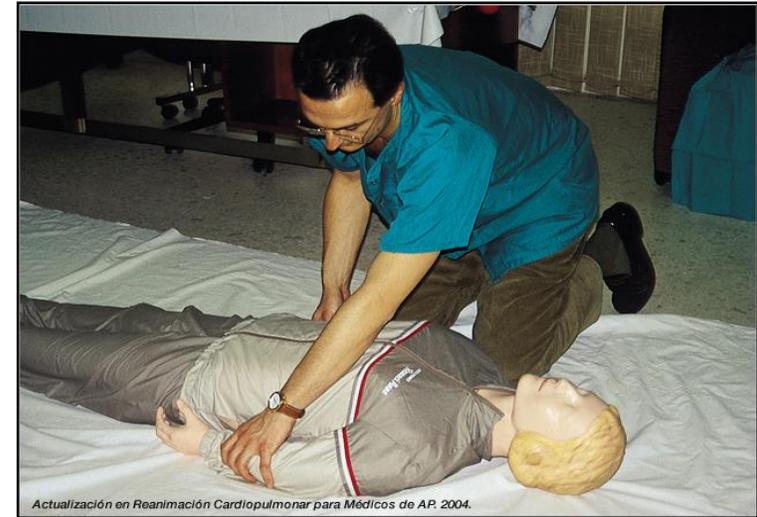
A- Apertura de vía aérea

Colocar en
DECÚBITO SUPINO

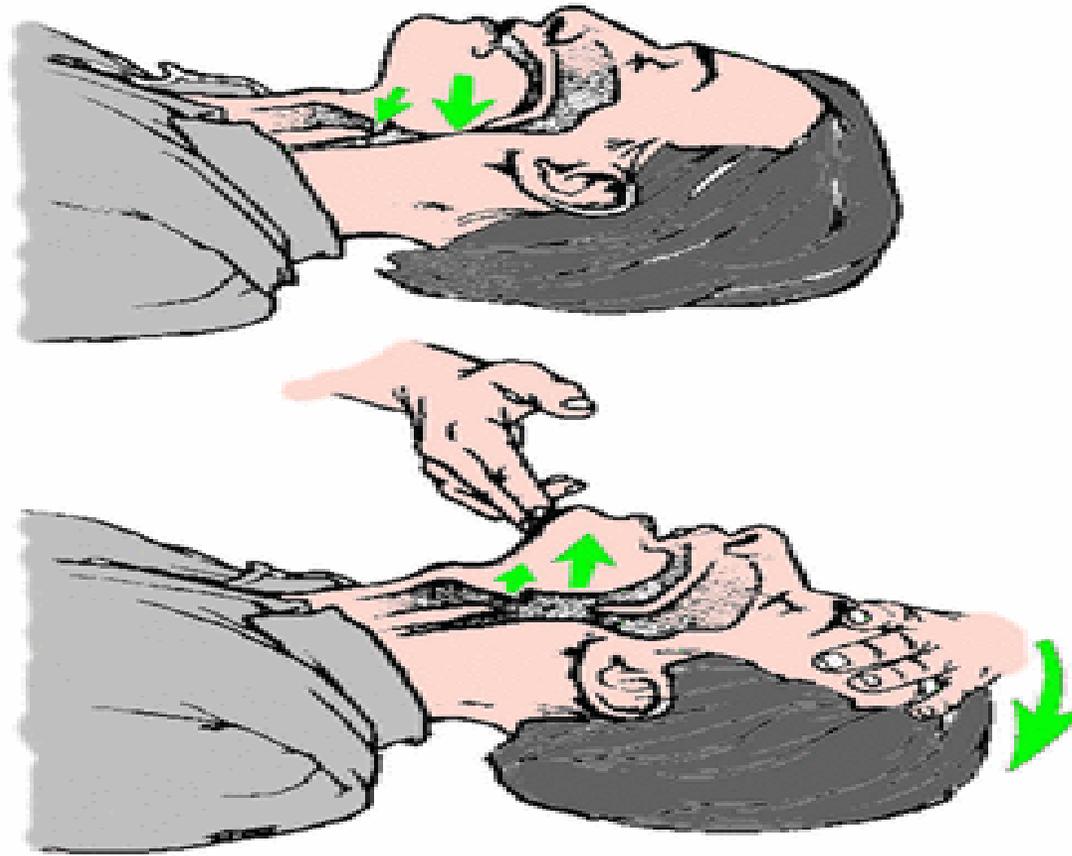
ABRIR VÍA AÉREA

LIMPIAR VÍA AÉREA

VALORAR RESPIRACIÓN



4) Maniobra frente - mentón



4) Nivel consciencia: A-B-C

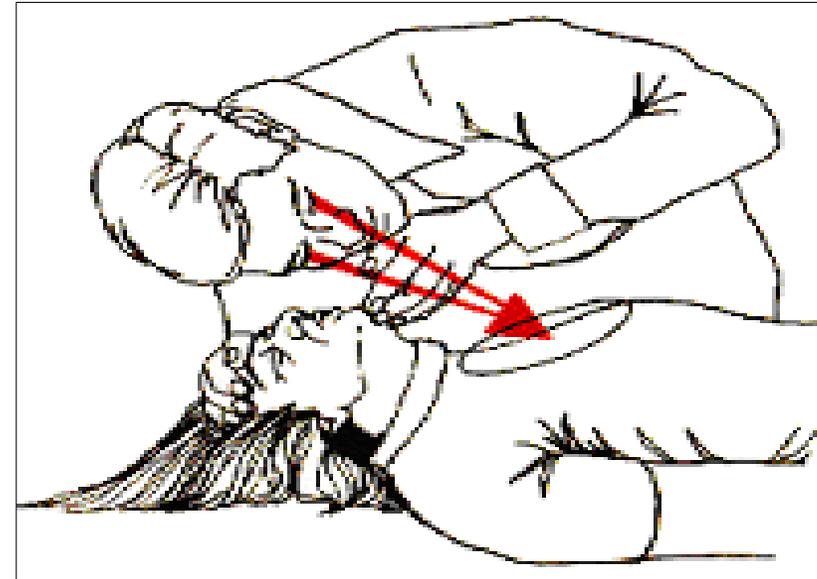
B- "V"entilación

¿ RESPIRA?

