

Asociación Mundial para la Seguridad Vial

INTERVENCIÓN INICIAL INMEDIATA EN LOS ACCIDENTES DE TRÁNSITO

"LOS PRIMEROS AUXILIOS SALVAN VIDAS EN LA CARRETERA"



Together we can
save millions
of lives.

La Asociación Mundial para la Seguridad Vial
está acogida por:



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



GLOBAL
ROAD SAFETY
PARTNERSHIP



La Asociación Mundial para la Seguridad Vial, un programa acogido de la Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja, congrega las múltiples voces, experiencias y recursos del sector privado, el sector público y la sociedad civil a fin de reducir las lesiones y las muertes causadas por accidentes de tránsito en los países de ingresos bajos y medios.

Una forma de lograrlo es creando y apoyando alianzas para la seguridad vial entre las empresas, el gobierno y la sociedad civil a nivel regional, nacional y municipal; mejorando la capacidad profesional e institucional para la seguridad vial; y ofreciendo y facilitando intervenciones sobre seguridad vial basadas en información extraída de la experiencia.

La presente guía se ha elaborado como parte del proyecto de Seguridad Vial II para el Corredor de Transporte Europa-Cáucaso-Asia (TRACECA), financiado por la Unión Europea, con el objeto de promover la seguridad y la protección de los usuarios de las carreteras y del público dentro del corredor de transporte de esa región.

Deseamos agradecer a la Unión Europea por su generoso apoyo financiero y al Centro mundial de referencia de la Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja sobre primeros auxilios, por la pericia profesional aportada.



International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies
 Fédération internationale des Sociétés de la Croix Rouge et du Croissant Rouge
 Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja
 الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر
Global First Aid Reference Centre



croix-rouge française

Esta guía no sustituye la labor del personal médico calificado.



Estructura de la guía

La presente guía describe las técnicas y medidas necesarias para la preparación preventiva y la intervención inicial inmediata en ayuda de las personas que han sufrido accidentes de tránsito. El objetivo es mejorar los conocimientos y aptitudes de la población en general, los conductores, los pasajeros y los peatones, para que puedan prestar una asistencia inmediata a las víctimas heridas en las carreteras.

Las ocho unidades de la guía, con figuras ilustrativas, describen paso a paso las medidas necesarias para abordar las siguientes situaciones:

- Seguridad
- Solicitud de ayuda
- Evaluación de una víctima sin conocimiento fuera de un vehículo
- Evaluación de una víctima sin conocimiento dentro de un vehículo
- Hemorragia externa
- Tratamiento de heridas graves
- Quemaduras
- Víctimas con casco



Introducción

Los accidentes de tránsito son la novena causa de muerte más importante en el mundo, y cada año cobran la vida de más de un millón de personas en las carreteras (Informe sobre la situación mundial de la seguridad vial, 2015, de la Organización Mundial de la Salud). La experiencia demuestra que se pueden lograr resultados muy satisfactorios en la prevención de los accidentes de tránsito a través de una concentración de esfuerzos y de iniciativas basadas en la experiencia, dirigidas específicamente a la gestión de la seguridad vial, el fortalecimiento y la aplicación efectiva de las políticas de seguridad vial, una mayor sensibilización pública y el mejoramiento de las capacidades de las principales partes interesadas, como las organizaciones de la sociedad civil, a fin de prevenir los accidentes de circulación e intervenir de manera oportuna y técnicamente sólida tras un accidente.

Una de las causas más comunes de muerte de las víctimas de accidentes de tráfico es la anoxia, es decir, la falta de suministro de oxígeno causada por una obstrucción respiratoria. En promedio, esta obstrucción puede tener consecuencias fatales en menos de cuatro minutos. Incluso en zonas con servicios de emergencia muy bien organizados, el tiempo habitual de intervención de una ambulancia en un accidente de carretera es de diez minutos. Es sabido que, si no se prestan los primeros auxilios a tiempo dentro de este lapso, muchas personas con lesiones graves no sobreviven (OMS, 2004). En un accidente de carretera, la aplicación de técnicas de primeros auxilios, en particular, el posicionamiento correcto de la víctima antes de la llegada de los equipos de intervención de emergencia, puede ser determinante para salvar la vida.

'La mayoría de las muertes se producen fuera de los centros de salud. Algunas son inevitables a causa de la gravedad de las heridas iniciales. Entre las demás, una proporción considerable podría evitarse, como se desprende de la comparación de las diferencias en las tasas de mortalidad por traumatismos en diferentes países (OMS, 2004).'

