



13.1 OBJETIVO

- Establecer los aspectos a tener en cuenta, para brindar los primeros auxilios en caso de una emergencia en el Colegio La Salle de Villavicencio.



13.2 PRIMEROS AUXILIOS

Los primeros auxilios, son medidas terapéuticas urgentes que se aplican a las víctimas de accidentes o enfermedades repentinas hasta disponer de tratamiento especializado. Los primeros auxilios varían según las necesidades de la víctima y según los conocimientos del socorrista. Saber lo que no se debe hacer es tan importante como saber qué hacer, porque una medida terapéutica mal aplicada puede producir complicaciones graves.



13.3 ASPECTOS A TENER EN CUENTA

ACTIVIDAD

RESPONSABLE

13.3.1 EN CASO DE UNA EMERGENCIA ES NECESARIO TENER:



Botiquín:

El botiquín de primeros auxilios es un recurso básico para las personas que prestan un primer auxilio, ya que en él se encuentran los elementos indispensables para dar atención satisfactoria a las víctimas de un accidente o enfermedad repentina y en muchos casos pueden ser decisivos para salvar vidas.



Enfermera Jefe



El botiquín del colegio deberá estar en un sitio seguro, lejos del alcance de los niños y donde no ofrezca riesgo alguno. Se debe hacer una lista del contenido del botiquín y pegarlo en la tapa de este.

Todos los elementos deben estar debidamente empacados y marcados en el caso de los líquidos se recomienda utilizar envases plásticos, pues el vidrio puede romperse fácilmente.

Periódicamente se debe revisar el botiquín y sustituir aquellos elementos que se encuentren sucios, contaminados, dañados, vencidos (medicamentos) o que no pueda verse claramente el nombre del medicamento.



Elementos Esenciales de un Botiquín

Los elementos esenciales de un botiquín de primeros auxilios se pueden clasificar así:

- Antisépticos
- Materiales de curación
- Instrumental y elementos adicionales

13.3.2 POSIBLES ENFERMEDADES QUE SE PRESENTAN EN LA COMUNIDAD EDUCATIVA



Alergias:

Una alergia es una reacción desproporcionada del sistema inmunitario a una sustancia que es inofensiva para la mayoría de la gente. Pero en una persona alérgica, el sistema inmunitario trata a la sustancia (denominada alérgeno) como un invasor y reacciona de manera inapropiada, provocando síntomas que pueden ir de las molestias leves a problemas que pueden poner en peligro la vida de la persona.

Las reacciones alérgicas pueden ser leves, como el moqueo en la nariz, o graves, como tener dificultades para respirar, para tragar, inflamación de labios, lengua y garganta u otras partes del cuerpo, mareo y/o pérdida de la conciencia.



Qué hacer ante una alergia:

Se debe examinar las vías respiratorias, la respiración y la circulación de la víctima (Soporte Vital Básico).



Enfermera Jefe



Se debe calmar y darle seguridad a la víctima, ya que la ansiedad puede aumentar la gravedad de la reacción. Si la reacción alérgica es causada por la picadura de una abeja, se debe sacar el aguijón de la piel raspándola con algo firme. Si la víctima presenta una erupción pruriginosa, se deben aplicar compresas frías. Ante cualquier síntoma es necesario recurrir urgentemente a los servicios de emergencia.

Hemorragia Nasal:

Es la pérdida de sangre del tejido que recubre la nariz. El sangrado ocurre con más frecuencia en una fosa únicamente.

Qué hacer ante una hemorragia nasal:

Se debe apretar suavemente la porción blanda de la nariz entre los dedos pulgar e índice, de tal manera que las fosas nasales estén cerradas, durante 5 minutos, después inclina la cabeza hacia adelante para evitar tragar sangre y respire a través de la boca. Espere al menos 10 minutos antes de verificar si el sangrado se ha detenido. Muchas hemorragias nasales pueden controlarse de esta manera si se da suficiente tiempo para que el sangrado se detenga.

La aplicación de compresas frías o de hielo sobre el puente nasal puede ayudar.

No se debe taponar el interior de la nariz con gasa.

No se recomienda acostarse mientras se está presentando una hemorragia nasal. Igualmente, se debe evitar aspirar o soplar por la nariz durante varias horas después la hemorragia.

Si la hemorragia persiste, algunas veces, se puede emplear un descongestionante nasal en aerosol para sellar pequeños vasos sanguíneos y controlar el sangrado, después de la valoración médica.

Heridas Superficiales:

La herida es el daño o lesión que se produce en los tejidos del cuerpo y es provocado por un corte o golpe.

Qué hacer ante una herida superficial:



Enfermera Jefe

Informar a la enfermera

Cuando se presenta una magulladura, contusión o hematoma, se debe colocar sobre ésta una compresa con hielo (envuelva hielo en una toalla) manteniéndola firme, sin frotar durante 15 minutos con el fin de detener el sangrado interno.

