



Código: 4.11.4_FZYE_10	Página 1 de 11
Fecha de Emisión: 14/03/2011	Fecha de Revisión: 11/04/2016
	Nº de Revisión: 5
Elaboró:	COORDINADOR DE ÁREA
Aprobó:	SECRETARÍA ADMINISTRATIVA

Guía General De Primeros Auxilios Para Primer Respondiente



DIRECTORIO INSTITUCIONAL

M.C. JESÚS ENRIQUE SEÁÑEZ SÁENZ
Rector

DR. JESÚS VILLALOBOS JIÓN
Secretario General

M.C. JAVIER MARTÍNEZ NEVÁREZ
Director Académico

Ph.D. ALMA DELIA ALARCON ROJO
Director de Investigación y Posgrado

MTRO. JESÚS ENRIQUE PALLARES RONQUILLO
Director de Extensión y Difusión Cultural

M.A.R.H. NORMA CECILIA GONZÁLEZ MARTÍNEZ
Director Administrativo

DR. ROSENDO MARIO MALDONADO ESTRADA
Director de Planeación y Desarrollo Institucional

DIRECTORIO DE LA FACULTAD

M.A. LUIS RAÚL ESCÁRCEGA PRECIADO
Director

M.C. ANTONIO HUMBERTO CHÁVEZ SILVA
Secretario de Investigación y Posgrado

M.C. RICARDO ABEL SOTO CRUZ
Secretario Académico

D.P.h. EUGENIO CÉSAR QUINTANA MARTÍNEZ
Secretario de Extensión y Difusión

M.C. JOSÉ ROBERTO ESPINOZA PRIETO
Secretario Administrativo

M.A.P. DIANA GONZÁLEZ LÓPEZ
Secretario de Planeación



GUIA GENERAL DE PRIMEROS AUXILIOS PARA PRIMER RESPONDIENTE.

Primeros Auxilios: Son las medidas iniciales que se realizan a víctimas de accidentes o de enfermedades repentinas hasta la llegada de los profesionales especializados, con el fin de facilitar su recuperación o minimizar el daño físico que estos pueden generar.

EL MÉTODO ABC

Cualquier socorrista debe llevar adelante de manera prioritaria estos tres pasos frente a una situación crítica.

A Revisar la vía aérea y mantener el alerta

B Respiración

C Circulación y pulso

Ante una situación que requiere su participación, siempre debe tener en cuenta los siguientes puntos:

1 EJERZA EL AUTOCONTROL: Evite ser impulsivo

2 EVALÚE LA ESCENA: Observe bien algún peligro en el lugar

3 PIDA AYUDA: Antes de actuar directamente trate de comunicarlo a la brigada de primeros auxilios de la facultad

4 ACTÚE CON PRUDENCIA: Sepa lo que no debe hacer

¿Cuándo llamar?

- ✓ Cuando usted no sepa qué hacer o si hay peligro.
- ✓ Cuando la persona no responde bien, respira mal o le duele el pecho.
- ✓ Cuando la persona fue víctima de un accidente (traumatismo, exposición a tóxicos, electrocución, quemaduras, ahogamiento, etcétera).

CONCEPTO DE BIOSEGURIDAD

Antes de brindar auxilio a otra persona, debe evaluar la seguridad de la escena o del lugar. Además de anticipar los potenciales peligros físicos, ya sea por derrumbes, atropellamiento, humo, sustancias tóxicas o descargas eléctricas, debe evitar el contacto directo con sangre, secreciones bronquiales, semen, vómitos, o cualquier tipo de líquido biológico. Asegúrese entonces de utilizar las barreras apropiadas de bioseguridad, ya sean guantes de látex o de polietileno, tapabocas y/o lentes. En caso de no contar con ellos, puede utilizar una bolsa de polietileno o cualquier tipo de lienzo que haga de barrera. Recuerde, no debe tocar nunca en forma directa ningún tipo de secreciones.

GOLPE DE CALOR.

Es la exposición al calor extremo, y puede notarse por síntomas como alteración de la conducta; convulsiones; respiración superficial; piel roja, caliente o seca; debilidad; dolor de cabeza; calambres; sed o imposibilidad de beber.