Se ha demostrado asimismo que, en casos de traumatismos, la intervención de los servicios de emergencia es muy importante para mitigar las consecuencias adversas de los accidentes de tránsito. De conformidad con el principio de la "hora de oro", las personas afectadas en esos accidentes tienen una posibilidad mucho mayor de sobrevivir y recuperarse de las lesiones graves si las medidas de auxilio llegan inmediatamente y están seguidas por una atención médica de calidad. La prestación de socorro y asistencia inmediatamente en el lugar del accidente es fundamental, sobre todo si los servicios de emergencia no intervienen o llegan con un retraso significativo. La enseñanza específica de los gestos esenciales en una intervención inicial e inmediata y de los primeros auxilios, así como una formación pertinente, son factores primordiales en la cadena de asistencia a las víctimas y la atención médica. Las personas que han recibido formación como agentes de intervención inicial e inmediata están en condi-

ciones de brindar una asistencia vital en la escena de un accidente. La calidad de esa primera intervención dependerá en gran medida de una formación adecuada.

Cuando se planifica y se imparte la capacitación en primeros auxilios es indispensable tener en cuenta la legislación y las condiciones locales, las características culturales y las capacidades de los actores locales. Por otra parte, cuando se imparte formación de socorristas centrada en las

víctimas de accidentes de tránsito se deben abordar los factores de riesgo que pueden incidir para que haya heridos en esos accidentes, es decir, la conducción bajo los efectos del alcohol, la velocidad excesiva, la falta de cinturones de seguridad, el uso inadecuado o inexistente de dispositivos de retención para niños y el incumplimiento de las exigencias de utilización de un casco cuando se conduce un vehículo de dos o tres ruedas.

ALGUNOS DATOS Y CIFRAS ¹

sobre los accidentes de tránsito, muertes y lesiones graves

- 1,25 millones de muertos y 50 millones de heridos cada año en accidentes de tránsito.
- Primera causa de muerte entre los quince y los veintinueve años de edad.
- El cuarenta y nueve por ciento (49%) de los muertos son peatones.
- Si se conduce una motocicleta, el uso correcto de un casco puede reducir el riesgo de muerte en un cuarenta por ciento (40%) y el riesgo de lesiones graves en un setenta por ciento (70%).
- El uso de cinturón de seguridad reduce el riesgo de una lesión fatal hasta en un cuarenta y cinco a cincuenta por ciento (45-50%) para los ocupantes de los asientos delanteros, y hasta en el setenta y cinco por ciento (75%) para los ocupantes de los asientos traseros.
- La aplicación eficaz de la legislación sobre conducción bajo los efectos del alcohol puede reducir las muertes en la carretera en un veinte por ciento (20%).
- Una de las causas más comunes de muerte entre las víctimas de accidentes de tránsito es la anoxia, una falta de suministro de oxígeno causada por una obstrucción respiratoria.

¹ Fuente: OMS, Informe sobre la situación mundial de la seguridad vial, 2015



Seguridad

Situación: La víctima u otra persona están en peligro.

Objetivos

- Garantizar la seguridad de la víctima y de toda otra persona mientras se espera la llegada de los servicios de emergencia.
- Tomar medidas para señalar el lugar del accidente, a fin de que sea visible para los demás y evitar un nuevo accidente.

Definición

Se entienden por medidas de optimización de la seguridad de la víctima u otra persona las adoptadas para suprimir cualquier peligro que les amenace. Un requisito previo de cualquier acción de socorro es garantizar la seguridad en el lugar. Sin embargo, los agentes que intervienen inmediatamente para prestar los primeros auxilios después de un accidente deben ante todo dar prioridad a su propia seguridad durante su actuación.

Medidas recomendadas

👉 **Evaluar la seguridad en el lugar del accidente e identificar los peligros.**

La persona que trate de prestar asistencia inicial deberá acercarse al lugar del accidente con gran precaución, para evaluar las medidas inmediatas que conviene adoptar, teniendo en cuenta que la primera prioridad es su propia seguridad.

Antes de hacer nada, deberá observar a su alrededor y evaluar si hay peligros para la víctima u otra persona. Entre los posibles riesgos figuran la pérdida de combustible del vehículo, conductos de electricidad de alta tensión, cristales rotos, fuego, el tráfico o la inestabilidad del coche.

👉 **Proteger el entorno.**

Si el socorrista puede actuar sin riesgo para su propia seguridad, neutralizará de inmediato los peligros circundantes. *Conviene que no se mueva a la víctima, a menos que se den circunstancias de vida o muerte, ya que se pueden causar más daños, especialmente en el caso de lesiones en el cuello y la columna.*

- Si no se puede eliminar el peligro y la víctima es incapaz de moverse por sí misma:
 - el socorrista, sin poner en peligro su propia persona, procederá a trasladar rápidamente a la víctima si está visible, es de fácil acceso y no hay nada que bloquee o dificulte su traslado.

- Si no se puede eliminar el peligro y no es posible mover a la víctima:
 - el socorrista debe alertar o pedir que alguien alerte a los servicios especializados. Es necesario mantener despejado el lugar del accidente hasta que los servicios de emergencia hayan protegido ese perímetro;
 - se mantendrá el lugar del accidente bajo vigilancia constante, para velar por que nadie entre antes de la llegada de los servicios de emergencia.

👉 ¿Cómo proteger el lugar del accidente?

