



**URGENCIA**

**CENTRO MEDICO  
CLINICA ALEMANA DE LA DEHESA**

**24+**  
**HORAS**

GUIA BASICA DE PRIMEROS AUXILIOS

## 100 AÑOS AL CUIDADO DE LA SALUD

Al cumplir un Siglo trabajando por la salud de los chilenos, en Clínica Alemana estamos renovando nuestro compromiso con usted, su familia y nuestra sociedad.

## EL PARCHE ANTES DE LA HERIDA

Nadie quiere pensar en la posibilidad de tener un accidente. Sin embargo, estar preparados es la forma más segura de evitar complicaciones y reducir los daños.

## 24 HORAS DE ATENCION

Para que la comunidad de Lo Barnechea cuente con la mayor tranquilidad cerca de su hogar, en el Centro Médico Clínica Alemana de La Dehesa le brindamos atención de urgencia las 24 hrs., todos los días del año.

## DOS RAZONES PARA ESTAR TRANQUILOS

- Experiencia de nuestros profesionales.
- Facilidad de acceso al Servicio de Urgencia por **Av. El Rodeo 1908.**



# PRIMEROS AUXILIOS BASICOS

Es la **atención inmediata y temporal dada a víctimas de accidentes** o en situaciones de emergencia, antes y hasta recibir ayuda médica.

## NORMAS GENERALES DE LA ATENCION

- **Mantenga al accidentado en posición horizontal**, con la cabeza al nivel del cuerpo (excepto si hay náuseas y/o vómitos).
- **Reconozca lesiones**, jerarquice de acuerdo al ABC.
- **Mantenga la temperatura corporal normal**.
- **No actúe precipitadamente**.
- **Nunca abandone al accidentado**.
- **No suministre líquidos al accidentado**.
- **Mantenga al público alejado**.
- **Calme y tranquilice al accidentado**, no aumente su estrés.
- **Solicite auxilio médico rápidamente**.

Al actuar frente a un lesionado existen puntos claves que considerar, como saber "**por dónde empezar**". Jerarquice de acuerdo al **A - B - C**:

- A Vía aérea permeable:** revise la boca. La entrada de aire se obstruye por la lengua o alimentos.  
**Si está obstruida:** retire el cuerpo extraño con los dedos envueltos en un pañuelo.
- B Respiración efectiva:** revise que el accidentado respire, vea movimientos del tórax al respirar.  
Si hay color azul en la boca y piel, inicie maniobras de Reanimación Cardiopulmonar (\*) y traslade al Servicio de Urgencia, sin suspender las maniobras.
- C Contenga hemorragias:** comprima sitio sangrante. Traslade al accidentado al Servicio de Urgencia, manteniendo la compresión.

## TRASLADO DE UN ACCIDENTADO

La movilización de las víctimas de accidentes o de enfermos graves puede ser peligrosa.

- **Al trasladar a un accidentado**, se deberá considerar que las lesiones no aumenten, ni se le ocasionen nuevas lesiones, ya sea por movimientos innecesarios o transporte inadecuado.
- **La primera atención se debe prestar en el sitio del accidente**, a menos que exista peligro inminente para la vida de la víctima o del auxiliador como en incendios, peligro de explosión o derrumbe.
- **Considere la seguridad de la víctima y la suya**, tenga en cuenta su propia capacidad, así como la presencia de otras personas que puedan ayudarlo.

(\*) **Las maniobras de Reanimación Cardiopulmonar deben ser aprendidas formalmente en cursos o charlas.**

Infórmese en el Centro de Extensión de Clínica Alemana. Teléfono: 210 1365 o [www.alemana.cl](http://www.alemana.cl)



# HERIDAS

## Las heridas pueden ser:

- Abrasivas o por fricción (arrastre).
- Cortantes.
- Punzantes.
- Contusas.

## Cómo curar una herida:

- **Lávese las manos.**
- **Lave la herida**, dejando correr abundante agua sobre ella y limpie con jabón neutro la piel que la rodea.
- **Elimine cuerpos extraños** como piedrecillas, tierra, astillas y otros que **NO ESTEN INCRUSTADOS**.
- **Aplique antiséptico** en los bordes de la herida (povidona yodada).
- **Cubra con gasa o apósito estéril, NUNCA ALGODON.** Fije con tela adhesiva o una venda.

## En caso de heridas:

- **Por mordida de animal**, proceda de la manera indicada anteriormente y traslade al Servicio de Urgencia.
- **Múltiples o extensas**, cubra inmediatamente con un paño limpio, comprima y traslade al Servicio de Urgencia.