La herida se debe secar con gasa estéril y colocar un antiséptico local.

La herida se debe cubrir con una curita o gasa que deberá cambiar cada vez que se ensucie, hasta que la herida esté seca.

Golpes en la cabeza:

La gran mayoría de estos golpes son contusiones que no conllevan mayor peligro, pero hay un porcentaje que puede transformarse en una situación grave. Hay diferencias entre que los sufra un niño o un adulto pues los cerebros funcionan de manera diferente. Los niños tienen el cráneo más elástico, lo que da más libertad al cerebro para movimientos o hinchazón por un golpe, pero a la vez, son más frágiles. Entre los adultos, hay un grupo de alto riesgo que son los adultos mayores y toda aquella persona que tome constantemente aspirinas o anticoagulantes por vía oral o que tenga problemas de coagulación.



Síntomas a tener en cuenta para ir a Urgencias:

Cualquier golpe en la cabeza que ha producido compromiso de conciencia, por mínimo que sea, significa que ha tenido la energía suficiente para producir algún daño cerebral y, por consiguiente, debe ser sometido a evaluación médica.

Otros síntomas a considerar son: dolor de cabeza importante y persistente inmediatamente después del golpe; náuseas o vómitos explosivos y cualquier signo de déficit neurológico como dificultades motoras (caminar o moverse), sensación de hormigueo en alguna extremidad y no ver bien.

Cuidados al trasladar a una persona con golpes en la cabeza:

La persona debe trasladarse acompañada para controlar los síntomas. Más aún si está inconsciente por los peligros que reviste una asfixia por vómitos. Además, los golpes en la cabeza pueden ir asociados a daños en la columna por lo que se recomienda mover a la persona en bloque y llevarla acostada, no sentada.



Enfermera Jefe



Torceduras:

Una torcedura es la torsión o estiramiento de un ligamento. Los ligamentos son tejidos que conectan los huesos de una articulación. Las caídas, las contorsiones o los golpes pueden causar una torcedura. Las torceduras del tobillo y la muñeca son comunes. Los síntomas incluyen dolor, inflamación, hematomas e incapacidad para mover la articulación. Puede sentir un chasquido o un desgarro cuando la lesión ocurre.

Qué hacer ante una torcedura:

El tratamiento de las torceduras suele incluir el reposo del área afectada, aplicar frío local, uso de vendas o compresión del área y medicinas. El tratamiento posterior puede incluir ejercicios y fisioterapia si se requiere.

Fracturas:

Si se aplica más presión sobre un hueso de la que puede soportar, éste se parte o se rompe. Una ruptura de cualquier tamaño se denomina fractura y si el hueso fracturado rompe la piel, se denomina fractura expuesta (fractura compuesta).

La fractura por estrés o sobrecarga es una fisura delgada en el hueso que se desarrolla por la aplicación prolongada o repetitiva de fuerza sobre el mismo.

Síntomas:

- Extremidad o articulación visiblemente fuera de lugar o deformada
- Movimiento limitado o incapacidad para mover una extremidad
- Hinchazón, hematoma o sangrado
- Dolor intenso



Enfermera Jefe



- Entumecimiento y hormigueo
- Ruptura de la piel con el hueso que sobre sale de sus límites naturales.
- **Cambio de temperatura de la extremidad afectada**

Qué hacer ante una fractura:

Se deben examinar las vías respiratorias y la respiración de la víctima.

Se debe mantener a la víctima inmóvil y calmada.

Se debe observar con atención a la víctima para detectar otras lesiones.

En la mayoría de los casos, si la ayuda médica llega rápidamente, se debe permitir que el personal médico tome las medidas necesarias.

Si la piel presenta ruptura, se debe tratar de inmediato para prevenir la infección. No se debe respirar sobre la herida ni hurgar en ella y, de ser posible, se debe enjuagar suavemente para retirar los residuos visibles y otros agentes contaminantes.

En caso de ser necesario, se debe inmovilizar la lesión o colocar un cabestrillo. Entre los elementos posibles para entablillar se pueden considerar un periódico enrollado o tablillas de madera. Se debe inmovilizar el área por encima y por debajo del hueso lesionado.

Se pueden aplicar compresas de hielo para disminuir el dolor y la hinchazón.

Se debe colocar a la víctima en posición horizontal, levantarle los pies unas 12 pulgadas (30 centímetros) y cubrirla con un abrigo o una cobija; pero NO moverla si se sospecha de una lesión en la cabeza, la espalda o las piernas.

Intoxicación y/o envenenamiento:

Una intoxicación (envenenamiento) es causada por la ingestión, inyección, inhalación o cualquier exposición a una sustancia dañina. La mayoría de las intoxicaciones ocurren por accidente.



