

# ~~10~~ CORRECTOS

1. Paciente Correcto
2. Medicamento Correcto
3. Dosis correcta
4. Via correcta (de las indicaciones Medicas)
5. Hora Correcta
6. Verificar la fecha de Vencimiento del medicamento
7. Educar e In formar al paciente sobre el medicamento.
8. Registrar el medicamento aplicado (Hoja de Enfermeria)
9. Indagar sobre posibles alergias a medicamentos y estar enterados de posibles alteraciones.
10. Preparar, administrar y registrar uno mismo el medicamento. No administrar un medicamento que no hayam preparamos.

## -Técnica Z-

La técnica en Z es utilizada para evitar el retorno y favorecer la absorción de un medicamento aplicado en el tejido muscular, está indicada para inyectar fármacos irritantes que pueden causar tinciones de la piel (por ejemplo los preparados de hierro), o cuando es esencial la absorción total del fármaco administrado. Esta técnica de inyección mantiene la medicación en el músculo, evitando su filtración a otros tejidos.

### • Objetivos de la técnica en Z:

- Favorecer la absorción de una sustancia medicamentosa en el tejido muscular.
- Evitar el vaciamiento retrógrado del medicamento hacia el tejido subcutáneo, epidermis y dermis.

### • Material Y Equipo:

- Frasco con Agua
- Frasco con Jabón
- Torundas de Algodón Seco
- Azafate
- Tarjeta de medicamentos debidamente revisada con el expediente o receta chequeada en farmacia si el escenario es en un EBAIS.
- Medicamento Indicado
- Bolsa Para descartar
- Jeringa hipodérmica calibre 21 o 22 por 2.5 de largo.

## Actividades de la Técnica en Z

- Lavarse las manos
- Preparar el medicamento según descripción de la preparación del medicamento por vía intramuscular.
- Colocar la jeringa en el azafate con el resto del equipo y trasladarse a la unidad de Usuario (a).
- Identificar e instruir al usuario(a)
- Informar al usuario sobre el tratamiento
- Solicitar el consentimiento al usuario(a) para aplicarle el medicamento.
- Observar el ambiente de Privacidad
- Solicitar y/o ayudar al usuario(a) a colocarse en posición decúbito ventral con los brazos flexionados a nivel de la cabeza, lateralizada, si el sitio anatómico es el glúteo.
- Sentada o Supina si es en el muslo o deltoides.
- Desinfectar la piel del área identificada
- Colocar los dedos índice y medio en línea recta sobre el área seleccionada para Inyectar.
- Presionar y desplazar los dedos por lo menos 2.5 cm hasta formar un plano similar a la letra Z.
- Insertar la aguja con un ángulo de  $90^\circ$  mantener los dedos índice y medio estirando.

## Técnica 'Z' para inyecciones intramusculares.

- Introducir toda la medicación; esperar 10 segundos para liberar la aguja.
- Retirar la aguja lentamente.
- Retirar los dedos del área inyectada dejando que los tejidos de la piel regresen a su posición natural.
- Hacer presión y no masajear el área inyectada con una torunda de algodón por unas 30 segundos.
- Revisar el sitio de punción 15 y 30 minutos después de la inyección para detectar complicaciones.
- Anotar la medicación administrada en la hoja de control de medicamentos.
- Solidos X Prevención de Infecciones.

## Riesgos relacionados con el procedimiento de la técnica en 'Z'.

- Dolor
- Aplicación de técnica incorrecta
- Infección local
- Omisión de correctos.

## -Técnica de Maniobra de Heimlich-

También llamada compresión Abdominal, es un procedimiento de primeros auxilios para desobstruir el conducto respiratorio, bloqueado por un trozo de alimento o cualquier otro objeto pequeño. Es una técnica efectiva para salvar vidas en caso de asfixia por atragantamiento.

La asfixia impide que el oxígeno llegue a los pulmones y desde allí al resto de los órganos. Si el cerebro permanece sin oxígeno durante más de cuatro minutos puede ocurrir algún daño cerebral o incluso la muerte.

### Posicionamiento

- En general, el rescatista está de pie detrás de la persona que se atraganta.
- Para los niños <20 kg (generalmente <5 años), el rescatador debe arrodillarse a los pies del niño en lugar de pararse sobre ellos.

(2 dedos hacia arriba del ombligo)

# - RCP -

## - BASICO -

La reanimación cardiopulmonar (RCP) es una técnica para salvar vidas que es útil en muchas emergencias, como por ejemplo, un ataque cardíaco o un casi ahogamiento, en los que la respiración o los latidos del corazón de una persona se han detenido. Se recomienda comenzar con RCP haciendo compresiones fuertes y rápidas en el pecho. Esta recomendación de RCP solo con las manos se aplica tanto a espectadores como a personal de primeros auxilios.

### 30° Compresiones en el Pecho (Apendice Sifoides)

- Abrir la Vía respiratoria (boca)

- 2 • Respiración de rescate

### RCP Avanzada:

## - Técnica de la Presión Arterial -

La PA es la fuerza que ejerce la Sangre al circular por las arterias, que son los vasos sanguíneos que llevan Sangre desde el corazón hacia el resto del cuerpo.

La medida de la presión arterial es la técnica sanitaria que más veces se realiza a diario en el mundo. Dado que la hipertensión arterial es el factor de riesgo que más enfermedad y mortalidad produce en todo el mundo, la importancia y calidad de la realización correcta de la PA.

LA PA SE MIDE CON 2 CIFRAS

- 1.- La cifra superior se mide la fuerza de la Sangre en las arterias cuando el corazón se contrae (late). Se denomina presión sistólica o máxima o alta.
- 2.- La cifra inferior mide la fuerza de la Sangre en las arterias mientras el corazón está relajado (llenándose con Sangre entre los latidos). Se denomina presión diastólica o mínima o baja.

### Proceso de Medición

Relajación física (evitar ejercicio físico en los 30 min. previos a la medición) Reposo: por lo menos de 5 minutos antes de la toma de Presión. El paciente debe estar relajado, en reposo y evitar cualquier actividad muscular isométrica, evitar el consumo de cafeína o tabaco

- 2.- El esfigmomanómetro manual y el manómetro de mercurio deben ser calibrados.

## - Técnica de la Presión Arterial -

3. La funda del manguito debe envolver el brazo y cerrarse con facilidad.
4. Dejar libre la fosa antecubital (colocar el borde inferior del brazuete 2 a 3 cm por encima del pliegue del codo).
5. Palpar la arteria braquial.
6. Colocar la campana del ~~este~~ estetoscopio en el nivel de la arteria braquial.
7. El centro de la cámara debe coincidir con la arteria braquial. El manguito debe quedar a la altura del corazón.
8. Insuflar rápidamente el manguito hasta 30 o 40 mmHg por arriba del nivel palpatorio de la presión sistólica para iniciar su auscultación.



## - Como Se Mide El Dolor -

El dolor tiene un componente físico, pero también tiene un componente subjetivo que está influenciado por la forma en la que cada persona percibe su dolor, con las experiencias personales, con el nivel de umbral de dolor.

Para poder medir el dolor lo más habitual es que tu médico especialista te pida que valores en una escala de 0 a 10 su intensidad.

Entre 1 y 3 situaríamos el dolor leve. El dolor moderado se marcaría entre 4 y 6 y el dolor intenso entre 7 y 9.

Una de las variaciones de la escala más utilizada por los especialistas para medir el dolor es el test EVA: el médico te presentará un gráfico con una escala marcada de 1 al 10 solicitándote que señales la intensidad de tu dolor:

### Escala Para medir tu dolor