# HEMORRAGIAS

- **Aplique un apósito o paño limpio** sobre el sitio sangrante, presione 5 minutos como mínimo.  
Si es una extremidad, levántela.
- **Si el sangramiento persiste**, no saque el apósito o paño, agregue otro sobre el primero y siga comprimiendo mientras traslada al Servicio de Urgencia.
- **Si se ha detenido el sangramiento**, realice la curación para proteger la herida.
- **En caso de heridas penetrantes o amputaciones**, comprima permanentemente y traslade rápidamente al Servicio de Urgencia.

## EPISTAXIS (sangramiento por la nariz)

- **Siente al paciente** con la cabeza inclinada hacia delante.
- **Presione el lado que sangra sin soltar** por 5 minutos.
- **Coloque una bolsa de hielo** en la frente.
- **En caso que no ceda con estas medidas**, traslade al Servicio de Urgencia.



# QUEMADURAS

Pueden ser causadas por: **agentes físicos** (planchas, estufas, líquidos hirvientes, llamas, frío), **sustancias químicas** (cloro, ácidos, productos cáusticos, solventes), **corriente eléctrica** (descargas eléctricas de diferentes voltajes), y **radiación** (rayos solares).

## ■ Primeros Auxilios en quemaduras por líquidos calientes.

- Tranquilice a la víctima.  
Retire los anillos, relojes, pulseras, cadenas, etc. o cualquier otro elemento con cuidado y rápidamente, ya que con el edema (hinchazón) del área afectada, puede comprometer la circulación de la sangre local y causar un daño adicional.
- Como norma general, no quite la ropa, sobre todo si está adherida a la piel. Solamente quítela en caso de que esté impregnada de productos químicos cáusticos o hirvientes.
- Enfríe la quemadura inmediatamente, aplicando compresas de agua fría sobre la lesión o poniendo la zona afectada bajo un chorro de agua fría, por lo menos durante 10 minutos o incluso más. **NO USE HIELO SOBRE LA ZONA QUEMADA.**
- **NO** pinche ni rompa las ampollas.
- **NO** aplique cremas, pomadas o cualquier otro medicamento o producto, especialmente crema dental, mantequilla, etc.
- Administre un analgésico si es necesario. Tenga en cuenta las precauciones.
- Cubra la zona afectada con apósitos estériles o con paños muy limpios (sábanas, fundas de almohadas, etc.) y humedecidos.
- En quemaduras de pies o manos, separe cada dedo con una gasa húmeda antes de poner la venda.
- **SI ESTA CONSCIENTE**, administre abundante líquido por vía oral, en lo posible suero fisiológico.
- Si hay quemaduras en la cara o el cuello, coloque una almohada o cojín debajo de los hombros. Controle la respiración y el pulso.
- Traslade rápidamente a la víctima al Servicio de Urgencia.

## ■ Primeros Auxilios en quemaduras por químicos.

- Retire las ropas, calzados, anillos, etc.
- Lave en forma continua con un chorro de agua fría, para quitar los restos del químico.
- Traslade rápidamente a la víctima al Servicio de Urgencia.

## ■ Primeros Auxilios en quemaduras por electricidad.

- Suspense el paso de la corriente eléctrica antes de tocar o acercarse al accidentado.

### Si no es posible cortar la corriente eléctrica:

- Párese en una superficie seca, de goma o madera.
- Retire a la víctima de la fuente eléctrica con un objeto de madera o plástico, ya que no son conductores de electricidad.
- **NO la toque con sus manos porque usted va a recibir la descarga.**
- Revise la respiración y pulso; si no están presentes, efectúe maniobras de Reanimación Cardiopulmonar (\*).
- Cubra el área o áreas lesionadas con una compresa o tela limpia y seca.
- Trasládela lo más rápido posible a un centro asistencial.

(\*) **Las maniobras de Reanimación Cardiopulmonar deben ser aprendidas formalmente en cursos o charlas.**

Infórmese en el Centro de Extensión de Clínica Alemana. Teléfono: 210 1365 o [www.alemana.cl](http://www.alemana.cl)



# TRAUMATISMO ENCEFALO CRANEANO (TEC)

Golpe en la cabeza con pérdida de conciencia.

## ¿Qué hacer si está inconsciente?

- **No movilice al accidentado.** Todo paciente con TEC puede tener una lesión grave de la columna cervical (cuello).
- **Vigile al accidentado**, no lo deje solo en ningún momento.
- **Pida a otra persona que llame a una ambulancia.**
- **En caso que sea estrictamente necesario movilizar, hágalo "en bloque";** esto es, manteniendo alineada la cabeza con el cuerpo. Se necesitan como mínimo 2 personas. Mientras una o dos mueven el cuerpo, el otro debe preocuparse de sostener la cabeza con las dos manos.
- **En caso de vómitos, movilice "en bloque"** para ponerlo de lado, siempre afirmando la cabeza.
- **Si se producen convulsiones NO intente poner nada en la boca**, aunque se lesione la lengua.