- Al acercarse al lugar del accidente, el socorrista deberá poner las luces intermitentes de emergencia y reducir la velocidad, o decidir rápidamente una manera segura de advertir a otros conductores.
- Si el socorrista está en un vehículo, deberá aparcarlo en el arcén cerca del accidente, o un poco más atrás, para advertir a otros vehículos que deben proceder con cautela.
- Si es posible, antes de salir de su vehículo conviene colocarse una chaqueta que sea muy visible.
- Si el ocupante del vehículo es capaz de salir sin riesgo de sufrir más lesiones, se le ayudará a hacerlo y se lo desplazará detrás de la barrera de protección, si la hay.
- Sin dejar de prestar atención a la seguridad, se colocará un triángulo de advertencia o cualquier otro dispositivo (lámparas, linternas, paños blancos, ...) en la carretera, a unos ciento cincuenta metros del lugar (de veinte a cincuenta metros en las zonas edificadas) a fin de evitar otro accidente (véase la figura 1).

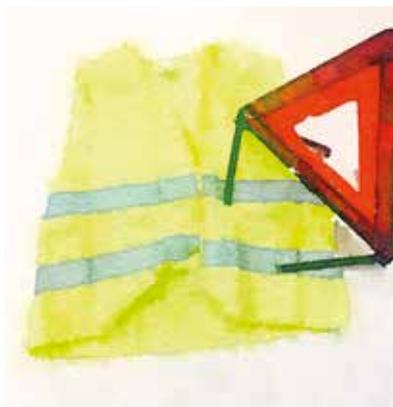


FIGURA 1

- Se impedirá que otras personas se acerquen, si persiste algún peligro (por ejemplo, si el vehículo lleva una señal anaranjada que indica el transporte de sustancias peligrosas o inflamables).
- Se impedirá que alguien fume o use un mechero cerca de la escena del accidente.
- Se cortará el contacto y se aplicará el freno de mano, si es posible, o se colocará un objeto sólido detrás de las ruedas, para impedir que el vehículo se mueva.
- El socorrista debe estar atento para detectar cualquier otro riesgo, por ejemplo, de incendio, etc.



Alerta

Situación: Se avisa a la policía y a los servicios de emergencia y se solicita ayuda.

Objetivos

Proporcionar a los servicios de policía y de emergencia toda la información sobre la situación del accidente en la carretera, así como el número y el posible estado de las víctimas, para que puedan preparar su intervención.

Definición

Se entiende por alerta el acto de informar a los servicios de emergencia sobre la presencia de una o más víctimas y la naturaleza de la asistencia que se les ha brindado. La alerta transmitida a los servicios de emergencia debe ser rápida y precisa para reducir retrasos en la prestación de ayuda. Incumbe dar la alerta a la primera persona que interviene tras el accidente o a cualquier persona presente en el lugar.

Según los países, la policía puede formar parte o no de los servicios de emergencia.

Medidas recomendadas

➤ Alertar a los servicios de emergencia.

Es necesario alertar a los servicios de emergencia cada vez que haya una o varias víctimas o que la situación presente riesgos para la seguridad de las personas. La alerta se debe dar después de evaluar rápidamente la situación y el número y el estado de las víctimas, y tras tomar las precauciones de la seguridad para las personas afectadas por el accidente vial.

Conviene aprender los números de llamada de emergencia del país en que se encuentre y utilizar un teléfono fijo o móvil, una cabina de teléfono o un teléfono de emergencia en la carretera.

↘ **Transmitir la información y responder a las preguntas que formulen los servicios de emergencia.**

- Es necesario mantener la calma y ser claro.
- Se debe escuchar con atención y responder de la manera más concisa posible.
- Se dará la siguiente información (véase la figura 2):
 - número de teléfono de contacto;
 - descripción del accidente (número de vehículos afectados, número de víctimas, problemas, etc.);
 - ubicación, de la manera más precisa posible.



FIGURA 2

En el diálogo que se entable con los servicios de emergencia pueden plantearse varias cuestiones como:

- el estado ostensible de las víctimas;
- los primeros auxilios ya aplicados;
- la presencia de riesgos persistentes.

↘ **Seguir los consejos.**

Es posible que los servicios de emergencia prefieran seguir en comunicación para aconsejar qué se debe hacer hasta su llegada. Solo se deberá colgar el teléfono cuando estos servicios lo indiquen.

Si la persona que alerta a los servicios de emergencia es un transeúnte, es necesario comprobar que esa persona:

- dispone de toda la información necesaria antes de llamar;
- ha adoptado las medidas correctas.



Una víctima sin conocimiento fuera de un vehículo

Situación: La víctima está fuera del vehículo, inerte y no responde a las preguntas, pero respira normalmente.

Objetivos

Cuando la víctima ha perdido el conocimiento, pero respira normalmente, se debe mantener la entrada de aire a las vías respiratorias, mientras se espera la llegada de los servicios de emergencia.

Definición

Se considera que una víctima está sin conocimiento cuando no habla, no responde a las preguntas y no se mueve cuando se le pide que lo haga, pero respira normalmente.

