

## Introducción a los Primeros Auxilios Básicos

Por el año de 1.986, se formula una propuesta al proyecto HOPE de los Estados Unidos, para la realización de un programa de capacitación, operativo y técnico, con la intención de formular un sistema para la atención de las emergencias médicas en Costa Rica.

Para el año de 1.987, se firmó un convenio interinstitucional entre Comisión Nacional de Emergencias, Ministerio de Salud, Caja Costarricense del Seguro Social, Universidad de Costa Rica, Colegio de Médicos y Cirujanos, Cruz Roja Costarricense y el proyecto HOPE. Conjuntamente con la Agencia Internacional del Desarrollo de los Estados Unidos (A.I.D.) y el presidente de la república Dr. Oscar Arias Sánchez.

Se logra la creación de un Sistema Nacional para la atención de Emergencias. El programa Nacional de Emergencias Médicas (PRONEM), instauro una pirámide de niveles de capacitación de la siguiente forma.

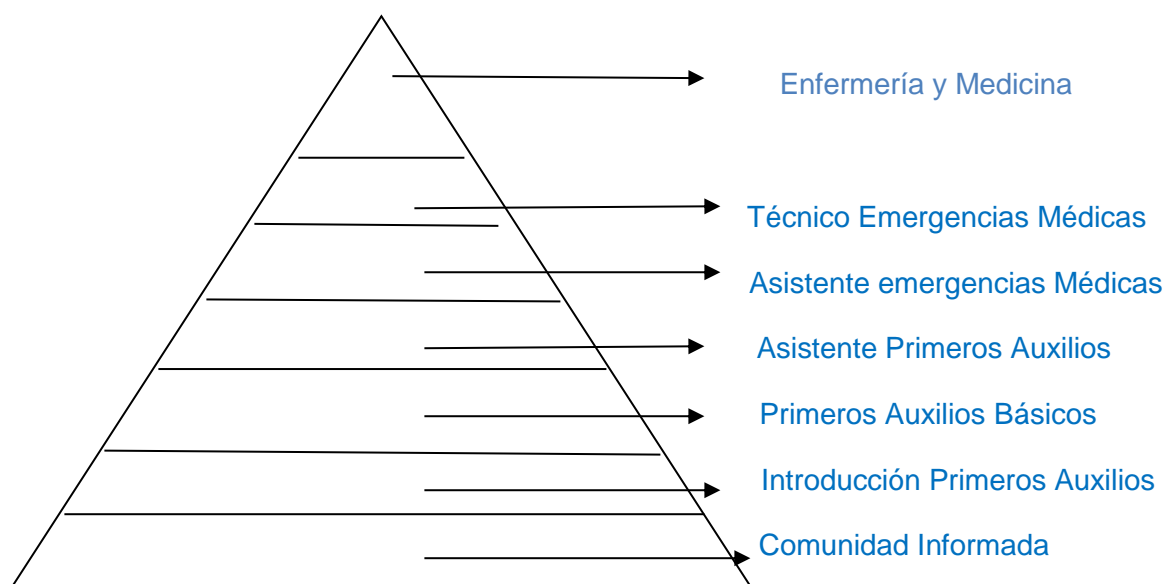


Figura # 1.

Los números para activación del sistema de emergencias responde al sistema 9-1-1 de la Comisión Nacional de Emergencias y el I.C.E., este a su vez distribuye la llamada a la institución requerida, como: Policía, Bombero, Cruz Roja, Etc.

## 1.1- Aspectos Legales y Éticos.

Dentro del marco profesional se ha elaborado una ley que regula los cuidados que deben darse a un víctima en caso de emergencia, antes de ser llevado a un centro médico, es decir a nivel pre hospitalario. Es por ello que usted como conocedor de Primeros Auxilios debe estar preparado en los Aspectos Legales y Éticos que orientan su actuación.

### 1.1.1- Estándar de Cuidados:

Define de una manera concisa las actividades y situaciones, de las cuales es responsable cualquier persona conocedora de Primeros Auxilios.

### 1.1.2- Deber de Actuar:

Es el deber de asistir a una víctima, cuando no haya personal más capacitado en el lugar de la emergencia.