VER

OIR

SENTIR



!!! 10 segundos máximo !!!



4) Nivel de consciencia : A-B-C

B- "V"entilación

SI

¿RESPIRA?

NO

POSICIÓN LATERAL DE SEGURIDAD



RCP



4) Nivel de consciencia : A-B-C

CIRCULACIÓN

EL CONTROL DE LAS HEMORRAGIAS



Arterial

Salida intermitente.
Sangre rojo Brillante.

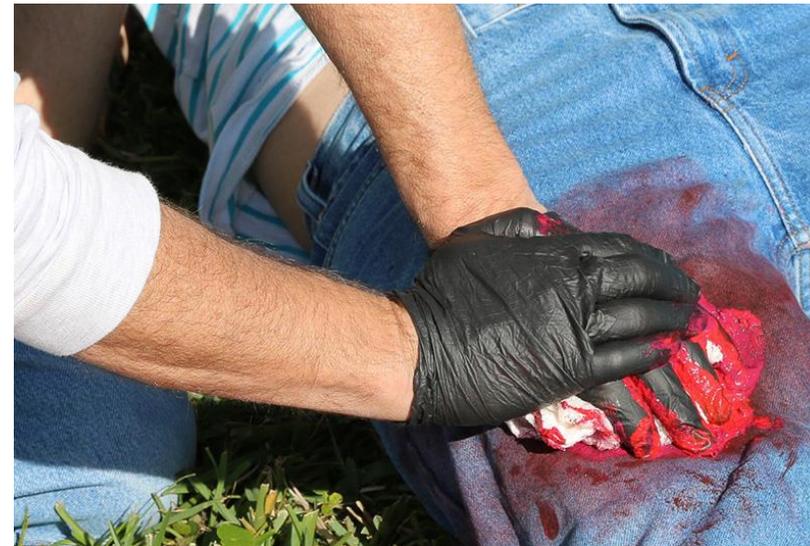
Venosa

Salida Continua.
Sangre rojo Oscuro.

Capilar

Salida de sangre en poca cantidad.

TAPONAMIENTO CON COMPRESIÓN DIRECTA



RCP

LO VEREMOS MÁS ADELANTE



5) Primeros auxilios: señales, síntomas y tratamiento

- ▶ **Traumatismos**
- ▶ **Hemorragias externas**
- ▶ **Quemaduras**
- ▶ **Intoxicaciones alimentarias, alergias**
 - ▶ **Obstrucción vía aérea (OVACE)- Heimlich**
 - ▶ **Desvanecimientos**
 - ▶ **RCP : Reanimacion Cardio Pulmonar**



TRAUMATISMOS

Cualquier agresión que sufre el organismo a consecuencia de la acción de agentes físicos o mecánicos

- HERIDAS
- TORCEDURAS
- LUXACIONES
- FRACTURAS



HERIDAS

Simples

Pequeñas, poco sangrantes y poco profundas.

Como actuar:

- Adecuadas condiciones de higiene
- Utilizar gasas o paños limpios
- Eliminar ropa que cubra la herida
CURAR y limpiar la herida chorro con agua y jabón o sustancia antiséptica del centro de la misma hacia fuera.
- Secar al aire o cubrir con apósito
- Pomadas y antibióticos bajo indicación Médica

Graves

Sangran abundantemente, grandes y sucias.

Como actuar:

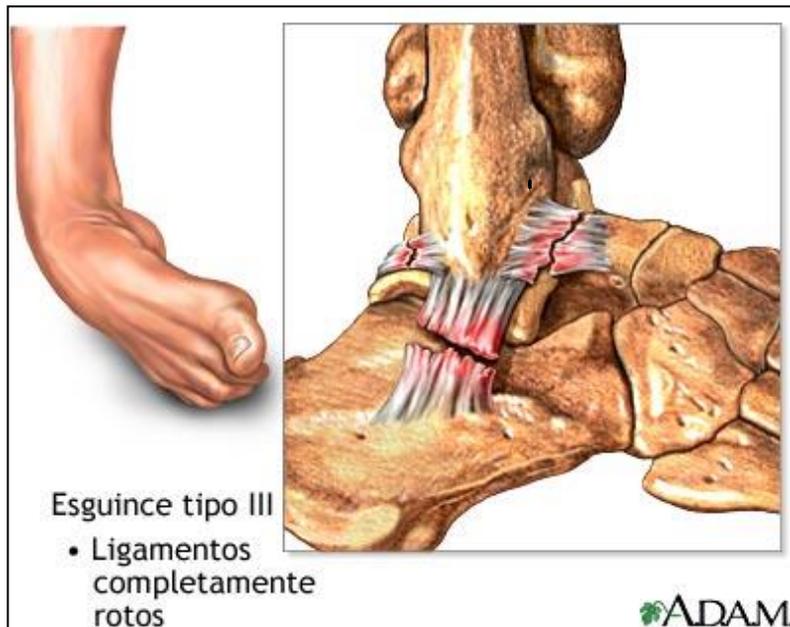
- NO** explorar ni tratar la herida.
- TAPAR** con apósito limpio o estéril. Si es necesario poner uno sobre otro.
- Traslado a Centro Sanitario
- Herida ESPECIAL: OBJETO ENCLAVADO: NO extraer el objeto.