Riesgos

En el caso de pérdida del conocimiento, existe el riesgo de un paro respiratorio o circulatorio. Si la víctima ha perdido conciencia y ha quedado boca arriba, puede tener problemas respiratorios a causa de la congestión o la obstrucción de las vías respiratorias debido a:

- la presencia de fluidos en la garganta (saliva, sangre, vómito, jugos gástricos);
- el desplazamiento de la lengua hacia atrás.

Medidas recomendadas

➤ **Proteger el entorno** (*véase el capítulo sobre seguridad*).

Se debe evaluar la situación y cerciorarse de que no hay ningún riesgo para el socorrista, la víctima o los transeúntes.

➤ **Comprobar si la víctima reacciona.**

Es necesario verificar si la víctima reacciona, mediante preguntas sencillas como "¿Cómo se siente?" o "¿Puede oírme?". Se debe hablar alto y claro y sacudir suavemente el hombro de la víctima. Si no responde, procede adoptar las siguientes medidas.

➤ **Si el socorrista está solo, debe solicitar ayuda.**

Conviene solicitar ayuda a otra persona presente, que pueda alertar a los servicios de emergencia.

➤ **Se debe colocar a la víctima boca arriba**, si no está ya en esta posición.

➤ Se debe velar por despejar la entrada de aire a las vías respiratorias

Para ello, el socorrista debe:

- ponerse de rodillas junto a la cabeza de la víctima;
- colocar la mano sobre su frente;
- inclinar suavemente la cabeza de la víctima hacia atrás. Al hacerlo, la boca de la víctima se abre y se puede buscar si algo obstruye de forma obvia la respiración (si lo hubiera, es preciso extraerlo);
- colocar los dedos de la otra mano bajo el punto de la barbilla de la víctima y levantar la barbilla (véase la figura 3).



FIGURA 3

➤ Verificar la respiración.

Con la vía respiratoria despejada, se puede comprobar si la víctima respira. Para ello, el socorrista acercará la cabeza a la boca y la nariz de la víctima durante diez segundos, a fin de:

- observar el movimiento del pecho;
- escuchar los sonidos de la respiración;
- sentir el flujo de aire expulsado a través de la nariz y la boca.

Esta operación durará diez segundos como máximo. Si el pecho se levanta y se observa respiración en la víctima, significa que esta respira normalmente.

➤ Colocar a la víctima en posición de recuperación.

La posición de recuperación es una posición estable que permite que los fluidos drenen y evita que la lengua se desplace hacia atrás en la garganta.

➤ Llamar a los servicios de emergencia.

➤ Proteger a la víctima del frío, el calor y las inclemencias del tiempo.

Caso especial

Cuando se sospecha que hay un traumatismo en la columna vertebral

(por ejemplo, en el caso de un motociclista gravemente herido o alguien que ha tenido una colisión a alta velocidad), el hecho de poner a la víctima en posición de recuperación plantea un riesgo de daño a la médula espinal (parálisis). En tales casos, se debe llamar a los servicios de emergencia para recibir recomendaciones sobre lo que conviene hacer hasta su llegada. Si no se logra contactar a los servicios de emergencia, se puede colocar a la víctima en posición de recuperación, pero tratando de mantener la cabeza, el cuello y el tronco en una línea recta, y al hacerlo, debe tenerse especial cuidado de mantener la cabeza de la víctima en la posición más quieta posible. Es necesario:

- alertar a los servicios de emergencia o solicitar a alguien que lo haga;
- proteger a la víctima del frío, el calor y las inclemencias del tiempo;
- vigilar el estado de la víctima hasta la llegada de los servicios de emergencia;
- comprobar regularmente que la respiración es normal.

↘ Posición de recuperación - Método ²

1. Posicionar el brazo y estirar las piernas.

Para ello, el socorrista debe:

- ponerse de rodillas junto a la víctima;
- retirarle las gafas, si las tiene, así como los objetos voluminosos de los bolsillos (como teléfonos móviles o grandes manojos de llaves);
- estirar las piernas del herido;
- colocar el brazo de la víctima más cercano al socorrista en ángulo recto con el cuerpo, con el codo doblado y la palma hacia arriba (véase la figura 4).



FIGURA 4

2. Posicionar el brazo, la mano y la rodilla que están del otro lado.

Para ello, el socorrista debe:

- ponerse de rodillas de manera estable o en posición de trípode junto a la víctima;
- tomar el brazo de la víctima que está más lejos del socorrista, cruzarlo sobre el pecho de la víctima, y mantener el dorso de su mano contra el oído más próximo del que presta asistencia (véase la figura 5);
- mantener la mano de la víctima apretada contra su oído, juntando las palmas de ambos;
- con la otra mano, el socorrista debe tomar por la rodilla la pierna del otro lado y tirar hacia arriba, hasta que el pie quede plano en el suelo (véase la figura 6).