### 1.1.3- Consentimiento:

Es la aceptación, acuerdo, aprobación o autorización, para que se dé la atención a una víctima. Existen tres formas de consentimiento.

**a) Actual:** Es cuando la víctima acepta ser atendido. La víctima está orientada y consciente de su decisión.

**b) Implícito:** Es la facultad de asistir a una víctima inconsciente, confundido, severamente lesionado, con retardo mental o menor de edad, que no puede tomar decisiones. En este caso se asume hubiera deseado que se le atendiera.

**c) Explicito:** Es cuando se solicita permiso al encargado legal o familiar para asistir a una víctima inconsciente, confundido, severamente lesionado, menor de edad o con retardo mental.

### 1.1.4- Imprudencia:

Aplicar técnicas o procedimientos para los cuales no ha sido capacitado.

### 1.1.5- Inmunidad:

Es el derecho y privilegio, que se tiene para trabajar de acuerdo a su nivel y al máximo de su capacidad, sin que nadie realice acciones legales en su contra.

**1.1.6- Negligencia:**

Descuido o indebida aplicación de los conocimientos al momento de desempeñarse.

**1.1.7- Abandono:**

Al ayudar a alguien en una emergencia médica o a un lesionado de un accidente, ha iniciado legalmente su cuidado. En caso de que usted se retire de la escena antes de entregar a la víctima a personal más capacitado, usted lo ha abandonado y puede estar sujeto a acciones legales en contra suya.

**1.1.8- Confidencialidad:**

Luego de dar atención a una víctima, usted no debe comentar los detalles del suceso, ni debe decir el nombre de las personas que atendió. Si hace esto, invade la privacidad de la víctima.

**1.1.9- Rechazo:**

Algunas veces puede que el paciente no acepte ser atendido, a pesar de su extrema necesidad de ayuda. Cualquier adulto está en el legítimo derecho de decir tal cosa.

En cualquier caso de urgencias se debe recordar que su responsabilidad es atender a personas que necesitan ayuda y debe tener presente que si no cumple con su misión, se expone a acciones legales en su contra.

**1.1.10- Ética.**

Según la ley general de salud de Costa Rica 5395 del 30 de Octubre, 1973, la atención de emergencias médicas es un campo que incluye, tanto deberes como restricciones; a saber:

- a) Actúe con el máximo de sus capacidades de acuerdo con sus conocimientos, recuerde que su principal objetivo es brindar atención a quien así lo requiera.
- b) Con el fin de evitar duplicidad de esfuerzo, contradicciones y conflicto en las relaciones con los demás, cuide de no atribuirse funciones que no le

corresponden y más aún sí en la escena se encuentra personal más capacitado que usted.

- c) Tome las precauciones del caso en la atención de la víctima, actúe de manera que no cause demoras injustificadas.
- d) No acepte dadas, obsequios o recompensas que le ofrezcan como retribución a sus funciones.
- e) Ante todo trate de conocer al hombre (género) como tal, sus debilidades y fortaleza, no actúe de mala fe, sino con objetividad.

## 1.2- Anatomía Básica del Cuerpo Humano.

El cuerpo humano se divide en cinco regiones: Cabeza, Cuello, Tronco, Extremidades superiores y Extremidades inferiores.

**1.2.1- Cabeza:** Cráneo, (cubre el cerebro), Cara, Mandíbula.

**1.2.2- Cuello:** En la parte anterior localizamos: la faringe, laringe y tráquea. En la parte posterior se encuentran las vértebras cervicales.

**1.2.3- Tronco:** Tórax, (esternón, apéndice xifoides y costillas), Abdomen y Pelvis.

**a) Esternón:** Es el hueso, o estructura ósea, que une las costillas en la parte frontal del tórax.

**b) Apéndice xifoides:** Recibe también el nombre de Apófisis o proceso Xifoides. Es la prominencia ósea que se curva hacia adentro en el extremo inferior del esternón.