- ✓ Evalúe la seguridad de la escena.
- ✓ Recuerde el concepto de bioseguridad (guantes y tapabocas) y, en caso de ser necesario, utilice protección.
- ✓ Pida ayuda a la brigada de primeros auxilios de la facultad.
- ✓ Traslade al sujeto a un lugar fresco y afloje o quite sus prendas.
- ✓ Moje o rocíe a la víctima con agua fría y abaníquela.
- ✓ Si no vomita, ofrézcale agua para beber.



- ✓ Espere la llegada de ayuda.

HIPOTERMIA

Es el descenso de la temperatura corporal por debajo de lo normal. En estos casos, podemos notar piel blanca o grisácea y fría, y entumecimiento.

- ✓ Evalúe la seguridad de la escena.
- ✓ Recuerde el concepto de bioseguridad y, en caso de ser necesario, Utilice protección.
- ✓ Pida ayuda a la brigada de primeros auxilios de la facultad.
- ✓ Retire a la víctima del frío, y llévela a un lugar plano, preferentemente, templado.
- ✓ Sáquele las prendas húmedas y reemplácelas por otras secas.
- ✓ Manipule a la persona delicadamente.
- ✓ Coloque mantas, toallas o diarios alrededor del cuerpo de la víctima.
- ✓ No utilice almohadillas térmicas. Tampoco refriegue ni frote las partes congeladas.
- ✓ Espere la llegada de ayuda.

ATAQUE CARDÍACO

Síntomas

- Dolor opresivo en el centro del pecho
- Dolor en mentón, espalda y brazos
- Puede haber sudoración fría, sensación de desvanecimiento y náuseas

Acciones

- ✓ Pida ayuda.
- ✓ Ventile el ambiente, brinde confort y tranquilidad a la víctima, colóquela semisentada y afloje sus ropas.
- ✓ Si la persona está inconsciente y no reacciona, llame al servicio de Emergencias.
- ✓ Realice RCP (Si está capacitado para esta maniobra)
- ✓ Si no se anima, aguarde la ayuda profesional.

ATAQUE CEREBRAL

Síntomas

- Pérdida de fuerza en cara, brazo o pierna, de un mismo lado
- Dificultad para hablar o comprender
- Disminución de la visión
- Alteración del equilibrio
- Dolor de cabeza súbito de mucha intensidad

Acciones

- ✓ Pida ayuda.
- ✓ Brinde confort y tranquilidad al sujeto, no le administre nada.
- ✓ Si vomita, póngalo de costado.
- ✓ Si presenta convulsiones, protéjale la cabeza para que no se golpee.

CONVULSIONES EPILÉPTICAS

Síntomas

- Movimientos involuntarios en forma de sacudidas
- Comienzo súbito y desaparición rápida de los síntomas



Acciones

- ✓ Pida ayuda.
- ✓ Retire objetos de alrededor y proteja la cabeza de la víctima con elementos acolchados.
- ✓ No la sujete ni ponga nada en la boca.
- ✓ Si cede la convulsión, recuerde aplicar el método ABC.
- ✓ Si respira, ubíquela en la Posición Lateral de seguridad.
- ✓ Si vomita, colóquela de costado.

CRISIS ASMÁTICA

Síntomas

- Respiración ruidosa y con silbido
- Dificultad para hablar
- Sudoración profusa
- Angustia

Acciones

- ✓ Si no sabe qué hacer, pida ayuda a Emergencias.
- ✓ Coloque al niño semisentado y afloje las ropas ajustadas.
- ✓ Si porta inhaladores (prescritos), puede ayudar a su administración.
- ✓ Ventile el ambiente, bríndele confort y tranquilidad.

DESMAYO - PÉRDIDA DE CONCIENCIA

Síntomas

- Pérdida de la conciencia y la postura por tiempo leve

Acciones

- ✓ Pida ayuda.
- ✓ Ayude a recostar al desmayado, levante sus piernas y desajuste sus ropas.
- ✓ Ventile el ambiente.
- ✓ Déjelo descansar hasta su recuperación total o la llegada de la ambulancia.

