

FIRST ON THE SCENE

PRIMERO EN LA ESCENA

MANUAL DE APOYO



**QUÉ HACER HASTA QUE LLEGUEN LOS SERVICIOS MÉDICOS DE EMERGENCIA
(SEM, POR SUS SIGLAS EN INGLÉS)**

Copyright 2021 Asociación Nacional de Técnicos Médicos de Emergencia (NAEMT, por sus siglas en inglés).

* Los materiales del curso son desarrollados por NAEMT en cooperación con la Asociación Internacional de Jefes de Bomberos (IAFC, por sus siglas en inglés) con el único propósito de llevar a cabo el curso educativo First On The Scene, y no podrán utilizarse con ningún otro propósito. *

Versión: 1.0

INDICE

LECCIÓN 1: ACTIVAR EL SISTEMA 112.

- ¿QUÉ ES UNA EMERGENCIA?
- ¿QUÉ HACER FRENTE A UNA EMERGENCIA?

LECCIÓN 2: RCP SÓLO CON LAS MANOS.

- ¿QUÉ LE ESTÁ SUCEDIENDO AL PACIENTE?
- ¿CUANDO HACER UNA REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR BÁSICA?
- PROCEDIMIENTO PARA REALIZAR LA REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR

LECCIÓN 3: ANAFILAXIA.

- SHOCK ANAFILÁCTICO
- ¿QUÉ TENGO QUE HACER?
- ¿CÓMO USAR EL AUTOINYECTOR?

LECCIÓN 4: CONTROL DE HEMORRAGIAS.

- PASO 1: LOCALIZA EL PUNTO DE SANGRADO
- PASO 2: IDENTIFICA HEMORRAGIAS "POTENCIALMENTE MORTALES"
- PASO 3: DETENER EL SANGRADO

LECCIÓN 5: TRAUMA EN PECHO.

- ¿QUÉ LE ESTÁ SUCEDIENDO AL PACIENTE?
- PASO 1: LOCALIZA LA HERIDA

LECCIÓN 6: TRASLADO A UN LUGAR SEGURO.

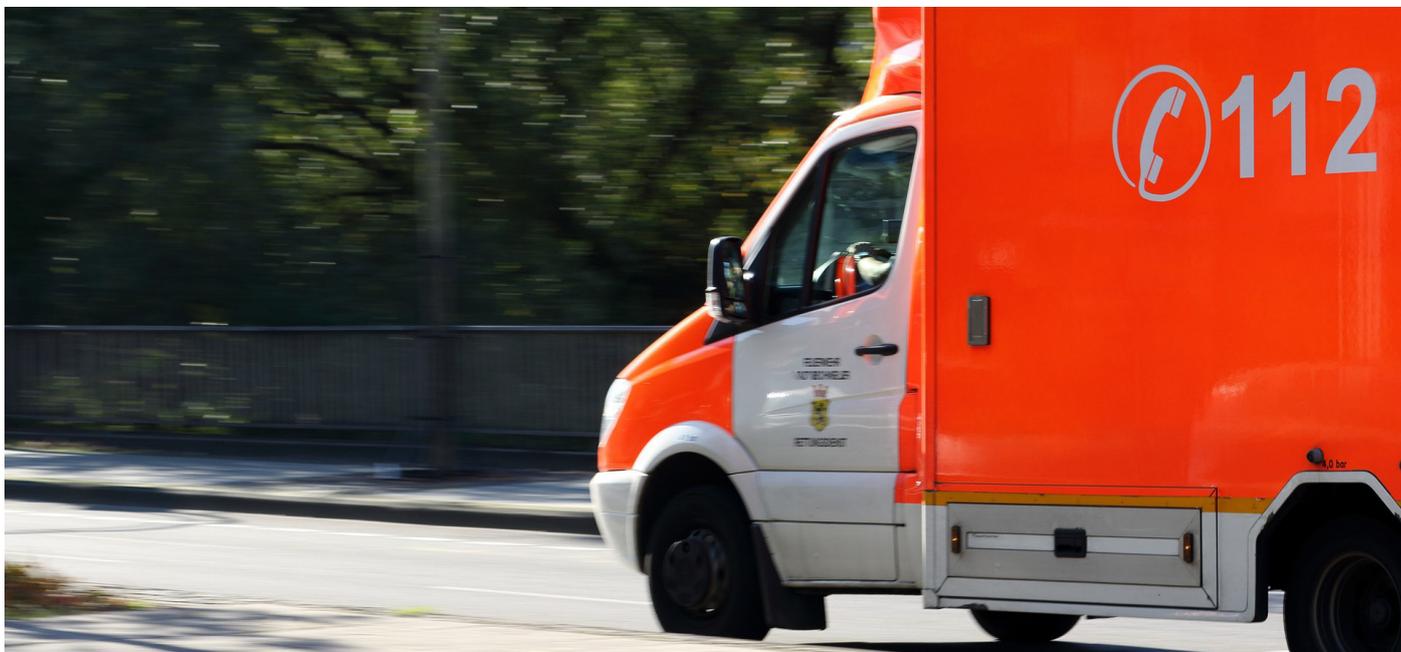
- OPCIONES DE ARRASTRE Y TRASLADO
- TÉCNICAS DE ARRASTRE Y TRASLADO DE HERIDOS
- TÉCNICAS DE TRASLADO DE HERIDOS

LECCIÓN 7: POSICIÓN DE PERSONAS ENFERMAS / LESIONADAS.

- ¿QUÉ LE ESTÁ SUCEDIENDO AL PACIENTE?
- POSICIÓN DE RECUPERACIÓN O POSICIÓN LATERAL DE SEGURIDAD

LECCIÓN 1

ACTIVAR EL SISTEMA 112



OBJETIVOS:

Una vez completada esta lección, los participantes deberían poder:

- Reconocer la importancia de llamar al 112 y pedir ayuda.
- Recordar la importancia de proporcionar la ubicación precisa de un incidente.
- Preparar respuestas a las preguntas del operador del 112.
- Seguir las instrucciones previas a la llegada, proporcionadas por el operador.

LECCIÓN 1

¿QUÉ ES UNA EMERGENCIA?

Una emergencia es una situación imprevista y urgente que requiere una acción inmediata para proteger la vida, la propiedad o el medio ambiente. Las emergencias pueden ser causadas por desastres naturales, accidentes, incendios, enfermedades repentinas o eventos similares que ponen en peligro la seguridad de las personas y su entorno.

La respuesta a una emergencia es crucial y debe ser rápida y eficiente para mitigar los daños y minimizar las consecuencias negativas. Es importante estar preparados para responder ante una emergencia y conocer los procedimientos y recursos necesarios para hacer frente a la situación.

Ejemplos de emergencias:

- Una emergencia medica
- Una persona inconsciente o con estado alterado
- Explosión
- Fuego
- Fuga de combustible
- Colisión de vehículos auto-motores
- Persona que se ahoga o que no respira
- Situación terrorista o de violencia



Imagen: Accidente tráfico implicado 2 vehículos. (Airbag saltados en vehículo trasero, gran deformidad de capó)

Aquí hay algunos ejemplos de situaciones que no se consideran emergencias:

- Problemas con el transporte público: un retraso en un tren o autobús.
- Problemas con la electricidad o el agua: aunque estos problemas pueden ser incómodos, no representan una amenaza inmediata para la vida o la propiedad.
- Problemas con los servicios de internet o la televisión por cable.
- Problemas con la vivienda: una filtración en el techo o un problema con el aparato de aire acondicionado.

En general, una emergencia es una situación que requiere una acción inmediata para proteger la vida, la propiedad o el medio ambiente.

Es importante tener en cuenta que si bien no todas las situaciones son emergencias, todas deben ser tratadas con cuidado y seriedad.

LECCIÓN 1

¿QUÉ HACER ANTE UNA EMERGENCIA?

