




MANUAL DE PRIMEROS AUXILIOS

ESCUELA REPUBLICA DE HONDURAS

ESCUELA PROTEGIDA

2010



 Federación Internacional de Sociedades
de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

 **DFID** Department for
International
Development


**SECRETARÍA DE
EDUCACIÓN**

**CRUZ ROJA HONDUREÑA
CONSEJO LAS VEGAS**

22/06/2010

Los Principios Fundamentales Del Movimiento International de La Cruz Roja y de la Media Luna Roja

Humanidad

El Movimiento Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja, al que ha dado nacimiento la preocupación de prestar auxilio, sin discriminación, a todos los heridos en los campos de batalla, se esfuerza, bajo su aspecto internacional y nacional, en prevenir y aliviar el sufrimiento de los hombres en todas las circunstancias. Tiende a proteger la vida y la salud, así como a hacer respetar a la persona humana. Favorece la comprensión mutua, la amistad, la cooperación y una paz duradera entre todos los pueblos.

Imparcialidad

No hace ninguna distinción de nacionalidad, raza, religión, condición social ni credo político. Se dedica únicamente a socorrer a los individuos en proporción con los sufrimientos, remediando sus necesidades y dando prioridad a las más urgentes.

Neutralidad Con el fin de conservar la confianza de todos, el movimiento se abstiene de tomar parte en las hostilidades y, en todo tiempo, en las controversias de orden político, racial, religioso e ideológico.

Independencia

El movimiento es independiente. Auxiliarios de los poderes públicos en sus actividades humanitarias y sometidas a las leyes que rigen los países respectivos, las sociedades nacionales deben, sin embargo, conservar una autonomía que les permita actuar siempre de acuerdo con los principios del movimiento.

Voluntariado

Es un movimiento de socorro voluntario y de carácter desinteresado.

Unidad

En cada país sólo puede existir una sociedad de la Cruz Roja o de la Media Luna Roja, que debe ser accesible a todos y extender su acción humanitaria a la totalidad del territorio.

Universalidad

El movimiento internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja, en cuyo seno todas las sociedades tienen los mismos derechos y el deber de ayudarse mutuamente, es universal.

Introducción:

La vida humana es la más preciada y por eso debemos de protegerla. El ser humano está siempre expuesto al riesgo y es necesario que cuando se da un incidente prevenirlo de la mejor manera para ayudar a que no pase el riesgo y así dañe a muchas personas, pero si el riesgo ya dañó a las personas, pues es necesario que se de ayuda inmediata, por eso la importancia de Primeros Auxilios para los escolares y la comunidad,

La Cruz Roja desde que nació es la que creó la asistencia a las personas cuando están heridas, idea de un hombre llamado Jean Henry Dunant, un suizo que dispuso su voluntad para dar ayuda a los heridos de una guerra dada en Italia.

Por eso tenemos a bien que te prepares en esta área para que puedas dar ayuda a tu compañerito, a tu maestro o cualquier otra persona que se le presente un daño por un incidente o accidente.

Pero debemos trabajar sobre la prevención que ayudara a reducir en gran manera posibles lesiones de los escolares y tener una comunidad escolar mayormente preparada y lista para las emergencias que se presenten en el hogar, así que manos a la obra.

Objetivos de la Brigada:

1. Tener una Brigada de Primeros Auxilios.
2. Aplicar medidas de Prevención escolar.
3. Conocer un sistema de ayuda preventiva en Primeros Auxilios.
4. Aplicar medidas básicas de atención a escolares con lesiones o golpes.
5. Diferenciar el tratamiento a dar según el tipo de emergencia.
6. Conocer mejor el momento necesario para dar ayuda y que se preste una mejor asistencia médica por los médicos de la comunidad.
7. Tener una ficha de registro de lesiones que se puedan lograr dar prevención para que no vuelvan a suceder.
8. Tener un sistema de respuesta a nivel comunitario con ayuda de Cruz Roja Hondureña.

Datos generales.

Nombres: _____

Apellidos: _____

Edad: _____ Grado: _____ Sección: _____

Maestro: _____

Nombre de Escuela: _____

Dirección Escolar: _____

Nombre de mi Padre: _____

Dirección de casa: _____

Teléfono propio o Familiar: _____

A quien llamar en caso de Emergencia:

Botiquín:

¡Atención! Mantenga el botiquín en un lugar seguro, no se deje al alcance de los niños.