HIPOGLUCEMIA

Se presenta cuando los valores de azúcar en el organismo están por debajo de lo normal. En general en diabéticos que utilizan insulina o medicamentos hipoglucemiantes.

Síntomas en diabéticos

- Debilidad
- Sudoración evidente
- Hambre
- Sed
- Confusión

Acciones

- Pida ayuda.
- Si la víctima está consciente y puede tragar, proporcionele alimentos azucarados.
- Siéntela y aguarde la llegada de ayuda.

FRACTURAS ÓSEAS



Síntomas

- Deformación
- Impotencia funcional
- Dolor
- Inflamación

Acciones

- ✓ Evalúe la seguridad de la escena y pida ayuda.
- ✓ Recuerde el concepto de bioseguridad y, en caso de ser necesario, utilice protección.
- ✓ Si sospecha lesión en la columna, no movilice al accidentado.
- ✓ No intente enderezar extremidades dobladas.
- ✓ Aplique hielo en bolsa y toalla interpuesta durante 20 minutos, con descansos de 5 minutos.
- ✓ Espere la llegada de ayuda.

HEMORRAGIA VISIBLE

Las hemorragias visibles se dividen en tres:

- A) Heridas.
- B) Hemorragia bucal.
- C) Hemorragia nasal.

Acciones

- ✓ Evalúe la seguridad de la escena y pida ayuda.
- ✓ Recuerde el concepto de bioseguridad y utilice protección.
- ✓ Presione con firmeza sobre la herida con un apósito.
- ✓ Si la hemorragia no cede, coloque un segundo apósito sin retirar el primero.
- ✓ Si es en un miembro y no hay dolor, elévelo.
- ✓ Espere la llegada del servicio de Emergencias.

HEMORRAGIA NASAL

Acciones

- ✓ Si no sabe qué hacer, pida ayuda.
- ✓ Recuerde el concepto de bioseguridad y utilice protección.
- ✓ Siente al sujeto y solicite el botiquín de primeros auxilios.
- ✓ Presione a ambos lados de la nariz teniendo la cabeza levemente inclinada hacia adelante.
- ✓ Si la hemorragia persiste, presione con más fuerza y aguarde la llegada de ayuda.

HERIDAS CON ELEMENTOS PUNZANTES

Acciones

- ✓ Evalúe la seguridad de la escena y pida ayuda.
- ✓ Recuerde el concepto de bioseguridad y utilice protección.
- ✓ Ponga cómodo al herido y solicite el botiquín de primeros auxilios.
- ✓ No retire ni movilice el objeto punzante; déjelo hasta que llegue personal entrenado.

LESIONES OCULARES

Síntomas

- Dolor
- Problemas de visión
- Hematomas
- Hemorragia
- Enrojecimiento



Acciones

- ✓ Evalúe la seguridad de la escena y pida ayuda.
- ✓ Recuerde el concepto de bioseguridad y, en caso de ser necesario, utilice protección.
- ✓ En caso de quemadura con algún elemento tóxico, lave el ojo con agua fría.
- ✓ Si la persona tiene un fuerte golpe con un objeto punzante, cubra el ojo y espere ayuda.
- ✓ Si tiene dentro un objeto pequeño, como una pestaña, evite frotarlo.
- ✓ Si el elemento está suelto, podrá desalojarse solo.
- ✓

TRAUMATISMO DE CRÁNEO Y COLUMNA

Síntomas

- Alteración de la conciencia
- Dolor de cabeza y vómitos
- Dificultad aguda en la visión
- Convulsiones

Acciones

- Evalúe la seguridad de la escena y pida ayuda.
- Mantenga al afectado inmóvil hasta que llegue personal entrenado.

QUEMADURAS

Las quemaduras pueden producirse por contacto con calor, electricidad o productos químicos.

Acciones

- ✓ Antes de entrar evalúe la seguridad de la escena y pida ayuda.
- ✓ Recuerde el concepto de bioseguridad y, en caso de ser necesario, utilice protección.
- ✓ En caso de incendio, si arde la ropa, pida a la víctima que se tire al suelo y ruede.
- ✓ Cúbrela con una manta mojada.
- ✓ Si la quemadura es pequeña, lave con abundante agua fría.
- ✓ No coloque remedios salvo bajo prescripción médica.
- ✓ Aguarde la llegada de ayuda.