1. Garantiza tu propia seguridad.
2. Respira hondo.
3. Conoce tu ubicación.
4. Llama al 112 y solicita asistencia.
5. Sigue las instrucciones proporcionadas por teloperador del 112.
6. No cuelgues hasta que así te lo indiquen.
7. Presta asistencia hasta que llegue la ayuda

1. GARANTIZA TU PROPIA SEGURIDAD: CONDUCTA PAS.

CÓMO ACTUAR
Saber qué debe hacer en caso de que usted presencie un accidente de tráfico no sólo puede salvar la vida de los heridos, sino también la suya propia. No olvide nunca los tres pasos a seguir: **proteger, avisar y socorrer.**

Proteger

Protección del lugar del accidente
Señalice cuanto antes la zona colocando los triángulos de preseñalización y encendiendo las luces de emergencia o las de posición.

Autoprotección
Aparque lo mejor posible su propio vehículo y póngase el chaleco reflectante antes de bajar del mismo.

No permanezca en la calzada, no se acerque a un automóvil en llamas o si observa que transporta mercancías peligrosas.

Avisar
Llame a los servicios de emergencia (112)

Información que debe facilitar:

1. Localización del lugar del accidente (calle, número, punto kilométrico; si es una vía de doble sentido, informe de la dirección y cualquier detalle, si lo hubiera, que pueda facilitar la rápida ubicación: ermita, restaurante...)
2. Número de heridos y toda la información que pueda aportar (si están inconscientes, si sangran...)
3. Circunstancias especiales (existencia de personas atrapadas, peligro de caída del vehículo, si transporta mercancías peligrosas, si ha caído al agua...)
4. Características y número de vehículos.
5. Espere a que desde la central den la conformidad antes de colgar.

Socorrer
Sea extremadamente cuidadoso con el fin de no añadir o agravar las lesiones

No debe hacer

1. Como norma general, no mueva a los heridos, ni los saque del vehículo.
2. Si es un motorista, no le quite el casco.
3. No le de bebida, ni comida ni medicamentos.
4. No lo traslade por su cuenta.
5. No se marche hasta que los servicios de emergencia se lo indiquen.

Si debe hacer

1. Permanezca cerca de los heridos; si es posible, a su lado. Intente tranquilizarlos.
2. En caso necesario, y siempre, que "sepa hacerlos", realice los primeros auxilios.

(Fuente: DGT)

Infografía: Revista DGT. 2015. Conducta PAS: Proteger, avisar y socorrer.

LECCIÓN 1

¿QUÉ HACER ANTE UNA EMERGENCIA?

2. RESPIRA HONDO

Durante una emergencia, es común experimentar una respuesta de “lucha o huida” en el cuerpo, lo que puede hacer que se sienta ansioso o estresado. Sin embargo, respirar profundo y mantener la calma puede ayudar a mantener la claridad mental y tomar decisiones informadas en una situación de emergencia.

Al respirar profundo, se aumenta el flujo de oxígeno en el cuerpo, lo que puede ayudar a reducir la tensión y la ansiedad. Estar tranquilo puede ayudar a tener una mente clara y enfocada en la situación. En lugar de centrarse en el miedo o la ansiedad, trate de enfocarse en soluciones y en lo que puede hacer para abordar la situación de manera efectiva.

3. CONOCE TU UBICACIÓN

Si se presenta una situación de emergencia, es importante que puedas proporcionar tu ubicación a las autoridades o a los servicios de emergencia de manera rápida y precisa. Esto les permitirá responder de manera más efectiva y llegar a ti en el menor tiempo posible.

Además, conocer tu ubicación también puede ser útil si tienes que evacuar el área o buscar refugio en caso de un desastre natural o un evento similar. Conocer tu ubicación y la ubicación de los puntos de referencia cercanos puede ayudarte a orientarte y a encontrar un camino seguro.

También es importante tener en cuenta que en situaciones de emergencia, los servicios de emergencia y las comunicaciones pueden ser interrumpidos o tener dificultades para funcionar. Conocer tu ubicación y tener un plan de emergencia puede ayudarte a prepararte para estas situaciones y a responder de manera efectiva.

4. LLAMA AL 112 Y SOLICITA ASISTENCIA

El número de teléfono de emergencias 112 es un número telefónico gratuito que se puede usar en toda la Unión Europea (UE) y en muchos otros países para solicitar ayuda o información en una situación de emergencia. Al marcar 112, se puede acceder a servicios de emergencia, como bomberos, policía y servicios médicos de urgencia.

Es importante tener en cuenta que el 112 es un número de emergencias y debe ser utilizado solo en situaciones graves o inmediatas que requieren ayuda inmediata. Si no es una emergencia, se debe utilizar otros números de información para evitar congestionar la línea y asegurarse de que las llamadas realmente urgentes puedan ser atendidas de manera efectiva.

Además, es importante tener en cuenta que al marcar 112, se deben proporcionar la información más precisa posible, incluyendo la ubicación exacta y una descripción de la situación.

También es recomendable tener en cuenta que el 112 puede estar disponible a pesar de que tu operadora telefónica no brinde cobertura en la zona del incidente.

LECCIÓN 1

¿QUÉ HACER ANTE UNA EMERGENCIA?

5. SIGUE LAS INSTRUCCIONES PROPORCIONADAS POR TELOPERADOR DEL 112

Es importante seguir las instrucciones proporcionadas por el operador del 112 en una situación de emergencia. Al marcar este número, se conecta con un centro de emergencias que opera las 24 horas del día, los 7 días de la semana. El operador es un profesional capacitado y está entrenado para brindar ayuda y asistencia en situaciones de emergencia.

Se debe realizar cuidadosamente las instrucciones proporcionadas por el operador, ya que estas instrucciones pueden ser cruciales para garantizar una respuesta rápida y efectiva de los servicios de emergencia. Por ejemplo, el operador puede proporcionar instrucciones sobre cómo administrar primeros auxilios, cómo evacuar un edificio en llamas o cómo mantener la calma en una situación de emergencia.

6. NO CUELGUES HASTA QUE ASÍ TE LO INDIQUEN.

- **Continuación de la comunicación:** El operador del 112 puede necesitar más información o puede tener más preguntas sobre la situación de emergencia. Colgar el teléfono antes de recibir instrucciones completas puede retrasar la respuesta de los servicios de emergencia y poner en peligro la seguridad de las personas involucradas.
- **Verificación de la ubicación:** El operador puede necesitar verificar la ubicación de la persona que llama para enviar los servicios de emergencia a la ubicación correcta. Si se colga el teléfono antes de que el operador pueda verificar la ubicación, puede retrasar la respuesta de los servicios de emergencia.
- **Mantenimiento de la calma:** Mantener la comunicación con el operador puede ayudar a mantener la calma y proporcionar una sensación de seguridad en una situación de emergencia.

7. PRESTA ASISTENCIA HASTA QUE LLEGUE LA AYUDA

Prestar asistencia hasta que llegue la ayuda es un aspecto crucial en una situación de emergencia. Si bien es importante esperar la llegada de los servicios de emergencia, también es posible que puedas proporcionar primeros auxilios o ayuda temporal a alguien que necesita ayuda hasta que lleguen los servicios de emergencia.



LECCIÓN 1

¿QUÉ HACER ANTE UNA EMERGENCIA?

En los próximos capítulos del manual de primeros auxilios, aprenderás varias técnicas esenciales para prestar asistencia en caso de una emergencia. Algunos de los temas que se abordarán incluyen:

1. **Reanimación cardiopulmonar (RCP):** Aprenderás cómo realizar la RCP correctamente y cómo hacerla en caso de una parada cardíaca.
2. **Primeros auxilios ante hemorragias:** Aprenderás cómo controlar el sangrado, aplicar un vendaje y cómo proteger una lesión.
3. **Tratamiento de quemaduras:** Aprenderás cómo clasificar las quemaduras y cómo tratar las diferentes clases de quemaduras.
4. **Mover los pacientes a un lugar seguro:** Aprenderás a mover un paciente en situación de emergencia para minimizar cualquier daño adicional y proteger la integridad del paciente.
5. **Colocación de pacientes heridos:** Aprenderás a colocar a los pacientes heridos de manera adecuada para minimizar cualquier daño adicional y proteger su integridad.