TRAUMATISMOS: Articulaciones

ESGUINCES, LUXACIONES

Separación **MOMENTANEA** de las superficies articulares.
Distensión de los ligamentos



Señales / Síntomas:

- Dolor
- Inflamación
- Impotencia funcional

Tratamiento :

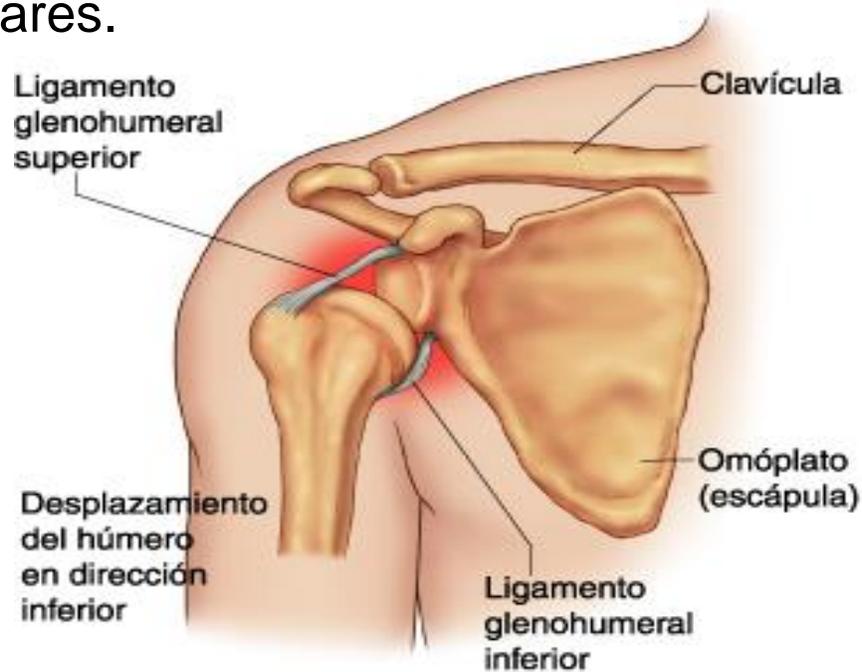
- NO mover zona afectada
- Procurar **INMOVILIZAR** la articulación afectada.
- Eleva miembro afectado y mantener en reposo.
- Aplicar **FRIO LOCAL.**



TRAUMATISMOS: Articulaciones

LUXACIONES

Separación **PERMANENTE** de las superficies articulares.



Señales / Síntomas :

- Dolor muy agudo
- Deformidad.
- Impotencia funcional manifiesta

Tratamiento:

- INMOVILIZAR** articulación tal y como se encuentra.
- NUNCA** intentar **REDUCIR**.
- Traslado a Centro sanitario



TRAUMATISMOS: Huesos

FRACTURAS

Perdida de continuidad en un hueso

Tipos

Cerradas

- Inmovilizar

Abiertas

- La propia fractura causa herida. **Taponar, controlar hemorragia + inmovilizar**

Signos / Síntomas:

- Dolor muy agudo
- Deformidad
- Impotencia funcional

Tratamiento

- No movilizar** si no es absolutamente necesario.
- Retirar anillos, relojes, pulseras, ...
- INMOVILIZAR** el foco de fractura incluyendo las articulaciones adyacentes.
- Cubrir heridas con gasas estériles.



INMOVILIZACIÓN



Todas las fracturas
se deben INMOVILIZAR
ANTES DE MOVER
AL PACIENTE

Reduce el dolor

Previene de:

- Mayor daño muscular
- Laceración piel
- Restricción riego sanguíneo



AMPUTACIONES

La **amputación** es el corte y separación de una extremidad del cuerpo

¿Cómo actuar?

- Control de la hemorragia: **Taponar**
-**Torniquete** como ultimo recurso.
- Encontrar la parte amputada.
- Envolver la parte amputa en un paño húmedo y limpio.
- Conservar la parte amputada en **Hielo.**



HEMORRAGIAS EXTERNAS

Salida de sangre de las arterias, venas o capilares por donde circula, especialmente cuando se produce en cantidades muy grandes.

Tipo



Tratamiento

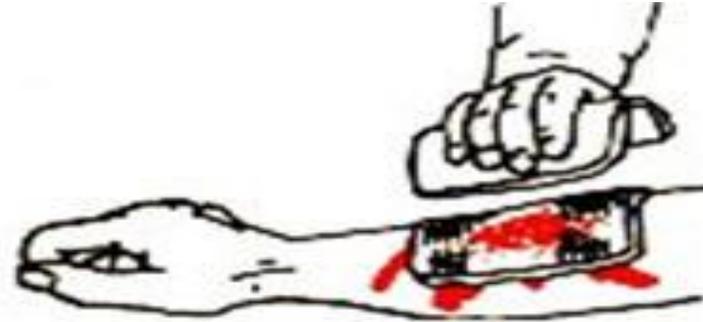
- COMPRESION** directa.
- Elevación de la extremidad afectada
- Si no cede: Compresión arterial
- Torniquete (último recurso)