EMERGENCIAS MEDIOAMBIENTALES

Y a sea por mordeduras o picaduras de animales e insectos, o por reacciones a algunos elementos, las emergencias medioambientales también deben formar parte del conocimiento para los primeros auxilios.

MORDEDURAS

Como regla general para la prevención de mordeduras, siempre aléjese de cualquier animal que no actúa de manera normal. En caso de que el hecho haya ocurrido, reaccione rápidamente y tenga en cuenta que las mordeduras que no perforan la piel, en general, no son graves.

Acciones

- ✓ Evalúe la seguridad de la escena y pida ayuda.
- ✓ Recuerde el concepto de bioseguridad y, en caso de ser necesario, utilice protección.
- ✓ Limpie la herida con abundante agua y jabón.
- ✓ Detenga cualquier hemorragia haciendo presión.
- ✓ Notifique cualquier mordedura a la policía.
- ✓ Si es posible, aísle al animal.
- ✓ Lleve a la víctima a un centro especializado.



REACCIONES ALÉRGICAS

Síntomas leves

- Congestión nasal
- Estornudos
- Picazón en los ojos
- Urticaria (ronchas en la piel)

Síntomas graves

- Respiración dificultosa y ruidosa
- Ansiedad
- Hinchazón de labios y lengua
- Manchas repentinas en la piel
- Taquicardia (ritmo rápido)

Acciones

- ✓ Pida ayuda.
- ✓ Ventile el ambiente.
- ✓ Bríndele a la persona confort y tranquilidad.
- ✓ Si porta una jeringa con adrenalina (prescripta), puede administrársela.
- ✓ Guarde la llegada de ayuda.

PICADURAS

Por lo general, sólo causan dolor y escozor. Sin embargo, tiene que estar atento y, si es necesario, seguir estas indicaciones.

Acciones

- ✓ Si la picadura tiene aguijón, trate de extraerlo.
- ✓ Lave la zona con abundante agua y jabón.
- ✓ Coloque una bolsa de hielo sobre la zona.
- ✓ Verifique que no provoque reacción alérgica.
- ✓ Acuda al médico si no calma.

TÓXICOS

Los tóxicos pueden encontrarse en estado sólido, líquido o gaseoso. En caso de intoxicación con algún elemento de este orden, es importante identificarlo para administrar el tratamiento adecuado. En ambientes con elementos tóxicos, es muy importante evaluar las medidas de prevención para evitar que la sustancia sea ingerida, inhalada o que entre en contacto con las personas, ya que puede provocar enfermedades o muerte.

Qué no debe hacer.

- ✓ No de nada por vía oral a la víctima
- ✓ No aplique pomadas ni lociones en la piel

Acciones

- ✓ Evalúe la seguridad de la escena y pida ayuda.
- ✓ Recuerde el concepto de bioseguridad y, en caso de ser necesario, utilice protección (recuerde las barreras de protección mencionadas en la página.
- ✓ Averigüe cuál es la sustancia tóxica para comunicarlo al personal especializado.



- ✓ Si es necesario, abra las ventanas para generar corriente de aire.
- ✓ Ponga al afectado en posición cómoda.
- ✓ Controle la respiración hasta la llegada del servicio de Emergencias.
- ✓ Si no respira y realizó el curso, aplique RCP (si está capacitado) hasta la llegada de la ambulancia.

LISTA Y GUIA DE REFERENCIA (NORMA) DE ESTE BOTIQUIN DE PRIMEROS AUXILIOS SEGÚN LA STPS.

El contenido de esta guía es un complemento para la mejor comprensión de la Norma y **no es de cumplimiento obligatorio**. Está basado en el Manual de Primeros Auxilios de la Cruz Roja Mexicana.

Botiquín: Es el conjunto de materiales, equipo y medicamentos que se utilizan para aplicar los primeros auxilios a una persona que ha sufrido un accidente o una enfermedad repentina.