LECCIÓN 2

“RCP SOLO CON LAS MANOS” Y USO ADECUADO DEL DESFIBRILADOR EXTERNO AUTOMÁTICO (DEA)



OBJETIVOS:

Esta sección se centrará en la “RCP de alta calidad” y el uso de un DEA

- Reconocer la importancia de una “RCP de alta calidad” temprana.
- Reconocer los signos y síntomas de alguien en paro cardíaco.
- Demostrar la técnica apropiada para la RCP solo con las manos.
- Demostrar cómo usar correctamente un DEA.

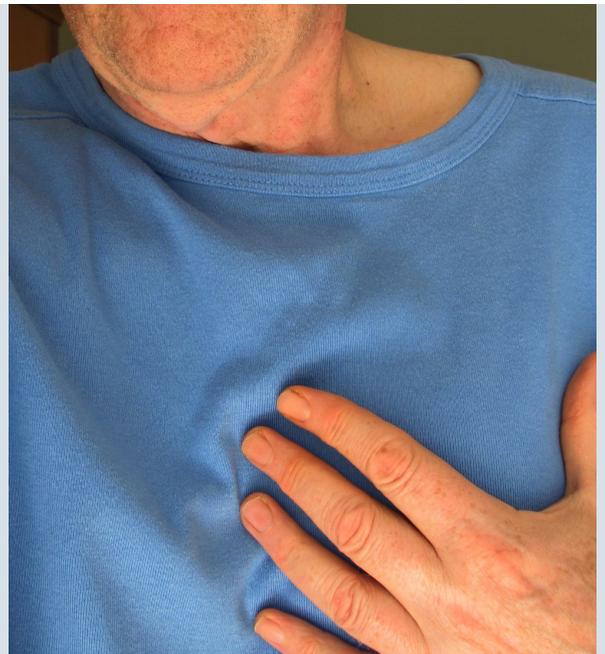
LECCIÓN 2

¿QUÉ LE ESTÁ SUCEDIENDO AL PACIENTE?

- **El paro cardíaco** a menudo se debe a un fallo que hace que el corazón deje de latir (bombear sangre).
- **Los ataques cardíacos** (Infarto) se dan por un bloqueo en una o más de las arterias que suministran flujo sanguíneo al corazón.

Síntomas de paciente con ataque cardíaco más comunes:

- **Dolor en el pecho que puede sentirse como presión.**
- **Dolor o molestias que se propagan al hombro, al brazo, a la espalda, al cuello, a la mandíbula, a los dientes o, a veces, a la parte superior del abdomen.**
- **Sudor frío.**
- **Fatiga.**
- **Acidez estomacal.**



Síntomas de paciente con paro cardíaco más comunes:



- **Dolor o malestar en el pecho.**
- **Palpitaciones del corazón.**
- **Latidos del corazón rápidos o irregulares.**
- **Sibilancias inexplicables.**
- **Falta de aliento.**
- **Síncope o lipotimia.**

LECCIÓN 2

¿CUANDO HACER UNA REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR BÁSICA?

La reanimación cardiopulmonar solo con las manos debe realizarse cuando la víctima sufre un parada cardiorrespiratoria (es decir, no tiene consciencia y no puede respirar eficazmente) Las tasas de supervivencia para una parada cardíaca fuera del centro hospitalario son bajas. Sin embargo, el reconocimiento y la acción por parte de quienes se encuentren allí pueden aumentar las posibilidades de supervivencia de una persona.

ACERCARSE A LA ESCENA

Determina si la escena es segura, luego llama al 112.

Si no es seguro acercarse a la escena, brinda al teleoperador del 112 toda la información que puedas.

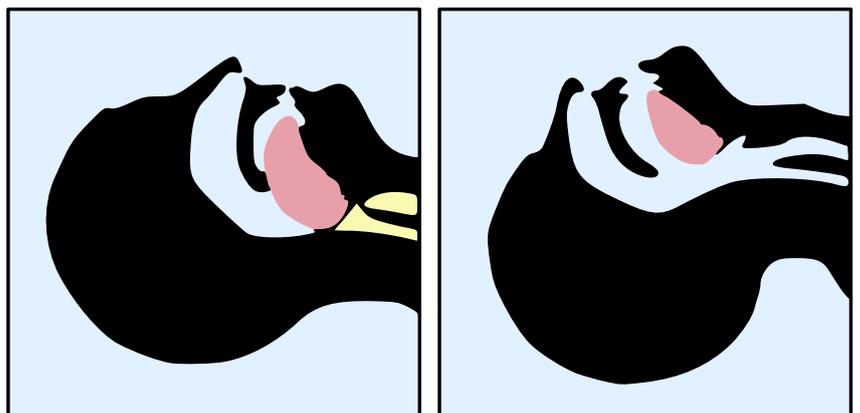
VALORACIÓN DEL PACIENTE



Acércate a la víctima, determina su capacidad de respuesta y comprueba si respira:

1. Pregunta "¿Estás bien?"
2. Inclina la cabeza y levanta el mentón de la víctima.
3. Mira. Escucha. Siente.

Querrás escuchar el movimiento del aire. Inclinar la cabeza mejorará la respiración del paciente ya que abrirá sus vías respiratorias.



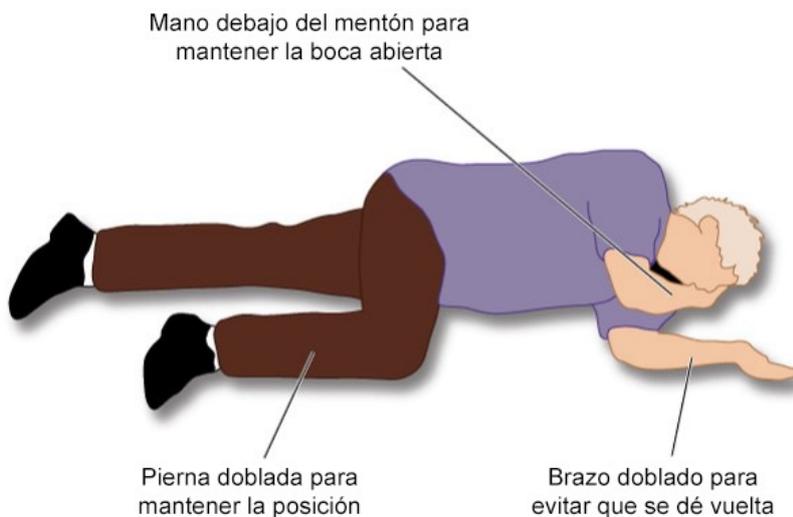
LECCIÓN 2

SI EL PACIENTE ESTÁ RESPIRANDO

Si la víctima respira más de 10 respiraciones por minuto:

- Coloca a la víctima sobre su lado izquierdo
- Llama al 112

Evalúa al paciente hasta que llegue la ayuda.



La PLS es una técnica sencilla y efectiva que puede ayudar a prevenir la obstrucción de las vías respiratorias y mejorar la oxigenación en un paciente inconsciente. Además, la PLS también ayuda a prevenir la aspiración de vómitos y es adecuada para personas de cualquier edad y estado físico.

COLOCACIÓN DE LAS MANOS PARA LA REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR

Si la víctima no tiene pulso y no respira:

- Coloca ambas manos en el centro del pecho de la víctima.
- Comienza la RCP

Técnicas adecuadas para las compresiones torácicas.