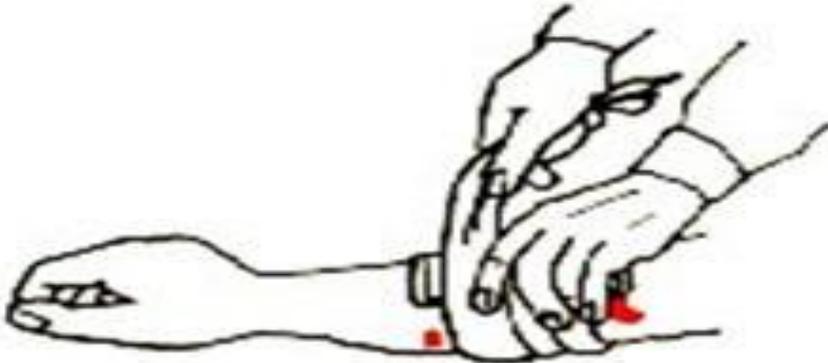
HEMORRAGIAS EXTERNAS



Aplique presión directa sobre la herida con apósito



Aplique un apósito más si es necesario



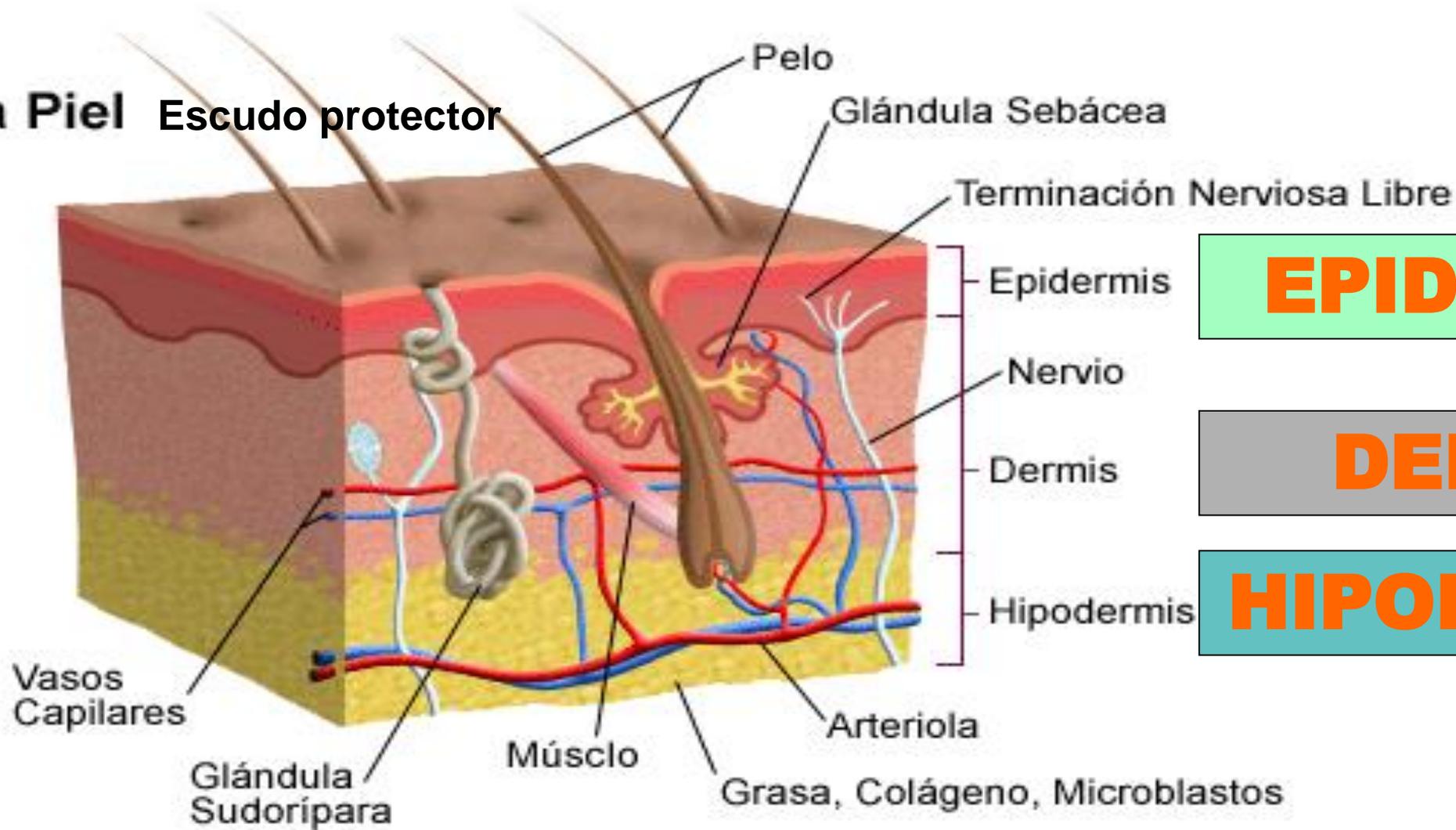
Sostenga el apósito con un vendaje compresivo



