



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

MATERIA:

PRACTICAS PROFESIONALES

NOMBRE DEL TRABAJO:

INVESTIGACION

DOCENTE:

E.E. QX PEDRO ALEJANDRO BRAVO HERNANDEZ

NOMBRE DE LA ALUMNA:

JENNIFER GÓMEZ SANCHEZ

CARRERA:

LIC. EN ENFERMERÍA

GRADO Y GRUPO:

9 CUATRIMESTRE GRUPO "A"

TURNO:

MATUTINO

OCOSINGO, CHIAPAS A 21 DE MAYO DE 2020

CÓMO ACTUAR ANTE UNA SITUACIÓN DE EMERGENCIA

Las situaciones de emergencia se presentan en la vida cotidiana de forma esporádica (afortunadamente) pero cuando lo hacen requieren habilidades básicas y una capacidad de reacción temprana que no siempre somos capaces de realizar por no haber contado con una formación mínima en aspectos sencillos, aunque vitales para conseguir llevar a buen puerto una situación de accidente o emergencia.

Una buena forma de enfrentar una situación de este tipo es responder según el protocolo de primeros auxilios PAS (Proteger, Alertar y Socorrer). Una de las claves de este protocolo es no caer en el error de realizar tareas de reanimación en una persona con problemas como primera medida.

Proteger

En una situación de emergencia, el primer paso es controlar que ninguna situación puede hacer que la situación empeore tanto para una víctima como para las personas que tratan de ayudar a solucionar el problema. Un vistazo alrededor y un análisis rápido del contexto puede suponer una gran ventaja para el estado de todos los implicados.

Alertar

Una vez que la situación esté perfectamente clara, hay que avisar a las autoridades competentes. Nuestra sociedad cuenta con profesionales específicos para cada situación (cuerpos de seguridad, cuerpos sanitarios, cuerpos de bomberos...) y son ellos quienes pueden producir una mejor solución en cada caso, en muchas ocasiones con el uso combinado de los diferentes cuerpos y profesionales. Una llamada al 112 se convierte aquí en el paso fundamental.

Socorrer

Se trata de la última opción para las personas que no tengan una formación específica en cada caso. Si hablamos de un accidente con una persona herida tendremos que atender a 3 factores que nos darán información muy importante sobre la víctima: respiración, consciencia y zonas de dolor. Por este orden, has de comprobar si la persona respira durante 5 segundos o más, en caso afirmativo observar si está consciente y es capaz de transmitir datos básicos como su nombre o el lugar donde está y por último realiza un análisis del cuerpo para determinar posibles heridas o golpes. Tras estos 3 pasos, has de tomar una decisión y actuar sólo cuando tengas la seguridad de estar realizando una acción positiva para el herido

Se puede dar el caso de que te encuentres de repente ante una persona que sufre un accidente y necesita tu ayuda. Pero dependiendo del tipo de emergencia que sufra, la forma de actuar es diferente.

Te presentamos ocho situaciones distintas y la mejor manera de reaccionar en cada una de ellas.

1 / 8 Ante un posible infarto

Si no hay respiración ni pulso (está inconsciente) coloca a la persona boca arriba, con brazos y piernas estiradas; desabrocha la ropa, cinturones, corbata

Aunque siempre se ha recomendado hacer la boca a boca, algunos expertos aseguran que, si no se sabe hacer, es mejor centrarse en el masaje cardiaco.

- Masaje cardiaco: se realiza presionando el centro del pecho con ambas manos dando 100 compresiones por minuto.
- Para ubicar el punto donde hay que hacer la presión traza una línea imaginaria de pezón a pezón. En medio sería el punto donde dar el masaje cardíaco.

- Coloca el talón de la mano y presiona con la otra. Tus presiones deberían hundir el esternón unos centímetros.
- Mantén los brazos estirados y hazlo con seguridad.

Y, por supuesto, hay que llamar a los servicios médicos.

2 / 8 Cuando alguien se atraganta

Hay que animarle a que tosa sin dar palmadas en la espalda. Pero si la tos no es efectiva y la persona comienza a ponerse morada (o su rostro adquiere una tonalidad azul, que sería más grave) conviene hacer la maniobra de Heimlich.

- Maniobra de Heimlich: para realizarla, colócate por detrás y rodéalo con tus brazos de modo que tus puños queden por debajo de su esternón.
- Tres dedos por encima del ombligo serían la zona donde deberías colocar el puño.
- Comprime 5 veces hacia arriba y hacia atrás.

Si se trata de un niño (no lactante), colócate a su lado y ligeramente por detrás. Con una mano sujétalo por el pecho e inclínalo ligeramente hacia delante. Con la otra mano dale hasta 5 palmadas fuertes en el centro de la espalda (y hacia arriba) con la palma de la mano hueca.