FIGURA 5



FIGURA 6

² El método de la posición de recuperación que se describe en esta sección es un ejemplo y puede variar de acuerdo a los métodos habituales en diferentes países.

3. Hacer rotar a la víctima hacia el socorrista.

Para ello, el socorrista debe:

- colocarse a una distancia suficiente de la víctima, cerca de su pecho, para poder ayudarlo a rotar;
- mantener la mano de la víctima apretada contra su oído, tirar de la pierna más alejada y hacer rodar la víctima hacia el socorrista, de modo que quede sobre el costado (*véanse las figuras 6 y 7*);
- retirar con cuidado la mano colocada por debajo de la cabeza de la víctima, mientras sostiene su codo con la otra mano;
- acomodar la parte superior de la pierna de la víctima de manera que tanto la cadera como la rodilla estén dobladas en ángulo recto (*véase la figura 8*);
- abrir la boca de la víctima con una mano, usando el pulgar y el índice, sin mover la cabeza, a fin de que los fluidos drenen;
- controlar y registrar los signos vitales.



FIGURA 7



FIGURA 8

4. Llamar a los servicios de emergencia.

- Si hay otra persona presente, se le pedirá que realice la llamada mientras el socorrista espera con la víctima.
- Es preciso continuar el control y registro de los signos vitales.



Una víctima sin conocimiento dentro de un vehículo

Situación: La víctima está inerte dentro del vehículo y no reacciona ante las preguntas.

Objetivo

Mantener despejadas las vías respiratorias de la víctima cuando está dentro del vehículo y ha perdido el conocimiento.

Riesgos

Si la persona se encuentra dentro de un vehículo con la cabeza inclinada hacia delante y está sin conocimiento, es posible que tenga dificultades para respirar por la obstrucción de las vías respiratorias. Cuando el aire no circula libremente, el principal riesgo es el paro cardíaco.

Medidas recomendadas

➤ **Proteger el entorno** (véase el capítulo sobre seguridad).

El socorrista debe tratar de ayudar a la víctima sin entrar realmente en el coche accidentado, por el riesgo de desactivar el airbag. Para facilitar el acceso al herido, debe inclinarse cuidadosamente en el interior del vehículo a través de la puerta o ventana más próxima a la víctima. Es preciso posicionarse cerca de la cabeza de la víctima, pero permaneciendo fuera del vehículo, por razones de seguridad.

Si para acceder a la víctima resulta indispensable penetrar en el vehículo accidentado, se debe proceder con cuidado.

➤ **Comprobar si la víctima ha perdido el conocimiento.**

Es necesario verificar si la víctima reacciona ante preguntas sencillas como “¿Cómo se siente?” o “¿Puede oírme?”. Se debe hablar alto y claro y sacudir suavemente el hombro de la víctima. Si no reacciona (véase la figura 9), procede adoptar las siguientes medidas.

➤ **Si el socorrista está solo, debe solicitar ayuda.**

Conviene solicitar ayuda a otra persona presente, que pueda alertar a los servicios de emergencia. Si no pasa nadie, el socorrista deberá llamar él mismo a los servicios de emergencia.

👉 Despejar las vías respiratorias.

Para ello, tomar la cabeza de la víctima con ambas manos, y:

- colocar una mano en la parte posterior de la cabeza, justo por encima de la altura de la nuca;
- deslizar la otra mano bajo la barbilla de la víctima;
- poner la cabeza en una posición neutral, en línea con el tronco, tirando suavemente hacia arriba. Este ligero tirón alivia a la columna cervical del peso de la cabeza. La operación ayuda a abrir las vías respiratorias (véase la figura 10);³
- mantener esta posición hasta la llegada de los servicios de emergencia.



FIGURA 9

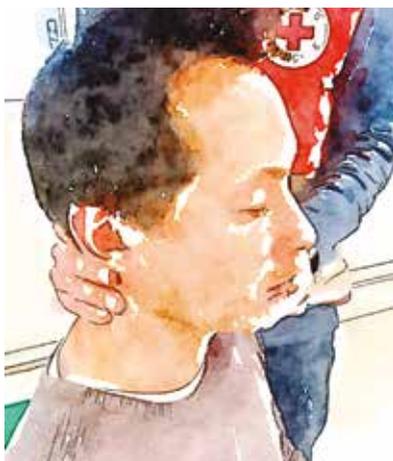


FIGURA 10

👉 Verificar la respiración.

Con la entrada de aire despejada, se puede comprobar si la víctima respira. Es necesario observar, escuchar y sentir si hay una respiración normal, y para ello:

- observar el movimiento del pecho;
- comprobar si hay sonidos de respiración.

Esta operación durará diez segundos como máximo. Si el pecho se levanta y se observa respiración en la víctima, significa que respira normalmente.

- Mantener esta posición.

³ La técnica para sostener la cabeza depende de la posición de la víctima y de la del socorrista. La figura 10 representa una de las múltiples técnicas.



Hemorragia externa grave

Situación: La víctima presenta visiblemente una hemorragia grave.