Preparemos una cajita con lo siguiente:

1. Tijeras
2. Gasas
3. Curitas
4. Vendas
5. Esparadrapo (Cinta Adhesiva)
6. Pinzas
7. Guantes de Látex
8. Alcohol
9. Termómetro
10. Jabón
11. Acetaminofen
12. Suero oral
13. Linterna o candela con fósforos
14. Anti espasmódico
15. Anti diarreico
16. Charpas
17. Camilla
18. Manual de Primeros Auxilios.

¡Verificar la fecha de vencimiento de los medicamentos!



¿Qué hacer con una herida?

1. Actúa de Prisa y con cuidado, con naturalidad y serenidad, toma las cosas con calma.
2. Use guantes y barreras de Protección.
3. Detenga la hemorragia.
4. Lavar la herida con agua y jabón.
5. Cubrir la herida con gasas o telas limpias y fijarlas con esparadrapo, tiras de tela o vendas.
6. Si la herida es en el pecho o vientre no trate de meter las viseras que se exponen salidas.
7. Aplique un vendaje.
8. Traslade al centro de atención de Cruz Roja de tu comunidad.
9. Traslade al médico u hospital, o centro de salud más cercano.

Hemorragias o Sangrado:

Es la salida de sangre de las venas, arterias y vasos capilares.

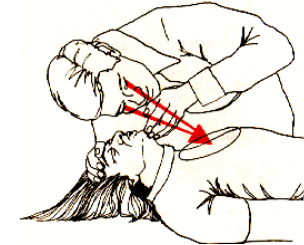
¿Cómo se controla un sangrado?:

1. Usa guantes y una tela limpia o gasa.
2. Coloca la gasa sobre la herida y presiona fuerte, si se llena de sangre coloca otra.
3. Puedes elevar el brazo si no presenta fractura para detener también un sangrado.
4. Si no se detiene aplica la técnica de Presión indirecta sobre la arteria.
5. Traslade inmediato con ayuda de voluntarios de Cruz Roja de tu comunidad.



Signos vitales

1. Respiración



2. Pulso



3. Temperatura



4. Consciencia





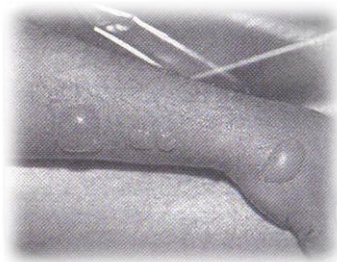
Desmayos

1. Comprobar que respira y tiene pulso.
2. Estimule la consciencia hablándole, pellizcándole, presión de pecho, u olor de alcohol sobre la nariz.
3. Trate de colocar al niño o la persona en un sitio fresco y seguro.
4. Levante las piernas de la persona, estando acostado, si no hay lesiones en estomago, la cabeza o piernas.
5. Una vez recuperado déjelo acostado y que respire lento y profundamente.
6. Trasládelo al centro de salud, hospital o dispensario médico de tu comunidad.

Convulsiones:

- A. Llame a voluntarios de Cruz Roja...a su maestro.
- B. Utilice guantes de látex, y de seguridad a su atención.
- C. Despeje la zona de curiosos, deje espacio para el paciente.
- D. No trate de impedir las convulsiones. No sujete al paciente, ni meta objetos, ni los dedos en la boca.
- E. Aleje del paciente los objetos con lo que puede golpearse.
- F. Limpie la nariz y boca de las secreciones.
- G. Asegúrese que respira bien, cúbralo con una manta o frazada.
- H. Al recuperarse lleve al médico para una valoración avanzada.





Quemaduras:

- A. Aleje a la persona del agente que provoco la quemadura.
- B. En las quemaduras de primer grado no hay ampollas solo presenta la piel roja, allí debes aplicar agua limpia para que refresque.
- C. En las de segundo grado hay ampollas aplica una crema como Sulfaplata, agua normal limpia y cubrir con una gasa o tela limpia.
- D. Traslada al médico.
- E. No coloques lo siguiente es riesgoso:
 - Pastas
 - Café
 - Cal
 - Tierra
 - Gas u otros agentes es peligroso.