## ¿Qué hacer si ya recuperó la conciencia?

- **Permita que se disponga de lado**, en posición de reposo, lentamente y "en bloque".
- **Evite que se levante.**
- **Si la persona se agita, tranquilícela**, hablándole y sosteniéndole en forma suave.
- **Una persona (adulto) se considera lúcida** cuando es capaz de decir los meses del año al revés.
- **Traslade al Servicio de Urgencia.**

**IMPORTANTE:** Toda persona que ha sufrido un TEC, aunque la pérdida de conciencia haya sido breve, debe ser evaluada en un Servicio de Urgencia.

# LESIONES DE MUSCULOS Y HUESOS

Las principales lesiones que afectan a los huesos, tendones, ligamentos, músculos y articulaciones son: fracturas, esguinces, luxaciones, calambres y desgarros. A veces, es difícil distinguir una lesión de otra. Cuando no esté seguro acerca de cuál es la lesión, trátela como si fuera una fractura.

## ATENCION GENERAL

Si sospecha que hay lesión grave en un músculo, hueso o articulación, **INMOVILICE** la parte lesionada, mientras la víctima es trasladada a un centro asistencial.

Para realizar la inmovilización del área lesionada, es necesario que tenga lo siguiente: **férulas rígidas:** tablas, cartón; **férulas blandas:** manta doblada, almohada; **vendas triangulares o elementos para amarrar o sostener:** tiras de tela, corbatas, pañuelos, pañoletas.

**AL INMOVILIZAR** cualquier tipo de lesión que comprometa hueso, articulación o músculo, tenga en cuenta las siguientes recomendaciones:

- No trate de colocar el hueso en la posición original. Evite retirar el calzado, ya que al tratar de hacerlo se producen movimientos innecesarios que pueden ocasionar más daño.
- No dé masaje ni aplique ungüentos o pomadas. Traslade al centro asistencial más cercano.
- Para entablillar, el largo de las tablillas debe ser tal que sobrepase la articulación por encima y debajo de la lesión. Puede usar cualquier material con tal que sea firme: una tabla, lámina ancha de metal, cartón, periódicos enrollados o revistas gruesas.
- Use pedazos de tela u otro material suave para ponerlos entre el miembro fracturado y la tablilla (forrar la tablilla).
- Afirme con una venda o género, sin presionar.



# BOTIQUIN BASICO

Para enfrentar cualquier emergencia en casa, desde una pequeña herida hasta un sorpresivo dolor, **un botiquín bien implementado es una muy buena ayuda mientras llega el médico o se acude al Servicio de Urgencia.** El contenido de un botiquín cambiará según las necesidades (casa, vehículo, camping, etc.).

## EN LA CASA LOS ELEMENTOS ESENCIALES SON:

- Antisépticos y desinfectantes.
- Agua.
- Jabón.
- Suero fisiológico.
- Alcohol.
- Povidona yodada.

## MATERIAL DE CURACION Y FIJACION

- Apósitos.
- Tela adhesiva.
- Gasa estéril.
- Vendas de gasa.
- Tijeras.

## ELEMENTOS DE INMOVILIZACION

- Férulas (palos de helado).
- Cartón 10 x 15 cms. (muñeca).

## OTROS

- Termómetro axilar.
- Analgésico adulto y niños.
- Antipirético (para bajar la fiebre).
- Compresas frío/calor.
- Antiespasmódico (para dolor abdominal). Administre las dosis de acuerdo a indicaciones de su médico.



## CUIDADOS Y RECOMENDACIONES

- Mantenga el botiquín fuera del alcance de los niños, en un lugar conocido y de fácil acceso para los adultos.
- Etiquete los medicamentos, indicando efecto, dosis y si son para adultos o niños.
- Guarde el botiquín en un lugar fresco y seco.
- Revise periódicamente las fechas de vencimiento de los medicamentos y el estado de los materiales, ya que si se mojan debe cambiarlos.
- Reponga el botiquín una vez utilizado y manténgalo ordenado.

## IMPORTANTE:

El uso de medicamentos depende de las indicaciones médicas.  
La administración en forma prolongada puede enmascarar alguna patología de mayor gravedad.

Revisión textos: Dr. José Giordano, Médico Jefe Servicio de Urgencia General, Clínica Alemana Vitacura.





GUIA BASICA DE PRIMEROS AUXILIOS