TIPOS DE BOTIQUIN: El tipo de botiquín será de acuerdo al tipo de actividad que se vaya a desarrollar o al sitio en el que se encuentra.

CARACTERÍSTICAS

Como características importantes para el botiquín se mencionarán: de fácil transporte, visible y de fácil acceso, que sea identificable con una cruz roja visible, de peso no excesivo, sin candados o dispositivos que dificulten el acceso a su contenido y con un listado del contenido.

CUIDADOS

Se recomiendan los cuidados siguientes:

- a) que se encuentre en un lugar fresco y seco;
- b) que el instrumental se encuentre limpio;
- c) que los frascos estén cerrados y de preferencia que sean de plástico;
- d) que los medicamentos no hayan caducado,
- e) que el material se encuentre ordenado.

Si se cuenta con instrumental quirúrgico como: tijeras, pinzas o agujas, debe estar empacado éste, ya sea en pequeños paños de tela o en papel absorbente y etiquetado con el nombre del instrumental que contiene.

El material que conforma el botiquín se puede clasificar de la siguiente manera:

- a) material seco;
- b) material líquido;
- c) instrumental;
- d) medicamentos,
- e) material complementario.

Se debe tener en cuenta que la cantidad de material ha de ser la adecuada con respecto al uso al que se le vaya a destinar y a las posibilidades económicas con que se cuente. Todo el material que se menciona es básico y debe existir en cualquier botiquín.

MATERIAL SECO

El material seco es aquél que por sus características debe permanecer en ese estado, éste comprende los siguientes elementos:

- a) torundas de algodón;
- b) gasas de 5 x 5 cm.;



- c) compresas de gasa de 10 x 10 cm.;
- d) tela adhesiva;
- e) vendas de rollo elásticas de 5 cm. x 5 m.;
- f) vendas de rollo elásticas de 10 cm. x 5m.;
- g) vendas de gasa con las mismas dimensiones que las dos anteriores;
- h) venda de 4, 6 u 8 cabos;
- i) abatelenguas;
- j) apósitos de tela o vendas adhesivas,
- k) venda triangular.

MATERIAL LÍQUIDO

Comprende las siguientes soluciones:

- a) benzal
- b) tintura de yodo, conocida como "isodine espuma";
- c) jabón neutro, de preferencia líquido;
- d) vaselina;
- e) alcohol,
- f) agua hervida o estéril.

Como se mencionó, las anteriores soluciones deben estar de preferencia en recipientes plásticos, con torundas en cantidad regular y etiquetados cada uno para hacer más fácil su uso.

INSTRUMENTAL

El instrumental puede estar conformado de la siguiente manera:

- a) tijeras rectas y tijeras de botón;
- b) pinzas de Kelly rectas;
- c) pinzas de disección sin dientes;
- d) termómetro;
- e) ligadura de hule,
- f) jeringas desechables de 3.5 y 10 ml. con sus respectivas agujas.

MEDICAMENTOS

Este material queda a criterio del médico responsable del servicio de urgencias y se usará bajo estricto control del médico.

MATERIAL COMPLEMENTARIO

Es aquél que puede o no formar parte del botiquín o que por su uso requiera de material específico, por ejemplo: para excursionistas es conveniente incluir suero antialacrán o antídoto para mordedura de serpiente.

Algunos elementos que se pueden incluir son:

- a) linterna de mano;
- b) piola;
- c) guantes de cirujano;
- d) ligadura de cordón umbilical;
- e) estetoscopio y esfigmomanómetro;
- f) tablillas para enferular, de madera o cartón;
- g) una manta

Lista de material botiquín.

Lista de material disponible en botiquín de Administración.

Concepto	Observaciones
Lámpara	



Cinta adhesiva	
Tijeras	
Termómetro	
Alcohol	
Curitas	
Abatelenguas	
Venda 10 cm	
Venda 15 cm	
Venda 20 cm	
Venda 30 cm	
Torundas	
Solución cloruro de sodio	
Punzo de 20	
Venoclisis	
Apósitos	
Gasas simples	
Malla tubular	
guantes	
Algodón	