Enfermera Jefe



Los síntomas pueden variar de acuerdo con el tóxico o veneno, pero pueden abarcar:

- Dolor abdominal
- Labios azulados
- Dolor torácico
- Confusión
- Tos
- Diarrea
- Dificultad respiratoria
- Mareos
- Visión doble
- Somnolencia
- Fiebre
- Dolor de cabeza
- Palpitaciones cardíacas
- Irritabilidad
- Inapetencia
- Pérdida del control de la vejiga
- Náuseas y vómitos
- Entumecimiento u hormigueo



Enfermera Jefe



- Crisis epiléptica
- Falta de aliento
- Erupciones cutáneas o quemaduras
- Estupor
- Pérdida del conocimiento
- Mal aliento de olor inusual
- Debilidad

Qué hacer ante una intoxicación y/o envenenamiento:

Informar a la enfermera.

Se examina y vigila las vías respiratorias.

Se asegura el área para evitar futuras lesiones.

La persona se debe girar sobre su lado izquierdo y permanecer cómoda mientras llega la ayuda médica.

NO administrar nada por vía oral a una persona inconsciente.

NO inducir el vómito a menos que así lo indique un médico. Un tóxico fuerte que produzca quemaduras en la garganta al entrar también hará daño al devolverse.

El tóxico no se debe neutralizar con zumo de limón, vinagre ni cualquier otra sustancia.

Si se sospecha que una persona se ha intoxicado no se debe esperar a que se presenten los síntomas.



Convulsiones

Las convulsiones son síntomas de un problema cerebral. Ocurren por la aparición súbita de una actividad eléctrica anormal en el cerebro. Existen muchos tipos de convulsiones y algunos tienen síntomas leves. Las convulsiones se dividen en dos



Enfermera Jefe



grupos principales. Las convulsiones focales, también llamadas convulsiones parciales, ocurren en una parte del cerebro. Las convulsiones generalizadas son el resultado de actividades anormales en ambos lados del cerebro.

La mayoría de las convulsiones duran de 30 segundos a 2 minutos y no causan daños duraderos. Sin embargo, si las convulsiones duran más de 5 minutos o si una persona tiene muchas convulsiones y no se despierta entre éstas, se tratará de una urgencia médica.

Causas de las convulsiones.

Las convulsiones pueden tener muchas causas, entre las que se incluyen medicinas, fiebre alta, lesiones en la cabeza y ciertas enfermedades. Las personas que tienen convulsiones recurrentes debido a un trastorno cerebral tienen epilepsia.

Qué hacer ante una convulsión:

Impedir la aglomeración de personas alrededor del paciente. Las acciones deben ser dirigidas por una sola persona.

Si es posible el paciente debe permanecer en el lugar donde ocurrió la convulsión hasta que haya cesado la fase activa de la misma.

En caso de que se produzca la caída del paciente, y si se llega a tiempo, evitar lesiones a consecuencia de la misma.

Retirar los objetos o muebles cercanos con los que pueda hacerse daño.

Protegerle la cabeza colocando algún objeto blando debajo de la misma (ropas, almohadas, etc.)

Desabrocharle el cuello de la camisa y aflojar aquellas prendas que pudieran causarle opresión.

Siempre que sea posible se colocará al enfermo de costado o de lado, permitiendo que salga de la boca la saliva y la mucosidad. En esta posición también se evita la aspiración de vómitos que pudiera presentar.

Es peligroso, introducir objetos (cucharas, baja lenguas, etc.) entre los dientes para evitar que se muerda la lengua.

Se debe vigilar al enfermo hasta que finalice la crisis, observando el tiempo de duración para informar posteriormente al médico.



Enfermera Jefe



Desmayo:

Es una pérdida temporal del conocimiento a consecuencia de una disminución del flujo sanguíneo al cerebro. El episodio es breve (dura menos de un par de minutos) y va seguido de una recuperación rápida y completa.

Causas del desmayo:

Un desmayo puede ocurrir cuando ha estado parado en un lugar durante mucho tiempo. Los desmayos también pueden estar relacionados con el miedo, el dolor intenso y el sufrimiento emocional.

Una baja súbita en la presión arterial puede causar un desmayo. La presión arterial puede disminuir repentinamente cuando se está sangrando o gravemente deshidratado. También puede suceder con el cambio repentino de una posición estando acostado.

Ciertos medicamentos pueden llevar a que se presente desmayo, causando un descenso en la presión arterial. Los medicamentos comunes que contribuyen a que se presenten desmayos incluyen los utilizados para la ansiedad, la hipertensión arterial, la congestión nasal y las alergias.