Objetivos

- Controlar la hemorragia.
- Prevenir y reducir al mínimo los efectos del choque.

Definición

Se entiende por hemorragia externa grave una pérdida abundante, visible y prolongada de sangre, por una herida o un orificio corporal, que no se detiene espontáneamente. Se considera que una hemorragia es abundante cuando un pañuelo se satura de sangre en pocos segundos y la pérdida no se detiene.

Ante una persona herida es necesario verificar que no haya hemorragia, ya que la posición de la víctima o una prenda de vestir (chaqueta, abrigo) podrían ocultarla. En tales casos, debe retirarse o cortarse la prenda.

Causas

Una hemorragia externa grave puede ser causada por un traumatismo (cristales rotos, restos de la colisión, por ejemplo, en caso de impacto frontal, objetos no sujetos en el vehículo y fractura de huesos).

Riesgos

Una pérdida abundante de sangre produce dificultades circulatorias que inmediata o muy rápidamente pueden ser mortales debido a la reducción considerable de la cantidad de sangre en el sistema.

Medidas recomendadas

➤ Proteger el entorno.

El socorrista debe protegerse para evitar cualquier contacto directo con la sangre (*véase más adelante*).

Contacto con la sangre de una víctima

La sangre puede transmitir enfermedades.

Para evitar cualquier contacto con la sangre de la víctima, la primera persona que interviene tras el accidente debe, si es posible:

- protegerse mediante el uso de guantes;
- envolverse la mano en una bolsa de plástico limpia e impermeable.

Si dicha persona entra en contacto con la sangre de la víctima sin haber tomado ninguna medida de protección, es preciso que:

- no se toque la boca, la nariz o los ojos con las manos;
- se lave las manos y se cambie de ropa antes de comer;
- se quite la ropa manchada de sangre tan pronto como sea posible tras haber brindado los primeros auxilios;
- se lave las manos o cualquier zona contaminada con la sangre de la víctima, con agua y jabón, tan pronto como sea posible;
- se desinfecte las manos o cualquier zona contaminada con la sangre de la víctima (con un desinfectante de manos a base de alcohol o una solución de hipoclorito de sodio);
- acuda al médico sin demora, si el socorrista:
 - tenía una herida, incluso muy pequeña, antes de mancharse;
 - recibió un chorro de sangre en el rostro.

➤ Localizar y evaluar la hemorragia.

➤ Si no hay ningún cuerpo extraño, aplicar una presión firme y directa

sobre la herida con los dedos o la palma de la mano, utilizando un apósito estéril o una almohadilla limpia y lisa (véase la figura 11). De ser posible, se pedirá a la víctima que ella misma aplique una presión directa.



FIGURA 11

➤ Ayudar a la víctima a acostarse.

➤ Si hay otra persona presente, se le solicitará que avise a los servicios de emergencia.

Si no hay otra persona cerca, el socorrista debe llamar a los servicios de emergencia luego de cambiar la forma de comprimir la herida, mediante:

- un vendaje de compresión (véase más adelante);
- la mano de la víctima, de ser posible.

➤ Mantener la presión directa sobre la herida hasta la llegada de los servicios de emergencia.

➤ Tranquilizar a la víctima y explicarle lo que está sucediendo.

➤ Lavarse las manos después de prestar los primeros auxilios, si es posible.

➤ Proteger a la víctima del frío o el calor.

➤ Vigilar si se manifiesta un empeoramiento del estado del herido.

➤ Vendaje de compresión - Método

- Aplicar una banda y/o vendaje largo (si está disponible, si no se puede utilizar una corbata). El cambio de la compresión manual a la compresión con el vendaje debe hacerse tan rápidamente como sea posible.
- Cubrir la herida por completo y enrollar la venda o la banda al menos dos veces alrededor de la zona de la hemorragia (véase la figura 12).



FIGURA 12



FIGURA 13

- El vendaje de compresión debe estar suficientemente apretado para detener la hemorragia, pero no tanto como para obstaculizar la circulación (véase la figura 13).
- Si el vendaje de compresión no detiene la hemorragia por completo, reanudar la compresión manual.
- No conviene utilizar un vendaje de compresión para la cabeza, el cuello, el pecho o el abdomen.

- Si hay un cuerpo extraño, se debe controlar la hemorragia presionando con firmeza en ambos lados del objeto incrustado de manera a acercar los bordes de la herida. No conviene intentar extraer el objeto. La parte donde está la herida debe elevarse por encima del nivel del corazón. Se colocará un trozo de gasa sobre la herida y el objeto.
- Si hay otra persona presente, se le pedirá que llame a los servicios de emergencia; de lo contrario, el socorrista deberá hacerlo.



Heridas

Situación: La víctima está consciente y tiene una herida.

Objetivos

Localizar la herida y prestar los primeros auxilios en función de su gravedad.

Definición

Se entiende por herida una lesión producida por la rotura de la piel, que posiblemente afecta a los tejidos subyacentes.