QUEMADURAS

La Piel

Escudo protector



EPIDERMIS

DERMIS

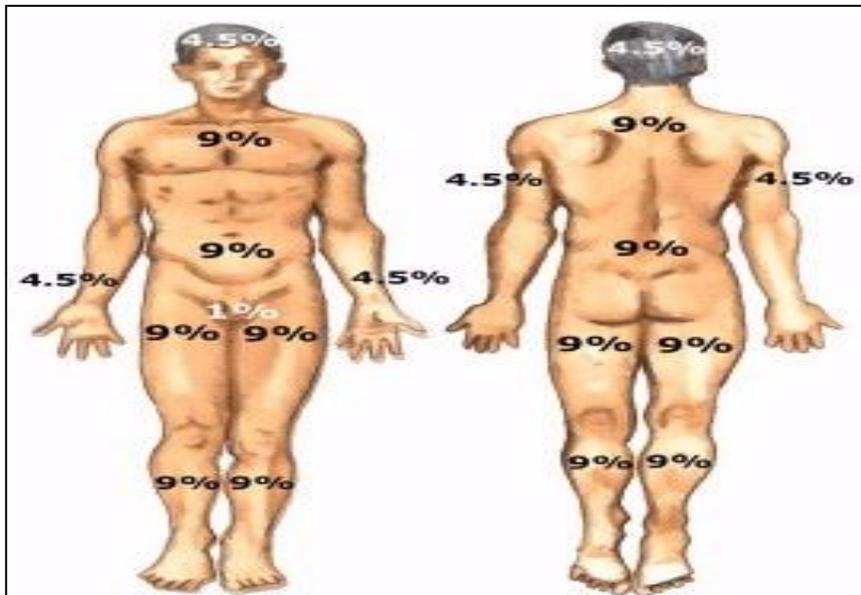
HIPODERMIS



QUEMADURAS: Clasificación

SUPERFICIE CORPORAL QUEMADA

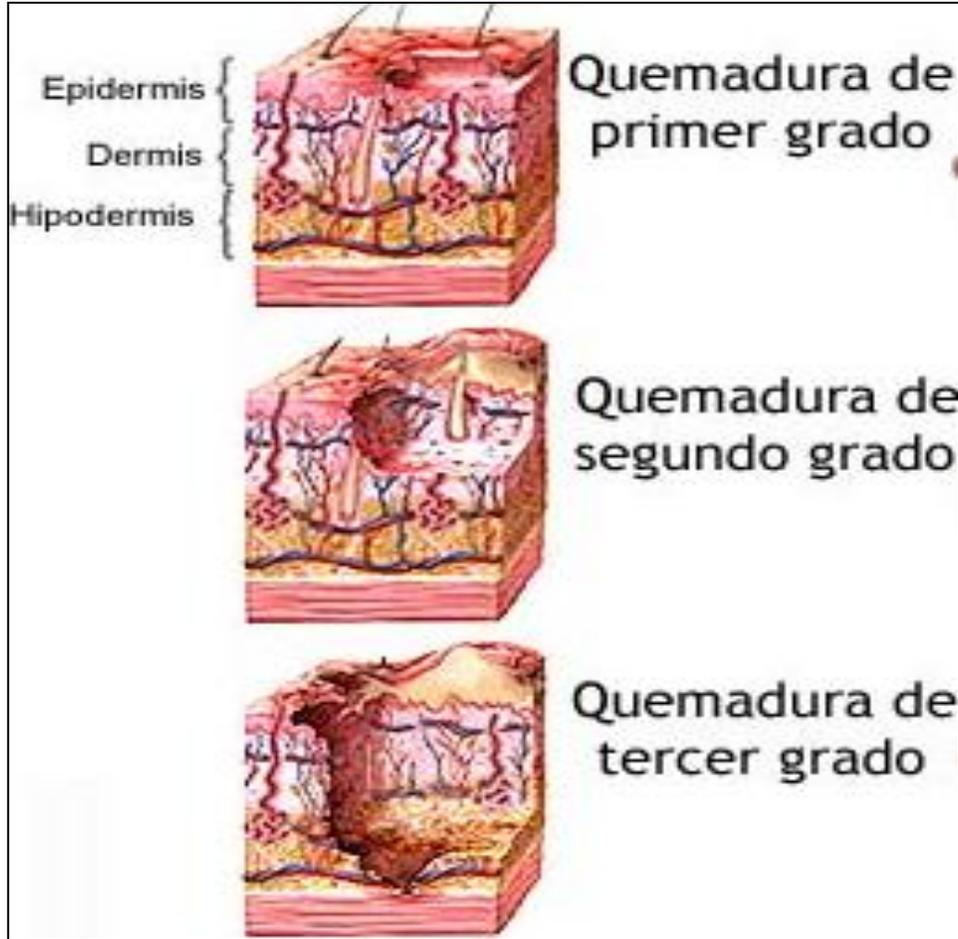
PROFUNDIDAD QUEMADURA



Epidermis	Primer Grado
Dermis	Segundo grado
Hipodermis	Tercer grado



QUEMADURAS: señales/ síntomas



Eritema

Ampollas

Escaras



Escaldadura



Eritema



Cubrir con paño húmedo estéril .

QUEMADURAS: tratamiento

De 1º y 2º Nivel

- **NO** quitar la ropa: Dolor + posible infección
- Afektatutako zonaldea ur txurrutapean (5 min)
- **NO** remedios caseros: ej.: pasta de dientes...
- **NO** reventar ampollas
- **Cubrir la zona afectada con paños húmedos y limpios.**

De 3º Nivel



- **NO** quitar la ropa: Dolor + posible infección.
- Retirar anillos, pulseras u otros objetos de la zona afectada.
- **Cubrir la zona afectada con paños húmedos y limpios.**
- NO utilizar toallas, mantas u prendas (pelusa.)
- **NO** remedios caseros: ej.: pasta de dientes...
- **NO** reventar ampollas



QUEMADURAS POR FRIO

TEMPERATURA MUY FRÍA DURANTE UN PERÍODO DE TIEMPO PROLONGADO. Las manos, los pies, la nariz y las orejas los más afectados.