Golpes y Fracturas. ¿Qué hacer?

1. Avisa a tu maestro y a la brigada de Primeros Auxilios.
2. Usa guantes de látex.
3. No hagas las cosas a la carrera, tómalolo con calma, una fractura solo es el hueso que está roto, al menos que sea en la cabeza es de urgencia.
4. No muevas sin necesidad al paciente, al menos que haya peligro.
5. Inmoviliza la lesión con papeles, cartón, tablillas, u otros elementos utilizando vendas para inmovilizarlas y sujetarlas.
6. Si hay herida con hueso visible se debe cubrir con gasas limpias y vendas.
7. Transporte al hospital por elementos de Cruz Roja, maestro u otra persona.
8. Mira a continuación imágenes de inmovilizaciones:

Algunos vendajes e inmovilizaciones:



¿Qué es una diarrea?

Son deposiciones sueltas más de 3 veces en 24 horas.

¿Qué hacer?

1. Avisa a tu padre, llama a la Cruz Roja.
2. Dar a beber mucha agua, o dar a beber suero oral.
3. Si es un bebe continuar la lactancia.
4. Si el niño esta inmóvil, lengua seca, ojos hundidos, llévelo rápido al hospital o centro de salud.
5. No le de medicamentos solo liquido.
6. Si vomita sangre o excreta sangre, llévelo urgente al médico.



Picaduras:

1. Use protección personal.
2. Extraiga el aguijón si es abeja, por hormigas u otros.
3. Lave la picadura con agua y jabón.
4. Aplique una crema anti alérgica.
5. Traslade al centro de salud mas cercano, medico u hospital.





Intoxicaciones:

1. Llame a los servicios de urgencia de Cruz Roja.
2. Si la intoxicación es por medicamentos, alimentos u alcohol dele un vomitivo o métale los dedos.
3. Si se trata de un insecticida, no provoque el vomito, puede dar un cubridor como aceite de oliva.
 - Ácidos: dele un antiácido.
 - Gramoxon: dele tierra a comer.
 - Cloro: dele aceite de oliva.
 - Raticida: dele vitamina K1 y B1
 - Tiner: dele claras de huevo con agua a beber.
 - Pastilla de curar maíz: no existe cura.
4. Si la intoxicación es en la piel y los ojos lave con agua limpia la zona por más de 20 minutos.
5. Traslade al centro médico de urgencia con ayuda de Cruz Roja, junto con elemento toxico bote, sobre o pastilla con la debida precaución.

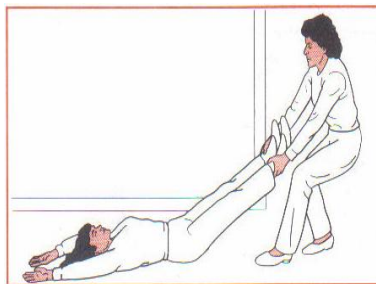
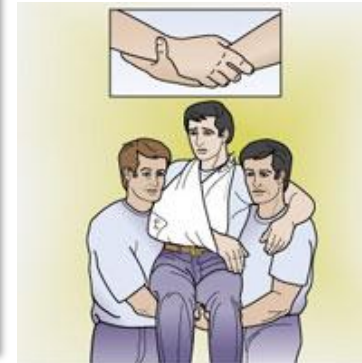


Fiebre o calentura:

1. Usa guantes de látex y protección.
2. Si la fiebre esta puede aplicar una toalla húmeda en la cabeza o el cuerpo, sino puede tomar una ducha.
3. Si la fiebre no reduce dele una dosis de acetaminofen conocida con paracetamol o tylenol. Pregunte a su médico o paramédico de Cruz Roja.
4. Debe tomar mucho líquido y mantener siempre la alimentación.
5. Tome la temperatura con el termómetro en el rango de 36.5º y 37.5º grados.
6. Debe visitar al médico para darse cuenta de la causa de la fiebre lo antes posible.
7. Valores y siga los medicamentos que el médico le receto muy puntualmente.

