

PRIMEROS AUXILIOS

PRINCIPIOS GENERALES

Ante una situación de emergencia se deben seguir los siguientes principios:

1. AVISAR Al 061.
2. SOCORRER: Si en vista de la gravedad del accidentado hay que aplicarle los primeros auxilios, tendremos en cuenta estos CUIDADOS GENERALES:
 - a) No mover al herido si no es preciso.
 - b) Comprobar la conciencia, respiración (para ello poner la cara junto a la boca y mirar si se mueve el pecho) y pulso (en el cuello)
 - c) Practicar Reanimación Cardio-Pulmonar si falta pulso y respiración.
 - d) Cortar hemorragias externas graves: Palidez, sudoración, alteración del pulso y respiración, alteración de la conciencia, pueden indicar shock hemorrágico.
 - g) Hacer sólo aquello que se sepa, ya que actuaciones desmedidas o equivocadas puede agravar el estado del herido o causarle lesiones irreversibles.
 - h) No dar liquido a un inconsciente.
 - i) Mantener la tranquilidad.

ALGUNOS CONSEJOS

HERIDAS	PICADURAS INSECTOS
<ul style="list-style-type: none"> ◆ LEVES: Limpiar con agua y jabón. ◆ Aplicar Agua oxigenada y/o yodo. ◆ Cubrir. 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Aplicar hielo, amoníaco o vinagre rebajado.
SOSPECHA FRACTURA	LESION ARTICULAR/MUSCULAR
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Inmovilizar el miembro en la posición en que se encuentre antes del traslado. No reducir. 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Aplicar hielo, Inmovilizar sin reducir.
SHOCK	INCONSCIENCIA
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Elevación de las piernas. ◆ Abrigar. 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Posición lateral de seguridad. ◆ Vigilar vómitos, respiración y pulso.
LIPOTIMIA	INSOLACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Elevación de las piernas. ◆ Aflojar ropa. 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Semisentado en lugar fresco. ◆ Compresas frías en la cabeza y axilas. ◆ Dar de beber sorbos de agua fresca.
CUERPO EXTRAÑO EN EL OJO	OBJETOS CLAVADOS
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Si esta clavado en el ojo: tapar y traslado al centro de salud. 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ PEQUEÑO: extraer y limpiar herida. ◆ GRANDE: Inmovilizarlo y Traslado...
MORDEDURA ANIMAL	MORDEDURA SERPIENTE
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Lavar ABUNDANTEMENTE con agua jabonosa. ◆ Echar Agua Oxigenada. ◆ Cubrir con paños limpios. ◆ Traslado... 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Evitar que corra o se mueva. ◆ Aplicar hielo. ◆ Hacer torniquete flojo. ◆ Traslado...
OBSTRUCCION VIAS RESPIRATORIAS	QUEMADURAS
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Si tose: no dar palmadas en la espalda. ◆ Inclinarlo. ◆ Si no tose y se ahoga: aplicar compresiones fuertes con el puño por encima del ombligo, cogiéndolo, por detrás o en el suelo. 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ LEVE: Aplicar agua fresca mientras duela (10-15"). ◆ GRAVE: No quitar ropa pegada, cubrir con paños limpios.
HEMORRAGIAS EXTERNAS	ELECTROCUCION
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Aplicar compresas. ◆ Elevar miembro sangrante. ◆ Presionar punto arterial. 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Aislarse de la corriente.. ◆ Comprobar pulso y respiración. ◆ Curar heridas eléctricas. ◆ Traslado...
PARADA CARDIO-RESPIRATORIA	TRAUMATISMO CABEZA/COLUMNA VERTEBRAL
<ul style="list-style-type: none"> ◆ Hacer Reanimación Cardio-pulmonar. 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ No mover. ◆ Mantener eje cabeza-cuello-tronco en bloque.