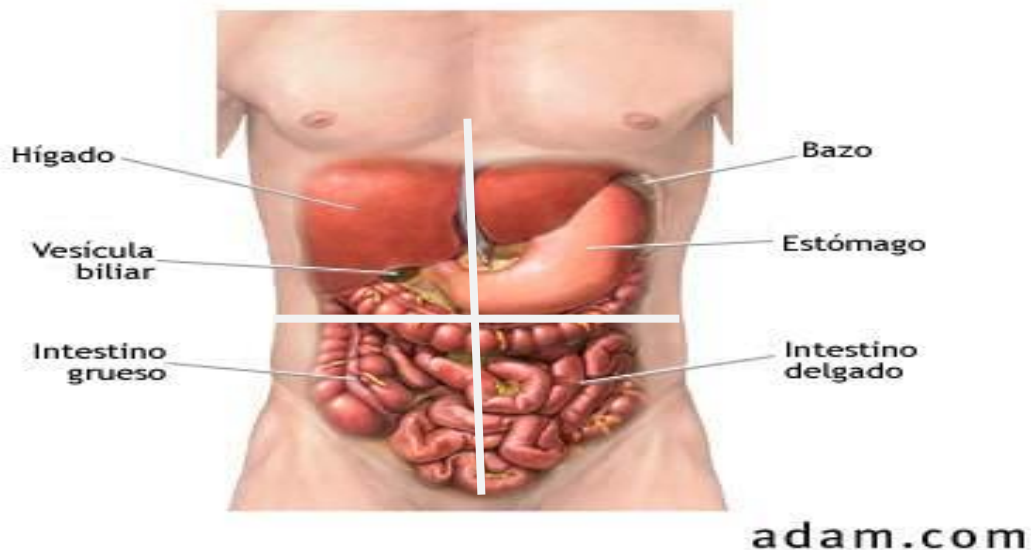
**c) Costillas:** Conjunto de huesos largos y encorvados que dan forma peculiar al tórax.

**d) Cuadrantes Abdominales:** Tomando como referencia la cicatriz umbilical



(Ombligo) imaginamos una línea que atraviere en forma vertical y otra en forma horizontal, se divide en cuatro secciones, por su ubicación se conocen como cuadrantes superior derecho e izquierdo, inferior derecho e izquierdo de acuerdo con los lados del paciente y no los suyos.

Figura # 2. Tomada de [www.adam.com](http://www.adam.com)



Los órganos del sistema digestivo en la cavidad abdominal son: el hígado, la vesícula biliar, el estómago, el intestino delgado y el intestino grueso.

**1.2.4- Extremidades Superiores:** Hombro, Brazo, Codo, Antebrazo, Muñeca, Mano, Dedos

**1.2.5- Extremidades Inferiores:** Cadera, Muslo, Rodilla, Pierna, Tobillo, Pie, Ortejos.

### **1.3- Posiciones Anatómicas.**

Tomando como base el centro de nuestro cuerpo dividimos las extremidades en tres aéreas proporcionales:

**1.3.1- Proximal:** se interpreta como la región corporal más próxima al centro de nuestro cuerpo.

**1.3.2- Medial:** se interpreta como la región corporal ubicada al medio del centro de nuestro cuerpo.

**1.3.3- Distal:** se interpreta como la región corporal más distante al centro de nuestro cuerpo.

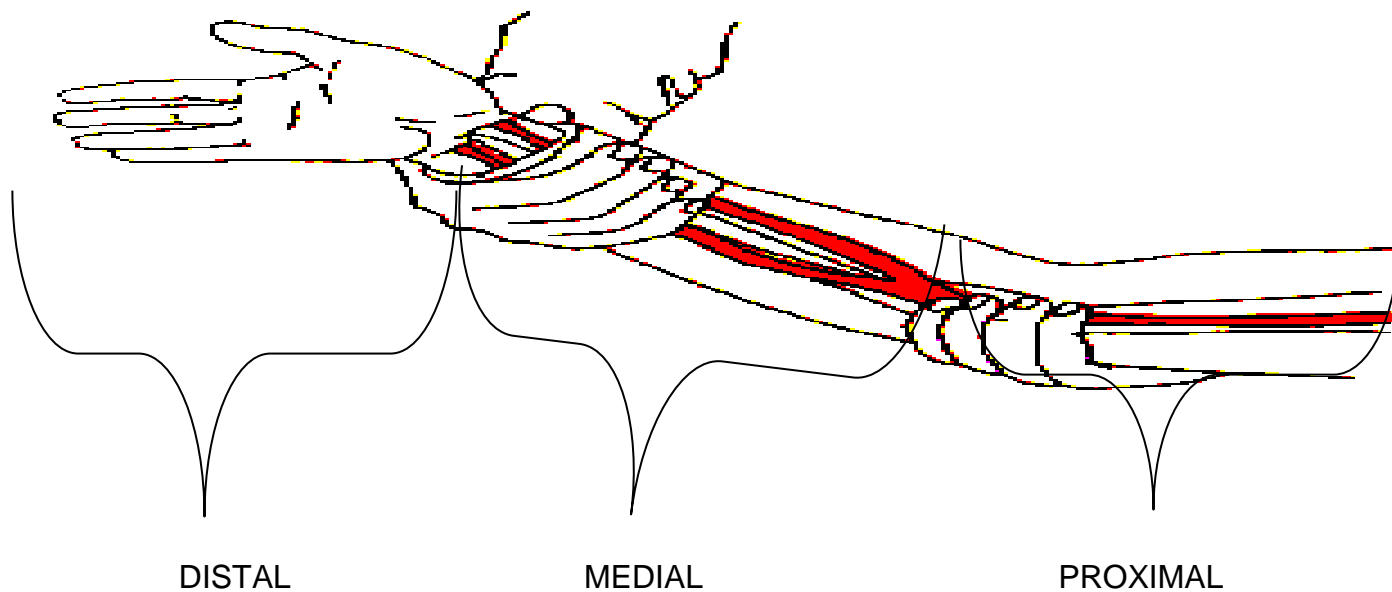


Figura # 3. Tomada de [www.dibujosmedicos.com](http://www.dibujosmedicos.com)

**1.3.4- Posición Supina:** se determina como la posición corporal boca arriba.



Figura # 4. Tomado de [www.dibujosmedicos.com](http://www.dibujosmedicos.com)

**1.3.5- Posición Prona:** se determina como la posición corporal boca abajo.



Figura # 5. Tomado de [www.imagenesmedicas.com](http://www.imagenesmedicas.com)

**1.3.6- Posición Cubito Lateral:** se determina como la posición corporal de medio lado sea este derecho o izquierdo.



Figura # 6. Tomado de [www.dibujosmedicos.com](http://www.dibujosmedicos.com)

## 1.4- Sistemas Corporales.

El cuerpo humano se compone de diversos sistemas corporales en el presente apartado conoceremos cinco de ellos.

### 1.4.1 Sistema Circulatorio.

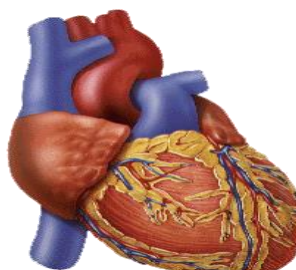
Este sistema tiene una función muy importante, mantener la sangre en constante movimiento. La circulación se produce por el impulso que le da el corazón a la sangre al contraerse.

Lo forma las siguientes estructuras:

- a) El Corazón: Este órgano se encuentra en la parte central e izquierda del tórax, entre los pulmones y el diafragma. Está constituido por un músculo hueco, dividido en cuatro cavidades separadas por tabiques, dos superiores llamadas aurículas y dos inferiores; ventrículos, cuatro válvulas llamadas Mitral, tricúspide y dos semi lunares.
- b) Arterias: Son conductos (vasos) que salen del corazón, se ramifican y reparten la sangre con nutrientes y oxígeno a todas las células del cuerpo. las arterias principales son: la aorta y la pulmonar.
- c) Venas: Son los conductos (vasos) por donde regresa por gravedad la sangre al corazón, transportando el dióxido de carbono y el vapor de agua. Las principales son: venas cavas y venas pulmonares.
- d) Capilares: Son conductos (vasos) muy finos, agrupados en forma de red y distribuidos en todo el cuerpo. Los capilares surgen de la división de las arterias y al unirse forman las venas. A través de las paredes de los capilares se realiza el intercambio gaseoso entre la sangre y los tejidos.