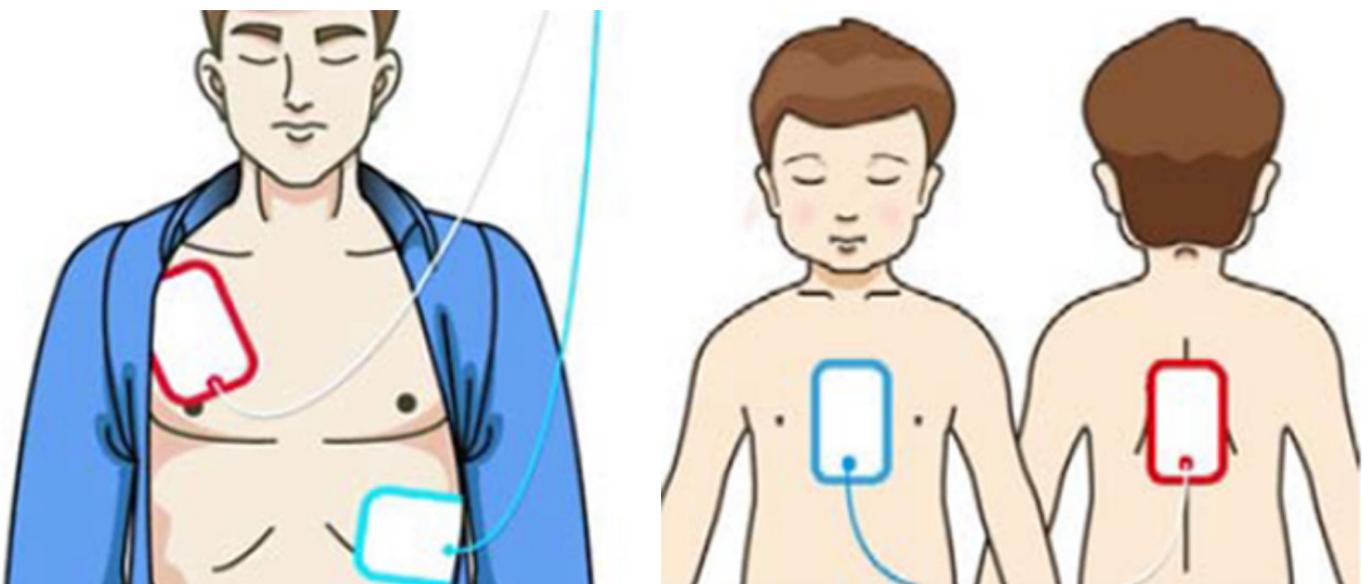
LECCIÓN 2

PROCEDIMIENTO PARA REALIZAR LA REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR

1. Coloque a la víctima boca arriba (posición de decúbito supino).
2. Arrodílese junto a la víctima.
3. Descubra el pecho de la víctima. (Desgarre la ropa si es necesario).
4. Coloque el talón de una mano sobre el esternón de la víctima (centro del pecho).
5. Coloque el talón de la otra mano sobre la primera
6. Entrelace los dedos
7. Desplácese hacia delante y extienda sus brazos sin doblar los codos.
8. Comprima esternón no menos de 5 cm ni más de 6 cm.
9. Repita a un ritmo de 100-120 compresiones por minuto.

COLOCACIÓN DE DEA (DEFIBRILADOR EXTERNO AUTOMATIZADO)

1. Busca el DEA más cercano
2. Abre el DEA
3. Sigue las indicaciones
4. Coloca el DEA en el pecho desnudo de la víctima



LECCIÓN 3

ANAFILAXIA Y USO DE UN AUTOINYECTOR



OBJETIVOS:

- Identificar los signos de una reacción anafiláctica
- Hablar sobre qué es la epinefrina, su función en una reacción anafiláctica y cómo administrarla
- Identificar la ubicación adecuada del sitio de inyección
- Demostrar el uso adecuado de un autoinyector de epinefrina

LECCIÓN 3

SHOCK ANAFILÁCTICO

El shock anafiláctico es una reacción alérgica severa y potencialmente mortal que puede ocurrir después de una exposición a un alérgeno, como un insecto, alimento, medicamento o cualquier otra sustancia que cause una reacción alérgica.

El shock anafiláctico puede progresar rápidamente y puede ser mortal si no se trata de inmediato. Por lo tanto, es importante reconocer los signos y síntomas del shock anafiláctico y buscar atención médica de inmediato si se sospecha de una reacción.

En caso de una reacción alérgica, es importante tener autoinyector de epinefrina disponible y saber cómo usarlo. También es importante informar a los proveedores de atención médica sobre cualquier antecedente de reacciones alérgicas y llevar una tarjeta de identificación médica que indique que padece de alergias y que ha sido tratado con epinefrina en el pasado.

Los signos y síntomas del shock anafiláctico incluyen:

- Piel caliente enrojecida
- Picazón
- Ojos rojos hinchados
- Hinchazón de la cara y la lengua
- Falta de aliento
- Náuseas, vómitos y / o dolor de estómago
- Pérdida del conocimiento (o desmayo)



LECCIÓN 3

¿QUÉ TENGO QUE HACER?

- Como en todas las situaciones, determina si es seguro acercarse al paciente
-
- Pregúntale al paciente si tiene un “EpiPen” o autoinyector
-
- Se deberá utilizar el EpiPen o autoinyector si el paciente presenta signos y síntomas de una reacción anafiláctica grave.
- Sigue las instrucciones que se muestran en el inyector.

¿CÓMO USAR EL AUTOINYECTOR?

El autoinyector o epipen es un dispositivo que contiene epinefrina, un medicamento utilizado para tratar el shock anafiláctico. La Epinefrina es un medicamento que actúa rápidamente para contrarrestar los efectos del shock anafiláctico y ayudar a mantener una vía respiratoria abierta y regular la frecuencia cardíaca.

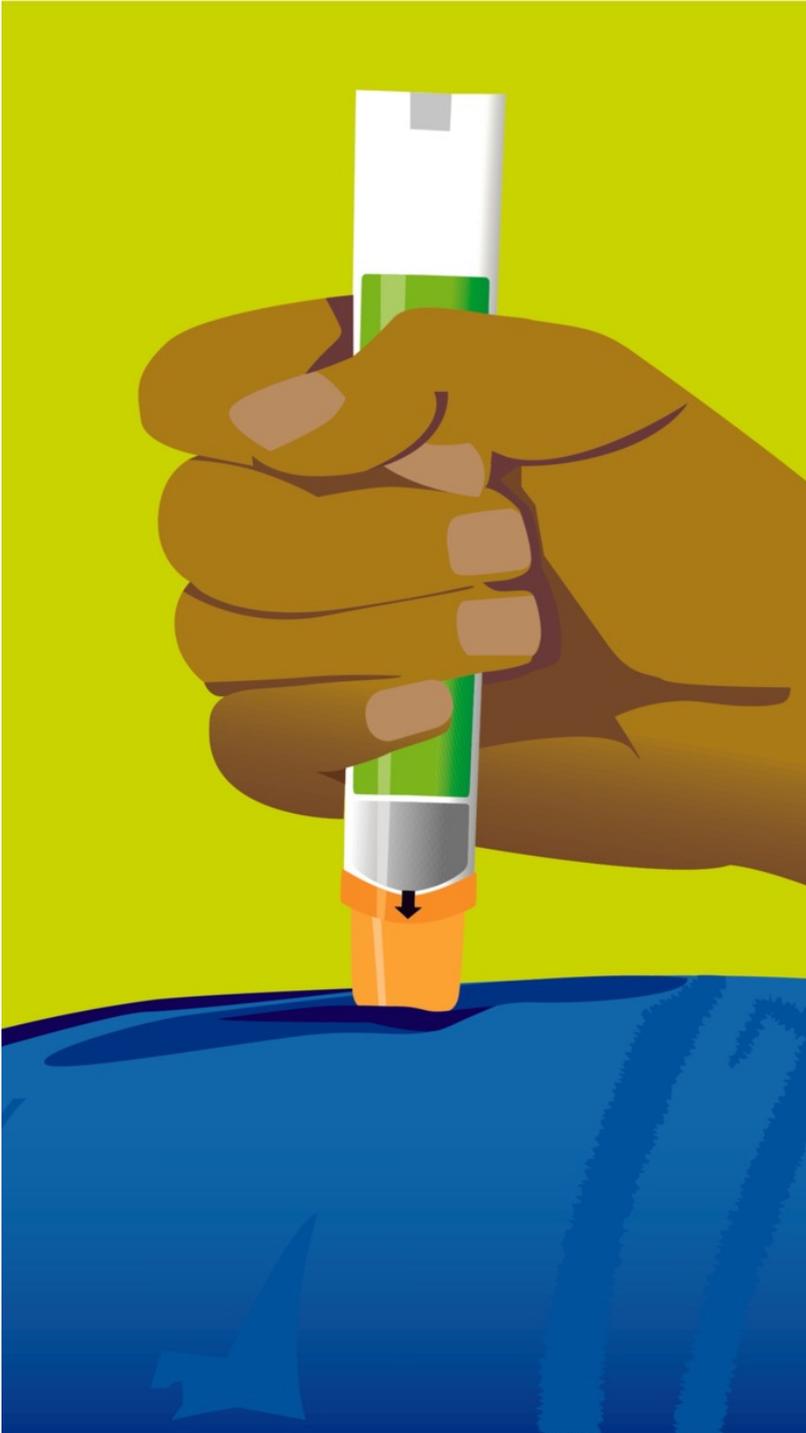
Para utilizar el autoinyector o epipen, siga estos pasos:

- Retire la tapa protectora del autoinyector.
- Con una mano, sostenga el autoinyector firmemente contra la piel, en el muslo (a través de la ropa si es necesario).
- Con la otra mano, retire el seguro.
- Presione firmemente el extremo del autoinyector contra la piel hasta que se escuche un “clic”. No importa si la aguja se dobla después de su uso.
- Mantenga presionado el autoinyector contra la piel durante 10 segundos.
- Retire el autoinyector y descarte en un recipiente aprobado para jeringas usadas.
- Busque atención médica de inmediato, incluso si los síntomas mejoran después del uso del autoinyector.

Es importante tener en cuenta que el autoinyector es una herramienta de emergencia y no un tratamiento a largo plazo para la alergia. Es importante buscar atención médica de inmediato después de usar el autoinyector y trabajar con un médico para desarrollar un plan de atención a largo plazo para la alergia.

LECCIÓN 3

¿QUÉ TENGO QUE HACER?



- El efecto deseado de la epinefrina es revertir la reacción alérgica.
- El objetivo es mejorar la respiración, la frecuencia cardíaca y, lo más importante, la presión arterial del paciente.

EN RESUMEN:

1. Llama al 112
2. Evalúa si es seguro acercarse al paciente
3. Identifica si el paciente muestra signos y síntomas de una reacción alérgica
4. Pregúntale al paciente si tiene un autoinyector de EpiPen o equivalente
5. Ayuda o utiliza el autoinyector después de confirmar que se le recetó el medicamento al paciente

LECCIÓN 4

CONTROL DE HEMORRAGIAS



OBJETIVOS:

- Reconocer hemorragias potencialmente mortales.
- Demostrar la capacidad de llevar a cabo los pasos adecuados para controlar una hemorragia: presión directa, torniquete, empaque de la herida y vendaje compresivo.
- Comprender y describir cómo tratar el shock.

LECCIÓN 4

CONTROL DE HEMORRAGIAS

Si bien los tiroteos en masa reciben mucha atención hoy en día, también es probable que se produzcan hemorragias graves como resultado de lesiones cotidianas, como las que pueden ocurrir en el hogar (como accidentes en la cocina), en el trabajo, en la carretera, en eventos deportivos o en un aula / laboratorio (vidrios rotos).

ALERTAR 112.

El control de sangrado es crucial en situaciones de emergencia y puede salvar vidas.

La sangre es esencial para la vida y mantener un flujo adecuado de sangre al corazón y el cerebro es fundamental para evitar la muerte o lesiones permanentes. Si una persona sufre una herida que causa una fuerte pérdida de sangre, es importante detener el sangrado lo antes posible. Un buen control de sangrado puede ayudar a prevenir la pérdida excesiva de sangre y mantener la presión arterial y el flujo sanguíneo adecuados.

Además, detener el sangrado también puede ayudar a prevenir infecciones y mejorar la recuperación de la herida.

Conocer y aplicar técnicas efectivas de control de sangrado es una habilidad esencial para cualquier persona interesada en brindar primeros auxilios en situaciones de emergencia.

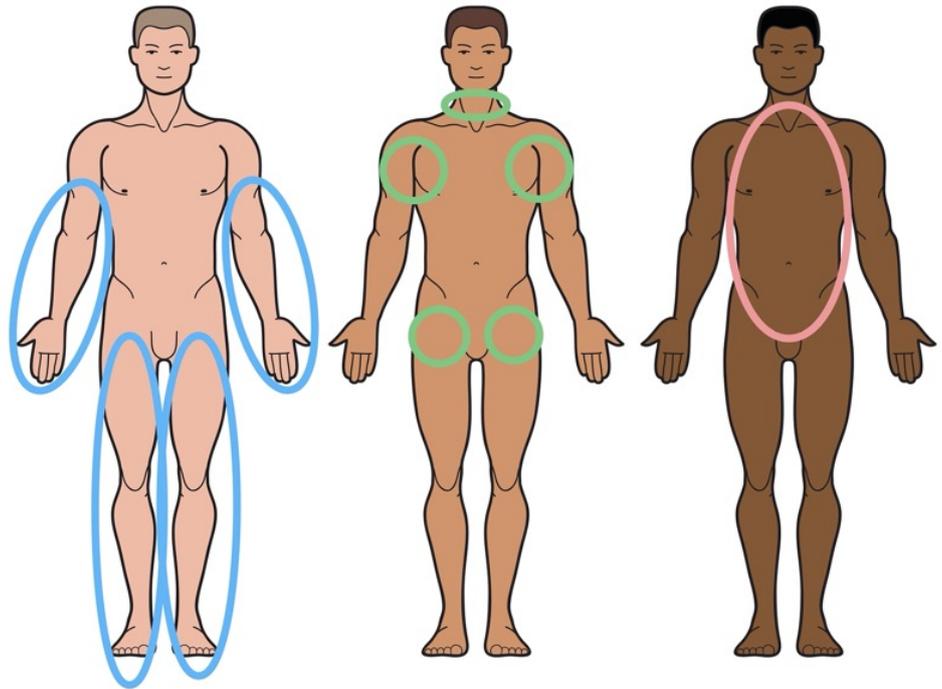


LECCIÓN 4

CONTROL DE HEMORRAGIAS

PASO 1: LOCALIZA EL PUNTO DE SANGRADO

1. Encuentra la fuente del sangrado
2. De ser necesario, quita la ropa que está sobre la herida
3. Identifica la parte del cuerpo:
 - Brazos y piernas
 - Cuello, axilas e ingle
 - Tronco del cuerpo



PASO 2: IDENTIFICA HEMORRAGIAS “POTENCIALMENTE MORTALES”

- Sangrado a “CHORRO”
- Sangrado que NO SE DETIENE
- Sangrado que se ACUMULA en el suelo
- Sangrado que EMPAPA la ropa o los vendajes
- Pérdida total o parcial de un brazo o una pierna
- Sangrado en una víctima que está confundida o inconsciente

La hemorragia potencialmente mortal es un sangrado de gran volumen que es continuo, pulsátil, parecido a un regador, o que es suficiente para acumularse en la ropa o en el suelo.

LECCIÓN 4

CONTROL DE HEMORRAGIAS

HERIDAS EN BRAZOS Y PIERNAS



- **Causa más frecuente de muerte por lesiones evitable.**
- El sangrado de este tipo de heridas se puede controlar mediante presión directa y torniquete.

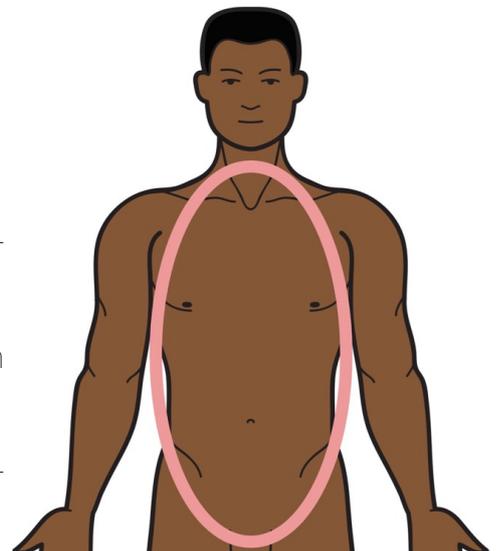
CUELLO, HOMBROS E INGLE



El sangrado se puede controlar mediante presión directa y empaquetado de la herida.