Síntomas (según evolución)

- **INICIALES:** Hormigueo seguida de adormecimiento. Dolor.
- **TARDIOS:** La piel dura, pálida, fría e insensible. Roja si es temprana, blanca si es severa.
- **MUY TARDIOS: (GRAVE):** ampollas, daño de tendones, músculos, nervios y hueso.

Tratamiento

Calentar zona afectada de forma **lenta y progresiva**.

Recalentamiento general: bebidas calientes y soporte energético

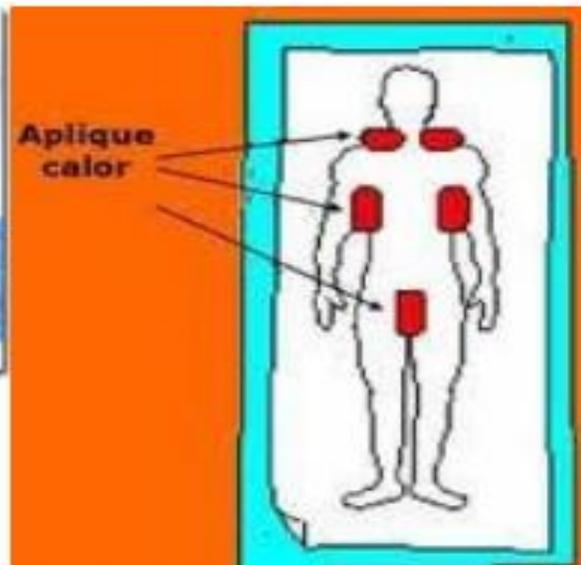
- **NO usar calor directo** (tal como calefacción, fogatas o secadores de pelo directamente sobre el área afectada)
- **NO Friccionar ni masajear el área afectada**
- **NO Reventar las ampollas**



HIPOTERMIA

Síntomas:

- Sensación intensa de frío.
- Temblor, escalofríos.
- Somnolencia.
- Espasmos musculares.
- **GRAVE:** Confusión mental, dificultad para articular palabras, lenguaje incomprensible o nulo.



Tratamiento

- **ALEJA** a la persona del frío.
- **QUÍTALE LA ROPA MOJADA.**
- Cubre a la persona con **MANTAS.**
- Aísle el cuerpo de la persona del suelo frío.
- Dale **BEBIDAS TIBIAS.**
- Utiliza **COMPRESAS SECAS Y CÁLIDAS.**
- **NO apliques calor directo.**



DESHIDRATACIÓN

Eliminamos el agua a través de la orina, la transpiración, la evacuación, y la respiración. Al aumentar el esfuerzo físico el porcentaje aumenta, disminuyendo el nivel total de agua.

SINTOMAS

- **Sed, malestar.**
- **Perdemos el apetito, aumento de la temperatura.**
- **Boca seca, poca orina.**
- **Agotamiento, calambres.**
- **Falta concentración, impaciencia, dolores.**

TRATAMIENTO

- **Siempre llevar una GRAN CANTIDAD DE AGUA, MÁS DE LA PREVISTA**
- **Marcar posibles ZONAS DONDE PODER ABASTECERSE DE AGUA POTABLE.**
- **VIGILAR LOS NIVELES DE AGUA de todo el grupo.**
- **BEBER AGUA ANTES DE TENER SED, TANTO EN VERANO COMO EN INVIERNO.**
- **Hidratarse ANTES, DURANTE Y DESPUÉS de deporte.**



INSOLACIÓN

GOLPE DE CALOR

SINTOMAS:

- Cara congestionada.
- Dolor de cabeza.
- Sensación de agotamiento.
- Sensación de sed.
- Calambres musculares intermitentes en extremidades y abdomen.
- sudoración abundante.
- Mareos, náuseas y vómitos.

TRATAMIENTO

- **LUGAR CON SOMBRA** y fresco.
- **POSICIÓN SEMISENTADA**, con la **cabeza levantada**.
- Quitar ropa, darle aire y utilizar **COMPRESAS DE AGUA FRÍA EN LA FRENTE, LA NUCA, EL CUELLO**.
- **BEBER AGUA FRESCA** a pequeños sorbos y **NO DE GOLPE**, pues esto empeoraría su estado.



INTOXICACIONES

Una **intoxicación por alimentos** normalmente tendrá los siguientes síntomas:

- Náuseas
- Dolor abdominal y cólicos.
- Vómitos.
- Diarrea.
- Fiebre.
- Dolor de cabeza y debilidad general.