3 / 8 Si se recibe una descarga eléctrica

No hay que tocar a la persona que está sufriendo una descarga eléctrica. Debes apartarla de la fuente eléctrica mediante una toalla, palo de escoba, cuerda..

Después, si la persona está consciente, colócala de lado y con una rodilla descansando en el suelo (es lo que se conoce como posición lateral de seguridad y permite estabilizar el cuerpo).

- Tápalo para que no pierda el calor de golpe, ya que eso podría dañar más el organismo. Y recuerda que en estos casos, y aunque aparentemente se haya reanimado bien, es imprescindible acudir a un médico.

4 / 8 Ante un golpe en la cabeza

Para saber su trascendencia, si la persona está consciente estudia sus pupilas.

Cuando tienen un tamaño desigual o, si aplicando una luz sobre ellas, no reaccionan ni se contraen, podría haber daño cerebral. Si, por el contrario, están excesivamente dilatadas el golpe también podría haber afectado al cerebro.

Mejor que la atienda cuanto antes un especialista y estar alerta las 24 horas siguientes.

5 / 8 Si se sufre una intoxicación

Si ha ingerido un tóxico, dale pequeños sorbos de agua, pero es importante que no vomite (no le des leche) porque el tóxico volvería a dañarle. Trasládalo a urgencias y lleva la sustancia que supuestamente ha ingerido.

No hay que beber leche si se ha ingerido una sustancia tóxica

Son síntomas de intoxicación si el corazón y/o la respiración van más rápido o lentos de lo normal, dolor de estómago, náuseas, vómitos, tener las pupilas dilatadas o muy contraídas, tener la boca seca o salivar en exceso...

6 / 8 Si existe una posible fractura de cadera

Para saber si ha ocurrido es importante conocer los síntomas:

Además del dolor intenso (que puede irradiarse a toda la pelvis), aparece hinchazón en la zona, la pierna afectada no puede soportar el peso del cuerpo y además se verá más corta que la otra y en posición girada, hacia la zona exterior.

Es preferible que llames a los servicios médicos para que atiendan a esa persona. Y, mientras esperas, puedes inmovilizarlo colocando entre sus muslos algo grueso y acolchado, pero sin llegar a mover en ningún momento la pierna. Y, por supuesto, sin sentarlo.

7 / 8 Ante una crisis convulsiva

Ante una crisis de este tipo, no hay que intentar sujetar a la persona que la está sufriendo.

Déjala tumbada en posición de seguridad (la rodilla de la pierna que queda debajo doblada como base de apoyo), separa todo lo que suponga un riesgo y protégela colocando cojines o chaquetas a su alrededor para evitar que se golpee.

Una vez que vuelva en sí, no le des nada de comer ni de beber; mantenla tumbada y explícale qué ha pasado.

8 / 8 Cuando entra un objeto en el ojo

Primero de todo, intenta que la persona abra un poco el ojo y echa abundante agua fría. Es importante que no se lo frote.

Si se ve el cuerpo extraño (polvo, pestañas, tierra, fibras...) y está en una zona superficial se puede intentar extraer con la punta de una gasa estéril o en su defecto, un pañuelo limpio.

Pero si está clavado jamás debe tocarse, pues puede dañar la córnea. En este caso, tapa con una gasa limpia y acude a un servicio de urgencias.

EVALUACIÓN DEL ESTADO FÍSICO

Hay muchas cosas que su proveedor de atención médica puede descubrir durante un examen físico utilizando las manos para sentir (palpar), el estetoscopio y los oídos para escuchar, y los ojos para ver. Los hallazgos del examen físico pueden servir para diagnosticar o ayudar a diagnosticar muchas enfermedades. Los componentes de un examen físico incluyen:

Inspección

Su examinador observará o "inspeccionará" si son normales el color, la forma y la consistencia de áreas específicas de su cuerpo. Determinados hallazgos de la "inspección" pueden alertar a su proveedor de atención médica para que centre otras partes del examen físico en áreas particulares de su cuerpo. Por ejemplo, usted podría tener las piernas hinchadas. En ese caso, su proveedor de atención médica prestará especial atención a las causas más frecuentes de hinchazón en las piernas, como un exceso de líquido provocado por el corazón, y utilizará esta información para ayudar a hacer un diagnóstico. Las áreas comúnmente inspeccionadas pueden incluir:

- La piel, para buscar hematomas, cortes, lunares o bultos
- El rostro y los ojos, para ver si su apariencia es regular y "normal"
- Las venas del cuello, para ver si están abultadas o distendidas (hinchadas)
- El pecho y el abdomen (área del estómago), para ver si hay masas o bultos
- Las piernas, para ver si están hinchadas
- Los músculos, para comprobar si tienen un buen tono muscular
- Los codos y las articulaciones, para verificar la presencia de hinchazón e inflamación, y si se observa alguna deformidad

Palpación

En este caso, el examinador utiliza las manos para sentir las anomalías durante una evaluación del estado de su salud. Durante un examen, comúnmente se palpan los

nódulos linfáticos, la pared torácica (para ver si su corazón está latiendo más fuerte de lo normal) y el abdomen. El médico utilizará la palpación para observar la presencia de masas o bultos en cualquier parte del cuerpo.