Causas

Las heridas son generalmente la consecuencia secundaria de un traumatismo, y están causadas por un corte, un rasguño, una mordedura o una picadura.

Riesgos

De acuerdo a su tamaño, una herida puede causar una hemorragia grave o empeorar rápidamente el estado de la víctima.

Signos

Una herida es **leve** cuando:

- se trata de un pequeño corte superficial, es un rasguño con una ligera pérdida de sangre, o no afecta a un orificio corporal o a la zona ocular.

Una herida es **grave** cuando:

- es grande y afecta a varios lugares;
- es profunda y deja al descubierto huesos, músculos y otros tejidos;
- afecta al rostro, los ojos, el cuello, el pecho, el abdomen o los genitales;
- tiene un objeto alojado dentro.

Si existe la más mínima duda, el socorrista debe considerar que la herida es grave y llamar a los servicios de emergencia

Medidas recomendadas

Si la herida es **leve**, el socorrista debe:

↘ Lavarse las manos con agua y jabón o usar desinfectante de manos si es posible, antes de prestar los primeros auxilios. Si no hay agua corriente, utilizar una botella de agua.

Si es posible, deberá ponerse guantes de protección desechables para evitar cualquier contacto con la sangre de la víctima.

↘ Limpiar la herida.

Si es posible, se debe enjuagar la herida suavemente con agua corriente limpia. Se puede utilizar una compresa para eliminar la suciedad. Si la hay, cabe pasar una toallita húmeda sin alcohol.

↘ Proteger la herida.

Se debe secar bien la zona y aplicar un apósito que cubra los bordes de la herida. El vendaje se mantendrá colocado hasta que la herida sane.

↘ Lavarse las manos inmediatamente después de brindar los primeros auxilios, de ser posible.

Si la herida es **grave**:

- **En el caso de una lesión ocular**

Se debe colocar a la víctima boca arriba, con la cabeza apoyada, y pedirle que cierre los ojos y no se mueva. Si hay un cuerpo extraño en el ojo, conviene no retirarlo.

- **En el caso de una herida abdominal**

Se debe ayudar a la víctima a colocarse boca arriba, con los muslos y las rodillas flexionados, de manera que los músculos abdominales estén distendidos y disminuya el dolor (véase la figura 14). Además se cubrirá la herida con un apósito estéril o limpio, si está disponible.

- **En el caso de una herida en el pecho**

Se debe colocar a la víctima en una posición semi-sentada, para facilitar la respiración (véase la figura 15).



FIGURA 14

↘ En todos los casos de heridas graves, procede avisar a los servicios de emergencia.

↘ Si hay un objeto en la herida, conviene no tratar de retirarlo.

↘ En el caso de herida grave, hay que vigilar los signos vitales mientras se espera a los servicios de emergencia.



FIGURA 15



Quemaduras

Situación: La víctima está consciente y presenta una quemadura.

Objetivos

Localizar la quemadura y prestar los primeros auxilios en función de la gravedad.

Definición

Una quemadura es una lesión que afecta a la piel, las vías respiratorias o el aparato digestivo.

Causas

Una quemadura puede estar causada por calor, fuego, sustancias químicas, electricidad o fricción.

Riesgos

Según su gravedad, una quemadura puede provocar dificultades circulatorias o respiratorias, dolor intenso, infección y cicatrices funcionales o estéticas.

Signos

Una quemadura es **leve** cuando:

- se trata de un enrojecimiento de la piel o una ampolla y el tamaño de la zona afectada equivale a menos de la mitad de la palma de la mano de la víctima.

Una quemadura es **grave** cuando:

- afecta a un niño menor de cinco años, o a una persona mayor o una persona que sufre de una enfermedad crónica (diabetes, cáncer, etc.);
- se sitúa en el rostro, el cuello, los ojos, los oídos, las manos, los pies, las articulaciones o los genitales;
- ha sido causada por una fuente eléctrica, sustancias químicas, radiación o vapor;
- la zona ocupada por las ampollas equivale a más de la mitad de la palma de la mano de la víctima;
- afecta a las vías respiratorias;
- cubre todo el cuello, el torso o las extremidades;
- llega a las capas profundas de la piel.

Si existe la más mínima duda, se debe considerar que la quemadura es grave y avisar a los servicios de emergencia.



FIGURA 16

Medidas recomendadas

Si la quemadura es leve, el socorrista debe:

➤ **Tratar la quemadura** con abundante agua fría (10°C-25°C o 50°F-77°F) hasta que se alivie el dolor (véase la figura 16). Si no hay agua corriente, utilice una botella de agua.

➤ **Quitar la ropa y las joyas.**

Se deben retirar con cuidado la ropa y las joyas que no estén adheridas a la piel.

➤ **Proteger la quemadura cubriéndola con un apósito o un pañuelo limpio, si está disponible.**

Si la quemadura es **grave**, el socorrista debe:

➤ **Llamar a los servicios de emergencia y seguir sus instrucciones;** si se recomienda bajar la temperatura de la zona de la quemadura, utilizar agua fría.