Las **BACTERIAS** y los **VIRUS** son la **causa** más común

Salmonela

Salmonelosis



ALERGIAS ALIMENTARIAS

Respuesta exagerada del sistema inmunológico por el consumo de un alimento

Signos y síntomas

- **CUTANEAS:** Reacción *más* frecuente: Urticaria, picor, enrojecimiento...
- **MUCOSAS Y FARINGE:** En asmáticos : Broncoespasmos (reacciones alérgicas graves)

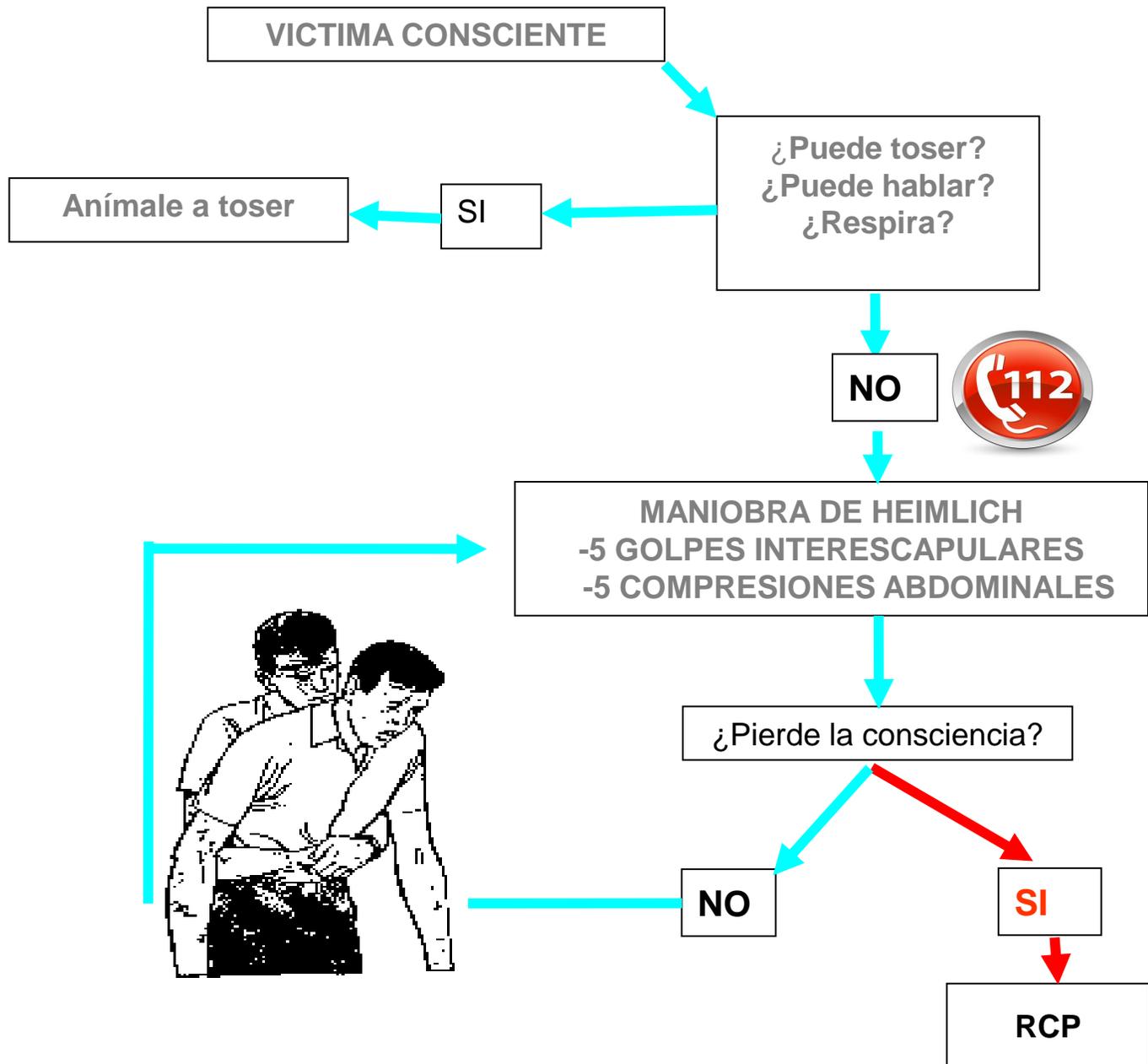
ADRENALINA



- **APARATO DIGESTIVO:** Diarrea, dolor abdominal, vómitos y náuseas.
- **OTROS SÍNTOMAS:** Picor en boca, hinchazón de párpados, cara, labios y lengua.



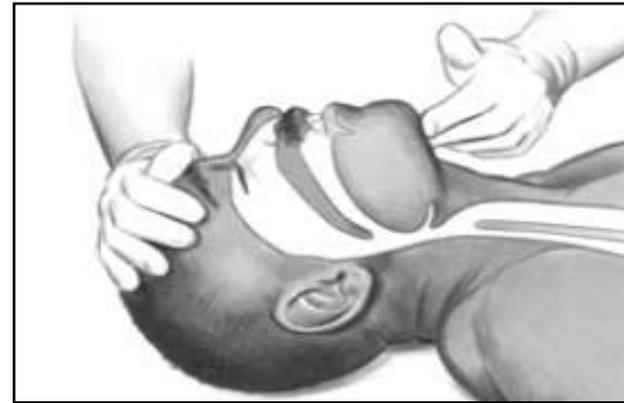
Obstrucción Vía Aérea (OVACE)