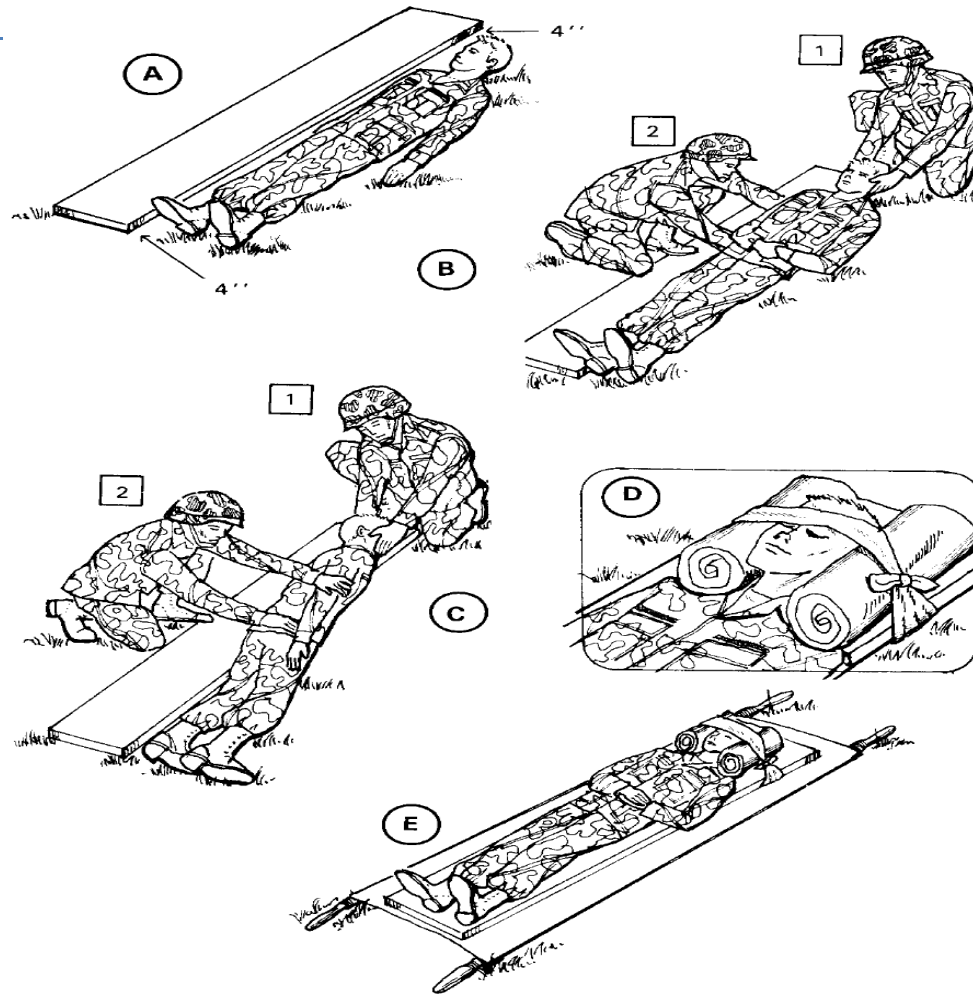
Traslado y Evacuación:

Se debe tener mucha precaución en el traslado de pacientes, por eso debes tomar una charla con los voluntarios de Cruz Roja.



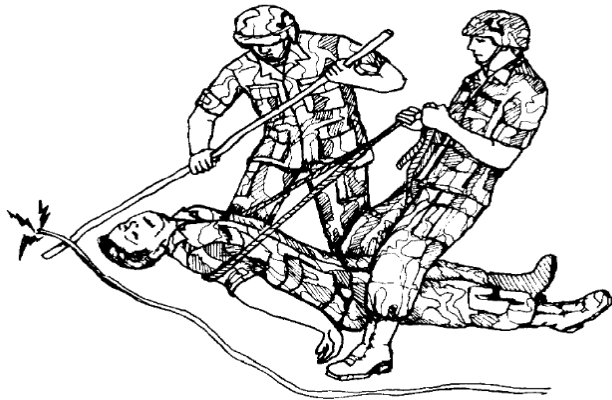
Otros camillajes:

1. Con una tabla
2. Co un laso
3. Con un palo y camisas
4. Con dos palos y dos frazadas.
5. El cangrejo
6. Cangrejo simple
7. Arrastre.
8. El puente.
9. Camilla Scooper
10. Tabla Inmovilizadora.