➤ **Colocar a la víctima en una posición adecuada:**

- ayudar a la víctima a acostarse (si la quemadura es en la espalda o en la parte posterior de las piernas, no ponerla boca arriba);
- en caso de dificultades respiratorias, ayudar a la víctima a sentarse.

➤ **Si es posible, proteger a la víctima con una sábana limpia, sin cubrir la quemadura.**

➤ **Controlar los signos vitales mientras se espera a los servicios de emergencia.**



Una víctima con un casco

Situación: La víctima es un ciclista, motociclista o acompañante y lleva un casco.

Objetivo

Determinar si conviene quitar el casco, y de qué manera, **en caso necesario**.

Nota

Si puede hacerlo, es mejor que la víctima se quite el casco por sí misma. Se aconseja a los agentes de intervención inicial que no quiten el casco de un motociclista o ciclista. Solo se lo hará si la víctima muestra signos de dificultades para respirar y/o complicaciones a nivel circulatorio (pérdida de conocimiento, paro cardíaco) y no se puede contactar a los servicios de emergencia.

Manera de quitar el casco, si es necesario

➤ **Proteger el entorno** (véase el capítulo sobre seguridad).

➤ **Si el socorrista está solo, debe solicitar ayuda.**

De este modo se puede obtener la ayuda de otra persona presente, que puede alertar a los servicios de emergencia.

➤ **Colocar a la víctima boca arriba, si no está ya en esta posición.**

➤ **Ponerse de rodillas detrás de la cabeza de la víctima** (véase la figura 17).

➤ **Levantar la visera del casco** (véase la figura 18).



FIGURA 17



FIGURA 18

➤ **Quitar las gafas de la víctima, si las lleva.**

➤ **Desprender o cortar la correa de la barbilla**

o aflojar los tornillos de fijación del casco próximos a la barbilla de la víctima, mientras se sostiene el casco con una mano.

➤ **El socorrista debe colocarse en línea con la cabeza de la víctima a una distancia suficiente** que le permita quitarle el casco sin retroceder.



FIGURA 19

➤ **Sostener el casco desde los lados del borde inferior y el dispositivo de fijación.**

➤ **Tirar con cuidado el casco en línea recta**, deslizándolo por el suelo hasta que el borde inferior de la correa de la barbilla esté bajo la punta de la nariz (véase la figura 19).

➤ **Retirar una mano para coger el borde inferior de la parte superior del casco** y deslizar suavemente la otra mano debajo de la base del cráneo de la víctima para sustentarlo (véase la figura 20).

➤ **Tirar con cuidado del casco hacia atrás inclinándolo ligeramente para no coger la nariz de la víctima.**



FIGURA 20



FIGURA 21

➤ **Al mismo tiempo, colocar suavemente la cabeza en el suelo, manteniéndola lo más recta posible** (véase la figura 21).



Detalles que conviene no olvidar

➤ ¿Cómo actuar de manera segura y proteger el entorno del accidente?

Tomar medidas de seguridad para evitar más accidentes de tráfico y reducir al mínimo el riesgo para los que prestan asistencia; garantizar la autoprotección.

➤ ¿Cómo pedir ayuda?

Informar del accidente a los servicios de emergencia y proporcionar la información pertinente.

➤ ¿Cómo evaluar el estado físico de la persona lesionada?

Comprobar las funciones del cuerpo y los signos vitales, como la conciencia y la respiración, así como las necesidades psicológicas de las personas afectadas.

➤ ¿Cómo prestar primeros auxilios en caso de lesiones graves?

Dar prioridad a las víctimas que han perdido el conocimiento, actuar con precaución para evitar el contacto con los fluidos corporales y controlar la pérdida de sangre visible y despejar la entrada de aire a las vías respiratorias.

➤ ¿Cómo mejorar las prácticas de seguridad vial?

Usar material reflectante, llevar un casco; abrochar los cinturones de seguridad; respetar los límites de velocidad; no conducir bajo los efectos del alcohol.

Precaución necesaria en la carretera

Se debe respetar a los demás y observar las normas de tráfico. Se recomienda abrochar siempre el cinturón de seguridad. Los peatones deben usar material reflectante. Los motociclistas y ciclistas deben llevar cascos y ropa de protección de alta visibilidad.

En el caso de un accidente de carretera:



1 Dar total prioridad a la seguridad, para el socorrista, la víctima y las personas presentes en el lugar.



2 Llamar para pedir ayuda y seguir los consejos impartidos.



3 Tomar medidas que pueden salvar vidas y prestar apoyo psicológico.



Asociación Mundial para la Seguridad Vial
Apartado postal 303
17 chemin des Crets
CH-1211 Ginebra 19
Suiza

Tel: +41 22 730 4249
Fax: +41 22 733 0395



Para más información sobre el modo de unirse a la Asociación Mundial para la Seguridad Vial, visite nuestra página web www.grsroadsafety.org