TORÁCICA Y ABDOMINAL

- Este sangrado **NO PUEDE** frenarse fuera del hospital.
- Las lesiones torácicas y abdominales también suelen implicar hemorragias internas.
- Estas víctimas deben ser transportadas rápidamente a un centro de trauma.
- Identifica a estos pacientes ante los proveedores SEM cuan-



FIRST ON THE SCENE

LECCIÓN 4

CONTROL DE HEMORRAGIAS

PASO 3: DETENER EL SANGRADO

1. Aplicar presión directa sobre el punto de sangrado.

La presión detendrá la mayoría de las hemorragias externas. Empieza por aplicar presión; puedes utilizar una pequeña cantidad de gasa o material. Sin embargo, el exceso de gasa o material hace que la presión sea ineficaz. Aplica presión directamente en el sitio de sangrado. Esto requiere una cantidad significativa de fuerza.

Si el sangrado no se detiene:

- Empaca las heridas de la unión (cuello, ingle) con una gasa o paño limpio y luego aplica presión.
- Usa un torniquete en las extremidades.

NO dejes de presionar. Si el sangrado está controlado, quédate allí hasta que llegue la ayuda.

Tiempo mínimo de presión: Mayor a 10 minutos de presión fuerte, directa y sostenida.

TORNIQUETE



- Aplica entre 2 y 3 pulgadas por encima de la herida.
- No lo coloques sobre articulaciones (codo o rodilla).
- Aprieta el torniquete hasta que deje de sangrar.
- NO quites el torniquete.
- Puedes aplicarlo a otros o a ti mismo.
- Se puede aplicar sobre la ropa.
- Puede ser necesario un segundo torniquete para detener el sangrado.
- Utiliza únicamente torniquetes aprobados por militares recomendados comercialmente.

Evita colocar un torniquete en una prominencia ósea o articulación.

LECCIÓN 4

CONTROL DE HEMORRAGIAS



Imagen: Estado de extremidad superior izquierda tras la aplicación correcta de un torniquete.

- Puede aplicarse sobre ropa ligera; sin embargo, quítate cualquier prenda más gruesa, como una chaqueta.

Pasos a seguir para colocar un torniquete:

- Vacía tus bolsillos.
- Aprieta hasta que deje de sangrar.
- Puede que sean necesarios dos torniquetes para lograr el control de la hemorragia. Simplemente coloca el segundo directamente encima del primero. Los dos torniquetes deben tocarse, y no debe haber espacio entre ellos.
- Espera dolor fuerte. NO quites el torniquete.

Los torniquetes improvisados son difíciles de hacer y aplicar correctamente; y, de hecho, puede aumentar el sangrado al comprimir las estructuras venosas.

Su utilidad no ha sido científicamente probada y, por lo tanto, se debe tener precaución al considerar su uso. Si es demasiado estrecho, comprime las estructuras venosas. Si es demasiado ancho, es difícil aplicar la presión adecuada.

LECCIÓN 4

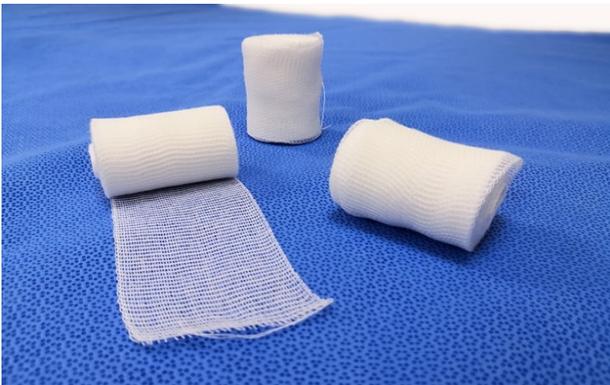
CONTROL DE HEMORRAGIAS

EMPAQUETADO DE HERIDAS



Si el sangrado proviene de una cavidad de unión, es posible que la presión superficial no funcione y es posible que deba empaquetar la herida profunda y firmemente.

- Coloca una gasa firmemente dentro de la herida hasta que detenga el sangrado.
- Empaca y llena completamente la cavidad.
- Mantén la presión hasta que llegue la ayuda.
- Funciona para el cuello, las axilas y la ingle: heridas en las uniones.



TRATAMIENTO PARA EL SHOCK

El shock es puede aparecer en pacientes con hemorragia interna o externa.

El shock hipovolémico es una afección grave en la que el cuerpo no tiene suficiente volumen de sangre para mantener una presión arterial normal y suministrar oxígeno y nutrientes a los tejidos y órganos. Esto se produce como resultado de una pérdida grave de sangre, ya sea debido a una herida. El shock hipovolémico puede ser mortal si no se trata adecuadamente y rápidamente.

Calienta a la persona (manta si es posible). Ponla en una posición cómoda. Llama al servicio de emergencias médicas para que le den oxígeno suplementario. Mantén las medidas de control del sangrado lo mejor que puedas.



LECCIÓN 4

CONTROL DE HEMORRAGIAS

Un paciente que está en shock hipovolémico puede presentar los siguientes signos y síntomas:

- Palidez: La piel y las encías pueden verse pálidas y sin color.
- Sudoración: El paciente puede sudar abundantemente, aun cuando está frío.
- Latidos cardíacos rápidos: El pulso puede ser rápido y débil.
- Dificultad para hablar o respirar: El paciente puede tener dificultad para hablar o respirar, y puede parecer confundido o mareado.
- Náuseas o vómitos: El paciente puede sentir náuseas o vomitar.
- Presión arterial baja: La presión arterial puede ser baja, lo que puede hacer que el paciente se sienta mareado o desmayado.



Es importante buscar atención médica inmediata si se sospecha que un paciente está en shock hipovolémico.



LECCIÓN 5

HERIDA DE TRAUMA EN EL PECHO



OBJETIVOS:

- Identificar los signos de una herida en el pecho que “succiona”
- Comprender la importancia de revisar las áreas frontal, posterior y axilar del torso en busca de penetraciones
- Sellar adecuadamente las heridas en el pecho que succionan con vendajes oclusivos tanto comerciales como improvisados

LECCIÓN 5

¿QUÉ LE ESTÁ SUCEDIENDO AL PACIENTE?