¿Qué hacer con una persona en electrocución?:

1. Llame a los Bomberos de la comunidad.
2. Llama a tu maestro y brigada de seguridad y extinción de incendios.
3. Desconecte la fuente de electricidad
4. Si hay llamas utilice el extintor pero no directamente sobre la persona.
5. Utiliza una vara de madera seca o plástico para retirar la persona o el cable de electricidad.
6. Atiende el tipo de quemadura.
7. Traslada de inmediato a la persona si presenta signos vitales.
8. Levanta una inspección.



Insolación:

1. Usa guantes de látex.
2. Retira de la persona del sol pásala a la sombra.
3. Revisa los signos vitales y verifica si tiene consciencia.
4. Aplicar estímulos de consciencia.
5. Si esta consciente dale a beber agua normal o suero oral, nunca de refrescos de cola u otros.
6. Puedes bañarla con agua normal.
7. Traslada para que lo vea el médico.

Prevención:

- Evita por largo tiempo la exposición al sol.
- Bebe mucha agua.
- Utiliza barrera como gorras, sombrillas, a la sombra de un árbol, o techo.
- Si te siente enfermo avísale a tu maestro.
- Cuida tu piel debes usar una crema contra el sol.

Atragantamiento:



1. Llama a tu maestro o la brigada de primeros Auxilios.
2. No des nada a beber, llama a la Cruz Roja.
3. Saca el objeto de la boca con tu dedo índice.
4. Dale en la espalda a la persona que esta atragantada si es un compañerito de un tamaño del que pueda ayudar.
5. Has la que vomite metiéndole el dedo.
6. Practica la maniobra de Heimlich así:
 - Colócate atrás del paciente
 - Apuña tu mano derecha y embólsala con la izquierda y colócala en el abdomen del paciente.
 - Has presiones en el abdomen hacia adentro y arriba.
7. Hazlo en el suelo si cae o desmaya.
8. Al llegar los voluntarios de Cruz Roja déjalo en manos de ellos.
9. Apoya en el traslado.

Sangrado por la nariz:

1. Llama a tu maestro y la brigada de Primeros Auxilios, y a Cruz Roja.
2. Aléjalo de zona insegura y pásalo a la sombra.
3. Tapona la nariz del paciente y hazle la cabeza al frente.
4. Siéntalo y que este cómodo.
5. Coloca una compresa con hielo en la cabeza.
6. Tapona con un conito empapado de agua oxigenada los orificios de la nariz.
7. Lleva el paciente al médico.





**AYUDA EN TU ESCUELA CON TUS COMPAÑEROS CON UN PLAN DE PREVENCIÓN QUE REDUSCA LOS RIESGOS.
TU ESCUELA ES EL MEJOR LUGAR PARA ESTUDIAR Y JUGAR.
AYUDA A TUS MAESTROS CON UN BOTIQUÍN DE PRIMEROS AUXILIOS.
ASÍ TAMBIÉN APOYA A LA CRUZ ROJA HONDUREÑA Y SU CONSEJO LAS VEGAS.**



Bibliografía consultada.

Información:
Cruz Roja Hondureña
Consejo Las Vegas
1 ½ cuadra abajo del Parque Central
Las Vegas, S.B.
Tel/fax. 659-3269
Web.
www.crhconsejolasvegas.ning.com
javierenriquebu@cruzroja.org
enriquebu3@hotmail.com

1. Manual Escuela Protegida (FICR)
2. Primeros Auxilios Comunitario Cruz Roja CRREPD
3. Primeros Auxilios Cruz Roja Colombiana
4. Manual ENI's
5. Directrices de Evaluación de Emergencias.
6. Inspección de Seguridad Enrique Bú
7. Manual SAFE MAP CHILE CALCULETOR RISK
8. Manual Introductorio en Gestión del Riesgo (Cruz Roja Hondureña)
9. Secretaria de Salud de Honduras.
10. Manual ENI's en Salud.
11. Primeros Auxilios Psicológico CRREPD

Páginas Web.

1. www.cruzroja.org
2. www.google.hn
3. www.ifcr.org
4. www.crhconsejolasvegas.ning.com
5. www.claos.es

Realizado por Consejo Las Vegas.

Apoyo técnico: Javier Enrique Bú ENI's