R.C.P: Reanimación Cardio Pulmonar

RECUERDA: Nivel de consciencia

A – Apertura vía aérea



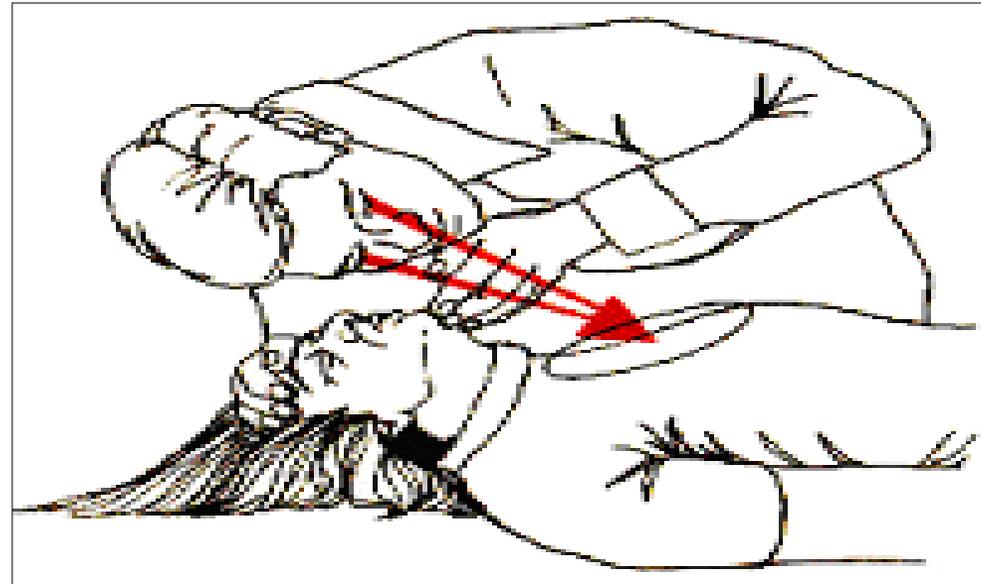
B – “V”entilación

¿RESPIRA?

VER

OIR

SENTIR



!!! 10 segundos máximo !!!



¿¿¿RESPIRA???

SI

POSICIÓN LATERAL SEGURIDAD



NO



RCP



R.C.P: Reanimación Cardio Pulmonar

BERMATU ZEURE SEGURTASUNA ETA BESTEENA

EZ DU ERANTZUTEN?

LAGUNTZA ESKATU **IREKI ARNASBIDEA**

EGIAZTATU ARNASA HARTZEN DUEN EZ BAI

**☎ 112 ☎
DEITU
KDA ESKATU** **SECURITASUREKO POSIZIOA**

KOMPRESIO TORAZIKO **30** **AIREZTAPEN** **2**

DESFIBRILAZIOA (KDA)

- KDA PIZTU
- TXARLATAK ITSRSI
- JARRAITU MEZUEK ARDIBIDEAK

Utilice el peso de su cuerpo para hacer la compresión.

Mantenga la espalda recta.

BRAZOS RECTOS

Arrodillese a un lado de la víctima.

TALON DE LA MANO Sobre el Esternón.

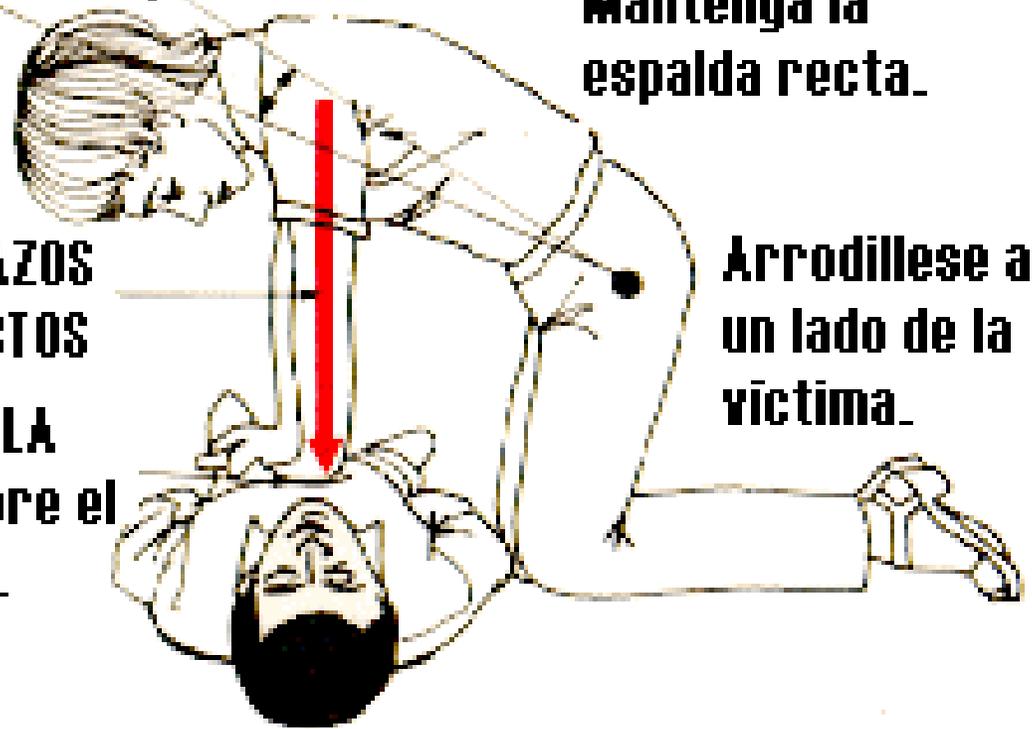


Utilice el peso de su cuerpo para hacer la compresión.

Mantenga la espalda recta.



BRAZOS RECTOS
TALON DE LA MANO Sobre el Esternón.



Arrodillese a un lado de la víctima.

30 COMPRESIONES TORÁCICAS
+
2 VENTILACIONES

HASTA LA LLEGADA DE LOS SERVICIOS SANITARIOS O RESPUESTA DEL PACIENTE



ESKERRIK ASKO