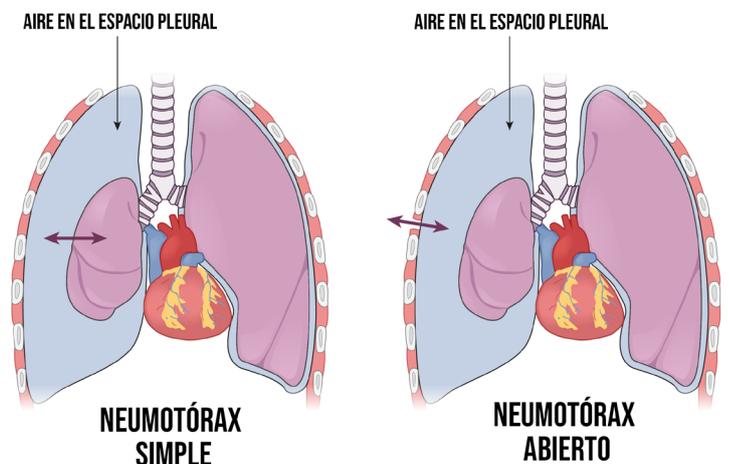
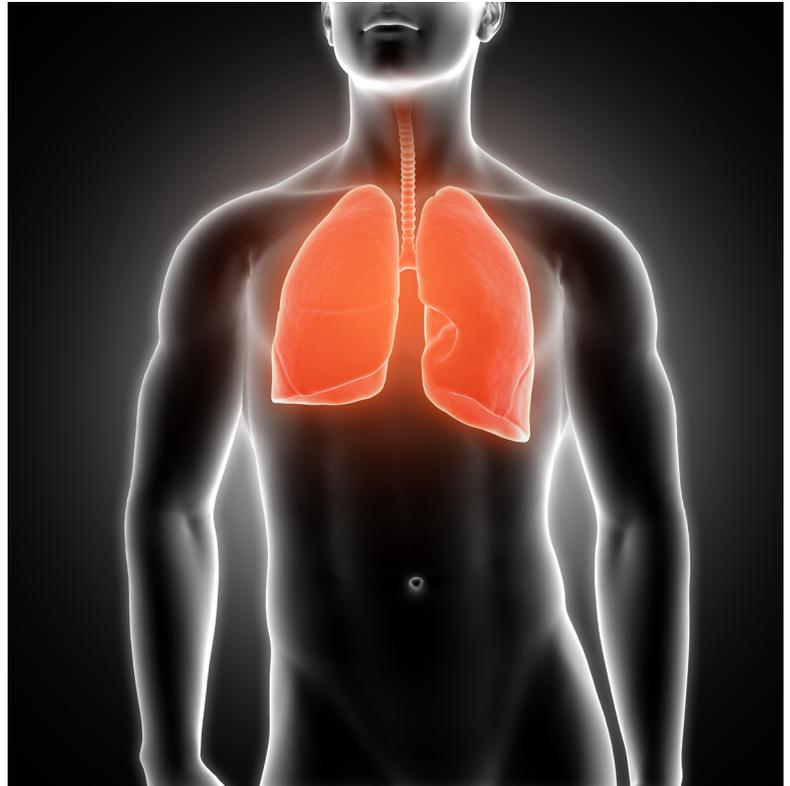
El paciente experimenta dificultad para respirar, puede presentar una herida penetrante notable en el pecho.

Nuestro ciclo respiratorio depende de la tendencia del aire a fluir desde un área de mayor presión a un área de menor presión. A medida que inhalamos, nuestro diafragma desciende, y se aplana desde su posición normalmente abovedada. Al mismo tiempo, los músculos escaleno e intercostal se flexionan, y levantan las costillas hacia arriba y hacia afuera.

El neumotórax es una afección médica que ocurre cuando hay aire o gas atrapado en la cavidad pleural, que es el espacio entre el pulmón y la pared torácica. Esto puede causar una presión negativa en el pulmón y dificultad para respirar. Existen diferentes tipos de neumotórax, incluyendo:

- **Neumotórax simple:** cuando se produce por una lesión en el pecho, como una fractura de costilla.
- **Neumotórax a tensión:** cuando el aire atrapado en la cavidad pleural ejerce presión sobre el pulmón y los vasos sanguíneos, lo que puede ser potencialmente mortal.
- **Neumotórax abierto:** cuando una lesión en el pecho permite que el aire entre y salga de la cavidad pleural con cada respiración como una herida de bala.

Es importante buscar atención médica de emergencia si se sospecha de un neumotórax, ya que puede ser potencialmente mortal si no se trata adecuadamente. El tratamiento puede incluir la inserción de un tubo de drenaje para permitir que el aire se escape del espacio alrededor del pulmón o la aplicación de un vendaje oclusivo en caso de neumotórax abierto.



LECCIÓN 5

NEUMOTÓRAX ABIERTO

PASO 1: LOCALIZA LA HERIDA



1. Llama al 112.
2. Localiza la herida.
 - BUSCA:
 - Una abertura en el pecho, la espalda o los flancos del paciente.
 - Sonidos de silbido o succión cuando la persona inhala o exhala.
 - Tos con sangre.

CERRAR LA HERIDA: CIERRE IMPROVISADO

Los mecanismos que conducen a él incluyen heridas por arma de fuego, proyectiles de escopeta, punciones, incrustaciones, y en raras ocasiones, traumatismos contundentes.

Cierre improvisado:

- Intenta obtener ayuda de emergencia lo antes posible.
- Cierra la herida.
- Encuentra algo de plástico (preferiblemente limpio o esterilizado).
- Pega con cinta.
- Coloca el plástico sobre la herida y pega con cinta adhesiva tres de los cuatro lados de lo que la cubre.
- Si se encuentra una herida de salida en la parte de atrás, deberás cerrar el orificio con plástico y pegar con cinta adhesiva en los cuatro lados.

LECCIÓN 5

RESUMEN:

1. SOLICITA AYUDA DE EMERGENCIA DE INMEDIATO
2. IDENTIFICA LA HERIDA
3. PENETRACIÓN DE LA PARED TORÁCICA; BUSCAR UN AGUJERO DEL TAMAÑO DE UNA MONEDA
4. REVISA EL FRENTE, LA ESPALDA Y LOS COSTADOS DEL PACIENTE
5. ESCUCHA SI SIENTES UN SILBIDO O SONIDO DE SUCCIÓN
6. CIERRA LA HERIDA
7. PRIMERO CON TU MANO
8. BUSCA UN PEDAZO DE PLÁSTICO LIMPIO, SI ES QUE NO DISPONES DE UN VENDAJE COMERCIAL
9. COLOCA UN PEDAZO DE PLÁSTICO SOBRE LA HERIDA, Y PÉGUALA CON CINTA ADHESIVA EN LOS CUATRO LADOS

LECCIÓN 6

TRASLADAR ADECUADAMENTE A LOS PACIENTES A UN LUGAR SEGURO



OBJETIVOS:

- Demostrar cómo una sola persona puede realizar el arrastre y traslado de otra.
- Demostrar cómo dos personas pueden realizar el traslado de otra y cómo usar lonas de rescate de arrastre.

LECCIÓN 6

OPCIONES DE ARRASTRE Y TRASLADO

Existen múltiples opciones según la situación y los recursos:

Hay varias opciones de arrastre y traslado que puedes utilizar para mover a un herido de manera segura y efectiva. Aquí puedes ver algunas opciones más comunes:

Primeros auxilios para trasladar a una víctima



¿Cuándo debo mover?

La persona tiene múltiples lesiones, no puede caminar o está inconsciente y además se presenta las siguientes situaciones:

- **Peligro inmediato:** Si el paciente se encuentra en una situación de peligro inmediato, como un incendio, una explosión, una estructura inestable o una fuente de peligro similar, es necesario moverlo a un lugar seguro lo más rápido posible. La seguridad personal del paciente y de los socorristas es primordial.
- **Riesgo de lesiones adicionales:** Si el paciente está en un lugar donde existe el riesgo de sufrir lesiones adicionales, como en una carretera transitada, cerca de agua profunda o en una zona donde haya escombros u objetos peligrosos, puede ser necesario trasladarlo a un lugar más seguro para evitar más daños.

LECCIÓN 6

TÉCNICAS DE ARRASTRE Y TRASLADO DE HERIDOS

Arrastre realizado por una persona:

- **Arrastre simple:** Para realizar este tipo de arrastre lo que se debe hacer es agarrar al lesionado por los antebrazos o si no es posible, con una manta o por la ropa y se arrastra. Para el arrastre, el socorrista debe caminar hacia atrás en dirección a un lugar seguro. Este tipo de arrastre se realiza sobre suelos lisos.
- **Arrastre axilar:** En este tipo de arrastre el socorrista debe tomar por detrás al lesionado, con los brazos a través de las axilas y agarrarse de las manos para luego caminar hacia atrás. Esta técnica es útil si es necesario bajar o subir escaleras.



Traslado en carga por una persona:

- **Carga de bombero:** La carga de bombero consiste en que el socorrista toma al lesionado por sus brazos y lo coloca sobre sus hombros pasando uno de los brazos en medio de las piernas de este y además se asegura agarrando con una mano el brazo del lesionado y con la otra la pierna.
- **Traslado tipo mochila:** en este tipo de arrastre el socorrista debe acercarse de espaldas al lesionado, colocando los hombros a la altura de las axilas, el herido se agarra sus manos a través de tu cuello ganando estabilidad y equilibrio.



Arrastre realizado por dos personas:

- **Arrastre simple y arrastre axilar:** Similar al arrastre por una persona pero repartiendo la carga entre los dos rescatadores.