Percusión

En esta técnica, el examinador utiliza las manos para dar un golpe suave en un área de su cuerpo. Este golpe suave produce diferentes sonidos. Dependiendo del tipo de sonido que se produzca en el abdomen, la espalda o la pared torácica, su proveedor de atención médica puede determinar afecciones tales como la presencia de líquido en los pulmones o una masa en el estómago. Esto le proporcionará más pistas para un posible diagnóstico.

Auscultación

Ésta es una técnica de examen físico importante para su proveedor de atención médica, que consiste en escuchar su corazón, sus pulmones, su cuello o abdomen para saber si hay algún problema. La auscultación a menudo se realiza con un estetoscopio. El estetoscopio amplifica los sonidos que se escuchan en el área donde se coloca. Si se encuentran anomalías en el examen, puede que le sugieran someterse a más pruebas.

- El cuello: Cuando su médico o proveedor de atención médica escuchan sonidos en su cuello, con frecuencia lo que en realidad buscan escuchar es el "susurro" de sus arterias. Este susurro podría indicar la presencia de un estrechamiento en las arterias, que causaría un aumento del sonido que produce el flujo sanguíneo.
- El corazón: Normalmente, el corazón produce un sonido doble cuando las válvulas cardíacas se abren y se cierran durante el paso del flujo sanguíneo. Su proveedor de atención médica lo escuchará para saber si su corazón late con regularidad o si se escuchan soplos (sonidos adicionales en cada latido). Los soplos cardíacos pueden ser "inocentes", lo que significa que son normales y no constituyen un riesgo para la vida, o pueden indicar la

presencia de un problema. Para hacer este diagnóstico, su proveedor de atención médica puede escuchar con el estetoscopio muchas áreas alrededor del corazón, y no sólo un área, e indicar la realización de más pruebas de ser necesario.

- Los pulmones: Su médico o proveedor de atención médica puede utilizar su estetoscopio para escuchar sus pulmones, en cualquier punto de la espalda (pared posterior) o de la pared torácica (pared anterior). Esto le permitirá saber si el aire llega hasta el fondo de sus pulmones, al escuchar el flujo de aire que entra y sale de sus pulmones con cada respiración. Estos son los sonidos normales de los pulmones. El examinador puede escuchar si existe un bloqueo, una constricción o un estrechamiento en los conductos pulmonares, así como también si hay presencia de líquido en los pulmones.
- El abdomen: Su médico examinará su abdomen con ayuda del estetoscopio para escuchar si la sangre "susurra" en las arterias cercanas al estómago (como la aorta), así como para determinar si existen sonidos intestinales anormales.
- Otras zonas: Se puede usar la auscultación en cualquier parte que su proveedor de atención médica desee escuchar.

Examen neurológico:

- Durante un examen físico realizado por el profesional de atención médica, se podrá realizar un examen neurológico. Éste puede ser muy breve o más detallado según sean sus inquietudes y hallazgos. Por lo general, el examen físico se divide en 4 partes; evaluación de los nervios craneales, evaluación de la función motriz, evaluación de la función sensorial y evaluación de los reflejos.
- Evaluación de los nervios craneales: Del cerebro parten 12 nervios craneales. Cada nervio tiene su propia función y la evaluación de estos nervios se realiza mediante una evaluación de cada función. Por ejemplo, cuando se realiza una prueba del reflejo nauseoso o faríngeo con el depresor

lingual o baja lenguas, se evalúan las funciones del noveno y décimo nervio craneal.

- La evaluación de la función motriz se hace mediante la verificación del modo de andar, la fuerza muscular y la coordinación del paciente. La prueba en la que se pide a una persona que se toque primero la nariz y después el dedo del examinador, primero con los ojos abiertos y después con los ojos cerrados, es un ejemplo de cómo se puede evaluar la coordinación.
- La evaluación de la función sensorial se hace mediante la verificación de sensaciones tales como el dolor, la temperatura, el sentido de la posición del cuerpo, el tacto grueso y el tacto fino en conjunto con determinadas vías sensitivas. Una prueba que puede usarse para evaluar esta función es pedir a la persona que cierre los ojos y rozarle la piel con una mota de algodón y preguntarle si puede sentirlo.
- En el examen físico, las pruebas de reflejos ayudan a evaluar el estado del sistema nervioso central, para saber si la vía sensitiva desde la médula espinal hasta el área estimulada y en sentido opuesto está intacta. Se evalúa la rapidez de la respuesta.