



**Universidad del Sureste**  
**Campus San Cristóbal de las Casas**  
**Licenciatura en Medicina Humana**

**Tema: Primeros Auxilios.**  
Practica realizada en Preparatoria N°1

**Nombre del alumno: José Alberto**  
**Cifuentes Cardona**

**Grupo: "A" Grado: Séptimo Semestre.**

**Materia: Crecimiento y Desarrollo**  
**Biológico.**

**Nombre del profesor: Dra. Sheila Anahí**  
**Urbina Hernández.**

# Reporte de prácticas “Primeros Auxilios”

## OBJETIVO GENERAL:

- Darle a conocer a los alumnos de la preparatoria del estado N°1 de San Cristóbal de las casas Chiapas, los principios generales sobre los primeros auxilios, como actuar durante un accidente de manera general y los pasos que tienen que seguir para un correcto apoyo.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Salvar la vida de la víctima
- Activar el sistema de emergencias
- Aplicar las técnicas básicas hasta la llegada de los sistemas de emergencia
- No hacer más daño e impedir que empeoren las lesiones o traumatismos.

## INTRODUCCIÓN:

Conjunto de técnicas y acciones que se realizan para atender a un accidentado de forma inmediata, hasta que llegue la asistencia médica. Algunos de los objetivos de los primeros auxilios son: Conservar la vida del paciente, Evitar que las lesiones se agraven, Facilitar la recuperación de la persona lesionada.

## DESARROLLO

### ¿Qué hacer en un caso de accidentes?

#### Regla PAS en primeros auxilios

**Proteger** → A nosotros mismos y a los posibles afectados, tratando de evitar nuevos accidentes, “evaluación de la escena área segura”.

**Avisar** → A los servicios de emergencia si fuera necesario, llamando al 911.

**Socorrer** → Después de los pasos anteriores, debemos ayudar a las posibles víctimas, siempre en función de nuestros conocimientos y capacidades.

### A continuación, se detallan algunos principios básicos que se pueden seguir en caso de brindar primeros auxilios

- **Evaluar la escena y la situación antes de actuar.**  
Se trata de la fase inicial de la asistencia, Debemos realizar una inspección del lugar del accidente reconociendo todas las situaciones que comporten un aumento del riesgo para los accidentados, para nosotros y para todas las personas que se puedan acercar a dar el auxilio.

→En este periodo se deben tomar las siguientes medidas.

- Señalizar el accidente
- Reconocer y evitar en la medida de lo posible peligros presentes:
  - Maquinas peligrosas
  - Corriente eléctrica
  - Fuga de gas
  - Derrumbamientos e inundaciones
  - Precipicios para riesgo de caídas.

→En suma, todos aquellos actos necesarios para cumplir nuestro principal objetivo, Prevenir que el accidente empeore o sea más grave.

- **Evaluar a la persona**
    - Verificar si la persona está consciente, respira, está herida o sangra.
    - Actuar sin prisas, pero sin pausa, es importante con actitud serena y positiva para tranquilizar al herido.
  - **Llamar a emergencias**
    - Avisar a los servicios sanitarios de emergencia y proporcionar la ubicación y la evaluación de la víctima.
  - **Asistencia a la persona**
    - Acompañar a la víctima hasta que lleguen los médicos y mantener la calma.
    - En términos generales a un accidentado no se le moviliza, salvo que exista un serio peligro para la vida e integridad física en caso de permanecer en el lugar del percance.
    - Si se moviliza procederemos a manejarlo con extrema precaución y según los criterios y las formas básicas para el traslado.
    - Examinar bien al herido mediante primera y segunda inspección.
    - *Primera inspección:* tiene que ser rápida no mas de 30 segundos para detectar las alteraciones que pongan en riesgo las funciones vitales de la víctima como son:
      - Conciencia, respiración y pulso
    - *Segunda inspección:* mas detenida para detectar la presencia de hemorragias o heridas, deformidad en extremidades, estado de la piel y temperatura.
1. Colocarse arrodillado a un lado de los hombros de la victima
  2. Mover los hombros de la victima y hablándole en voz alta ¿Se encuentra bien?
  3. Si no hay respuesta por parte de la victima actuar de la siguiente manera:
    - Pedir ayuda
    - Abrir la vía respiratoria mediante la técnica frente-mentón
    - Retirar cualquier objeto visible dentro de la boca
    - Comprobar si respira
    - Ver el tórax y el abdomen (para ver movimientos)
    - Oír la respiración
    - Sentir la salida de aire por la boca
  4. Si respira espontáneamente:

- Mantener la vía respiratoria abierta según las explicaciones anteriores y colocación en postura lateral de seguridad, (*Excepto si se sospecha lesión de vertebral*)
5. Si no respira o respira anómalamente:
- Iniciar maniobra de RCP.

## Realizar reanimación cardiopulmonar (RCP) en caso necesario.

### La RCP consiste en realizar:

- 30 compresiones seguidas de
- 2 insuflaciones de 1 segundo cada una, a un ritmo de 100 compresiones por minuto.

→ Es importante actuar con rapidez y calma, y solo ayudar si se tienen conocimientos sobre la situación.

## Maniobra de Heimlich modificada para atragantamiento

Procedimiento de primeros auxilios que se realiza para desobstruir la vía respiratoria de una persona que se está ahogando. La forma de realizarla varía según la situación:

- **Persona consciente**

Rodea a la persona por la espalda y debajo de sus brazos, forma un puño con una mano y colócalo sobre la mitad inferior del esternón. Con la otra mano, sostén el puño y realiza compresiones rápidas y firmes hacia adentro y hacia arriba. Repite el movimiento 6 a 10 veces.

- **Persona embarazada**

Colócate detrás de la persona y rodea su cuerpo con los brazos por debajo del pecho. Realiza compresiones rápidas y firmes en la parte baja del esternón, justo por encima de la unión del esternón con el abdomen.

- **Persona en el suelo**

Apóyate sobre el borde de una mesa, silla o baranda y empuja rápidamente la parte superior del abdomen contra el borde.

- **Niños**

En caso de niños mayores de 1 año, la maniobra de Heimlich es muy similar a la que se realiza en adultos, pero con una leve diferencia. Este es el paso a paso que se debe seguir:

1. Preguntar al niño si se está ahogando y comunicarle que se le va a ayudar.
2. El adulto que va a realizar la maniobra debe colocarse detrás del niño.

3. Se cierra la mano derecha y se coloca la otra sobre el puño de forma que se rodee al niño por la cintura.
4. Realizar compresiones rápidas y bruscas en dirección diagonal, hacia arriba y adentro, a la altura del estómago. Con estas compresiones, el atragantamiento se habrá solucionado si el niño tose, llora o vuelve a respirar con normalidad.

- **Bebes**

1. Colocar al bebé boca abajo sobre el muslo o antebrazo de un adulto.
2. Sostener la cabeza del bebé con una mano.
3. Con la otra mano, dar 5 palmadas en la espalda, entre los omóplatos.
4. Si el objeto no sale, girar al bebé boca arriba y colocar 2 o 3 dedos debajo de la línea del pezón.
5. Dar 5 compresiones rápidas en el pecho.
6. Repetir el proceso de palmadas y compresiones hasta que el objeto salga o el bebé se desmaye.
7. Si el bebé se desmaya, llamar al 911 y comenzar la RCP

→En caso de que el atragantamiento no se solucione y el niño pierda la conciencia, como en el caso anterior, se debe recurrir rápidamente a la RCP

→La maniobra de Heimlich es efectiva para salvar vidas en caso de asfixia por atragantamiento. Si la persona pierde la conciencia, se debe recurrir rápidamente a la RCP.

## **MATERIAL**

Papel Kraft

Fomi (rojo, blanco, gris)

Marcadores

Plumones

Hojas blancas

Reglas

Tijeras

Pegamento

Silicon

Dibujos impresos

Borrador

Sacapuntas

ANEXOS (evidencias)