LECCIÓN 6

Traslado en carga por dos personas:

- **Sillas comerciales:** Para esta carga se utiliza una silla rígida en la cual la víctima es transportada sobre ella entre dos socorristas.
- **Asiento de manos:** Se realiza colocando uno de los brazos agarrando el brazo opuesto y éste a su misma vez se coloca sosteniendo el brazo del otro socorrista.



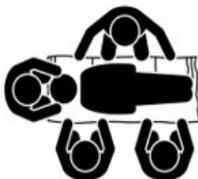
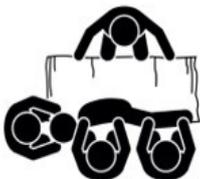
Asistencia a caminar

- **Por una persona:** Coloque un brazo alrededor de tu cuello y sostén la muñeca del paciente, acto seguido coloca tu brazo libre alrededor de la cintura del paciente y ayúdale a caminar
-
- **Por dos personas:** Similar al realizado por una persona pero en este caso se colocan una persona por cada lado pudiendo llegar a elevar y cargar en determinados casos.



Traslado con manta.

- **En equipo:**
 1. Dobra una manta y colócala entre tú y la víctima, Haz rodar al paciente lejos de ti y despliega la manta para colocarla contra la víctima
 2. Gira a la víctima hacia ti de lado y sobre una manta completamente extendida
 3. Agarrad la manta repartiendo el peso y al mismo tiempo levantad al herido.



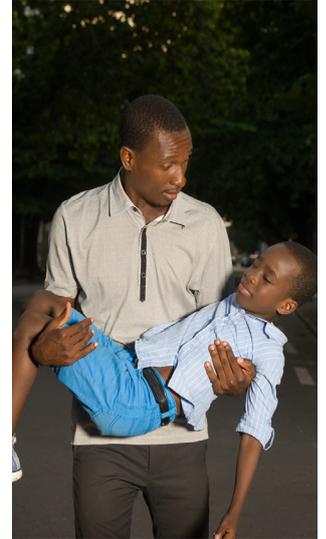
Voltea a la víctima a un lado y coloca la manta

Coloca a la víctima en posición horizontal

Mueve a la víctima al sostener la manta

LECCIÓN 6

TÉCNICAS DE TRASLADO DE HERIDOS



Evitar realizar traslados apresurados siempre que sea posible.

La duración del traslado tiene que ser la mínima posible.

LECCIÓN 6

RESUMEN:

1. LEVANTA CON TUS PIERNAS Y NO CON TU ESPALDA
2. PIDE AYUDA PARA LEVANTAR, SIEMPRE QUE SEA POSIBLE
3. ELIJE LA MEJOR TÉCNICA DE TRASLADO PARA LA SITUACIÓN
4. UTILIZA LA ROPA DEL PACIENTE, UNA MANTA O UNA LONA, DE SER POSIBLE, PARA ARRASTRAR A LA PERSONA
5. LOS TRASLADOS REALIZADOS POR UNA O DOS PERSONAS PUEDEN SER UN DESAFÍO

LECCIÓN 7

CÓMO POSICIONAR A LAS PERSONAS ENFERMAS Y / O LESIONADAS



OBJETIVOS:

- Poner a una persona en la posición de recuperación mientras espera ayuda.

LECCIÓN 7

¿QUÉ LE ESTÁ SUCEDIENDO AL PACIENTE?

Ejemplos de presentación y quejas más comunes de una persona enferma o herida

Quejas comunes:

- “Siento que me voy a desmayar”
- “Tengo nauseas”

Signos más comunes:

- Inconsciente y respira
- Confundido



Para comprobar si una persona está consciente o inconsciente, puedes seguir estos pasos:

1. Acércate al paciente y habla en voz alta: Dirígete al paciente en un tono alto y claro, y pregúntale si está bien. Por ejemplo, puedes decir: “¡Hola! ¿Estás bien?” Esto te ayudará a evaluar si el paciente está consciente y puede responder verbalmente.
2. Observa las respuestas verbales y motoras: Si el paciente responde verbalmente y de manera coherente, es probable que esté consciente. Si el paciente no responde verbalmente, intenta estimular una respuesta motora suave. Puedes pedirle que mueva un brazo o generar algo de dolor para comprobar su respuesta. Observa si el paciente obedece tus instrucciones o responde de alguna manera.



LECCIÓN 6

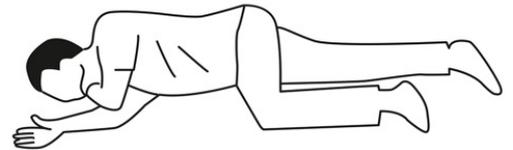
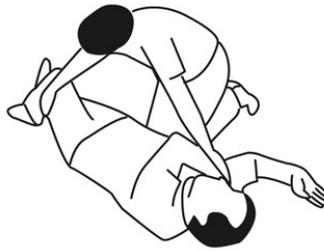
POSICIÓN DE RECUPERACIÓN O POSICIÓN LATERAL DE SEGURIDAD

¿Cómo se hace?

1. Asegura el entorno: Antes de comenzar, asegúrate de que no haya peligros inmediatos en el entorno, como tráfico, objetos afilados o superficies inestables.



2. Extiende el brazo más cercano: Siéntate al lado del paciente y extiende el brazo más cercano hacia afuera, manteniendo el codo flexionado en ángulo recto.



3. Flexiona la rodilla de la pierna más lejana: Cruza la pierna más alejada del paciente sobre la pierna más cercana. Esto ayudará a estabilizar al paciente en la posición lateral.

4. Rota al paciente: Coloca tu mano más cercana sobre el hombro más lejano del paciente y la otra mano en la rodilla más lejana.

5. Asegúrate de que la cabeza y el cuello del paciente estén alineados y en una posición estable. Puedes colocar la mano más cercana debajo de la mejilla para soporte adicional. Con movimientos suaves y continuos, rueda al paciente hacia ti manteniendo el brazo extendido en posición.

6. Controla y vigila: Una vez que el paciente esté en la posición lateral de seguridad, mantén un control constante sobre su respiración y estado. Observa cualquier cambio y solicita asistencia médica de emergencia si es necesario.

LECCIÓN 6

¿Por qué?

- Ayuda a mantener las vías respiratorias despejadas en un paciente que no responde.
- Evita que una persona que está vomitando activamente aspire
- Coloca a una persona que se siente débil en una posición más cómoda
- En una situación donde hay muchas víctimas, indicará que la víctima ha recibido tratamiento inicial y permite al SEM concentrarse en aquellos que aún no han recibido ayuda



RESUMEN:

1. LA POSICIÓN DE RECUPERACIÓN PUEDE UTILIZARSE EN SITUACIONES DONDE HAYA VARIOS PACIENTES Y SEA NECESARIO TRATAR A OTRA PERSONA.
2. EL USO CORRECTO DE LA TÉCNICA PERMITE A CUALQUIER PERSONA LLEVAR A CABO ESTA HABILIDAD EN PACIENTES DE CUALQUIER TAMAÑO.
3. ESENCIAL PARA LA SUPERVIVENCIA DE UNA PERSONA QUE TENGA LAS VÍAS RESPIRATORIAS COMPROMETIDAS. POR EJEMPLO: SI ESTÁ INCONSCIENTE Y LA LENGUA PUEDE BLOQUEAR LAS VÍAS RESPIRATORIAS.
4. ÚTIL PARA LOS SOCORRISTAS PARA DETERMINAR QUÉ PACIENTES YA HAN SIDO ATENDIDOS.

FIRST ON THE SCENE

PRIMERO EN LA ESCENA

MANUAL DE APOYO



Copyright 2021 Asociación Nacional de Técnicos Médicos de Emergencia (NAEMT, por sus siglas en inglés).
* Los materiales del curso son desarrollados por NAEMT en cooperación con la Asociación Internacional de Jefes de Bomberos (IAFC, por sus siglas en inglés) con el único propósito de llevar a cabo el curso educativo First On The Scene, y no podrán utilizarse para ningún otro propósito. *