Qué hacer ante un desmayo:

Inspeccionar las vías respiratorias y la respiración de la persona.

Aflojar la ropa apretada alrededor del cuello.

Levantar los pies de la persona por encima del nivel del corazón (más o menos 12 pulgadas o unos 30 cm).

Si presenta vómito, se debe voltear de lado para evitar el ahogamiento.

Mantener a la persona afectada acostada durante al menos 10 a 15 minutos, preferiblemente en un espacio fresco y calmado.



Enfermera Jefe



Mareos



Hace referencia a síntomas que describimos como vértigo y desequilibrio, sin embargo, se puede decir que el mareo es “una sensación de desmayo o desvanecimiento inminente.

Qué hacer ante un mareo:

Sentarse en una silla, separar las rodillas y agacharse hasta colocar la cabeza entre las piernas, luego tratar de levantar la cabeza mientras le ejercen presión para impedirse.

Aflojar la ropa

Humedecer la cara

Indagar si se golpeó, se cayó o está en ayunas.

Muchas veces es suficiente inhalar profundamente dos o tres veces para que el mareo y la sensación de náuseas se pasen, pero de ser persistentes, lo mejor es consultar sus causas con un especialista.

12.3.3 CÓMO TRASLADAR UN LESIONADO

- Al trasladar un accidentado o un enfermo grave, se deberá garantizar que las lesiones no aumentarán, ni se le ocasionarán nuevas lesiones o se complicará su recuperación ya sea por movimientos innecesarios o transporte inadecuado.
- Es mejor prestar la atención en el sitio del accidente, a menos que exista peligro inminente para la vida de la víctima o del auxiliador como en un incendio, peligro de explosión o derrumbe de un edificio.
- Una vez que haya decidido cambiar de lugar a la víctima, considere tanto la seguridad de la víctima como la suya. También tenga en cuenta su propia capacidad, así como la presencia de otras personas que puedan ayudarlo.
- Un lesionado puede ser transportado utilizando diferentes elementos como: silla, camilla y vehículo; su uso depende de las lesiones que presenta, de la distancia y de los medios que se tengan para hacerlo.
- Para evitar mayores lesiones en el traslado de las víctimas de un accidente se debe:
Asegurar que las vías respiratorias estén libres de secreciones.



Enfermera Jefe



Controlar la hemorragia antes de moverla.

Inmovilizar las fracturas.

Verificar el estado de conciencia. Si se encuentra inconsciente, como resultado de un traumatismo, considérela como lesionada de columna vertebral.

Evitar torcer o doblar el cuerpo de una víctima con posibles lesiones en la cabeza o columna.

Utilizar una camilla dura cuando sospecha fractura de columna vertebral. No debe ser transportadas sentadas las personas con lesiones en la cabeza, espalda, cadera o pierna.



Seleccionar el método de transporte de acuerdo con la naturaleza de la lesión, número de ayudantes, material disponible, contextura de la víctima y distancia a recorrer. Dar órdenes claras cuando se utiliza un método de transporte que requiera más de 2 auxiliares, en estos casos uno de los auxiliares debe hacerse cargo de dirigir todo el procedimiento.

Precauciones

Para lograr una mayor estabilidad y equilibrio del cuerpo, se separa ligeramente los pies y se doblan las rodillas, nunca la cintura. La fuerza se debe hacer en las piernas y no en la espalda.

Para levantar al lesionado, se debe contraer los músculos de abdomen y pelvis, manteniendo la cabeza y espalda recta.

En el colegio contamos con dos tipos de camillas, ubicadas en puntos estratégicos del colegio:

Primer piso: cafetería, pasillo Rectoría,

Segundo piso: cerca de la Sala de Profesores

Tercer piso: Cerca de la Oficina de Psicología



Enfermera Jefe



13.3.4 QUÉ HACER CUANDO PASA UNA EMERGENCIA EN EL COLEGIO:

- En cuanto ocurra una emergencia se llama a la enfermera, ya sea por teléfono o con la colaboración de un estudiante. Esto se debe hacer antes de trasladar al herido.
- La enfermera debe comunicar al coordinador encargado y a su vez deberá desplazarse al lugar de lo ocurrido para prestar los primeros auxilios. (Valoración de la lesión, signos vitales y traslado a la enfermería)
- El coordinador o en su ausencia el psicólogo será el encargado de informar al padre de familia lo ocurrido y dará la autorización de salida, si se amerita.
- En las escuelas deportivas, el jefe de área es la persona quien autoriza la salida de los estudiantes.
- La enfermera es la encargada de trasladar al lesionado hasta la enfermería contando con la colaboración de los docentes.
- Cuando el paciente por la gravedad de sus heridas se deba remitir a un hospital, se trasladará en una ambulancia en compañía de la enfermera.



Enfermera Jefe