Figura # 7

Tomado de [www.dibujosmedicos.com](http://www.dibujosmedicos.com)





### 1.4.2 Sistema Respiratorio.

Este sistema tiene la función de introducir el aire en el organismo un 21% de este es oxígeno, tomar el oxígeno, llevarlo a la sangre y expulsar el dióxido de carbono y vapor de agua que ha recogido de las células, realizándose el intercambio gaseoso en los alveolos. (Pequeños racimos conformados por vasos capilares arterias y venas agrupados en los pulmones donde se realiza el intercambio gaseoso.)

Se ubican en el tórax a los lados del corazón; está constituido por pulmones y las vías respiratorias superiores e inferiores.

- a) Vías Superiores: Boca, Nariz, Faringe.
- b) Vías Inferiores: Tráquea, Bronquios, Pulmones.

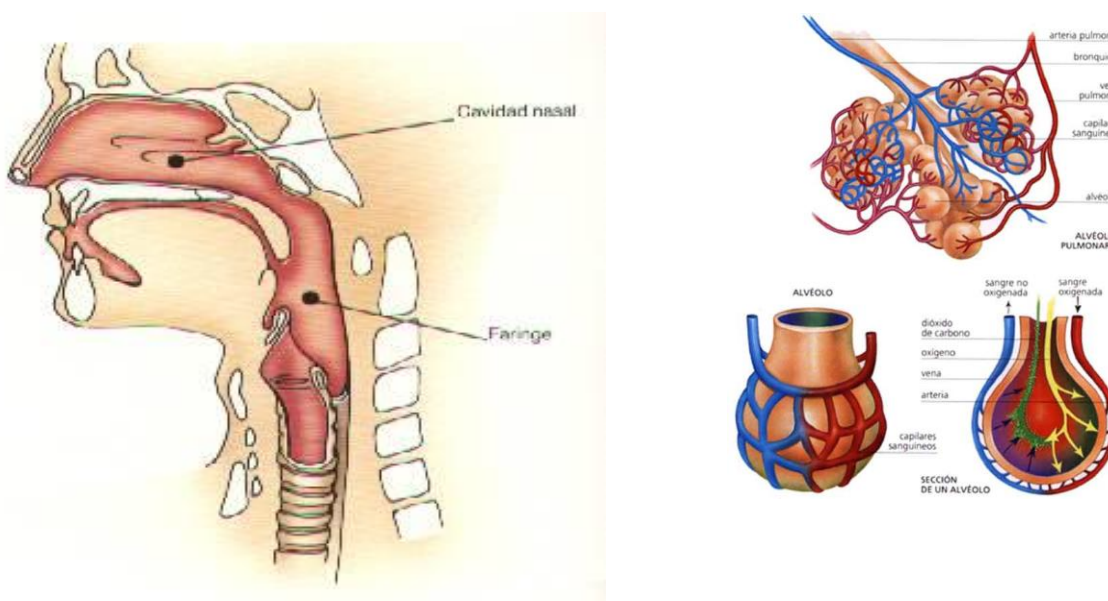


Figura # 8. Tomado de [www.dibujosmedicos.com](http://www.dibujosmedicos.com)

### 1.4.3- Sistema Esquelético

Para su estudio el sistema esquelético se clasifica en dos partes:

- a) Axial: Huesos del tronco. (cabeza, cuello, abdomen, pelvis.)
- b) Apendicular: Extremidades superiores e inferiores.

Superiores: hombro, brazo, antebrazo, muñeca, mano, dedos.

Inferiores: muslo, pierna, pie, Ortejos.

Es el encargado del sostén y protección del cuerpo.

Formado por 206 Huesos.

Las funciones más importantes son:

- Fijar los músculos del cuerpo.
- Proteger y servir de apoyo a los órganos internos
- Dar forma y servir de sostén al cuerpo
- Servir al cuerpo de almacén.

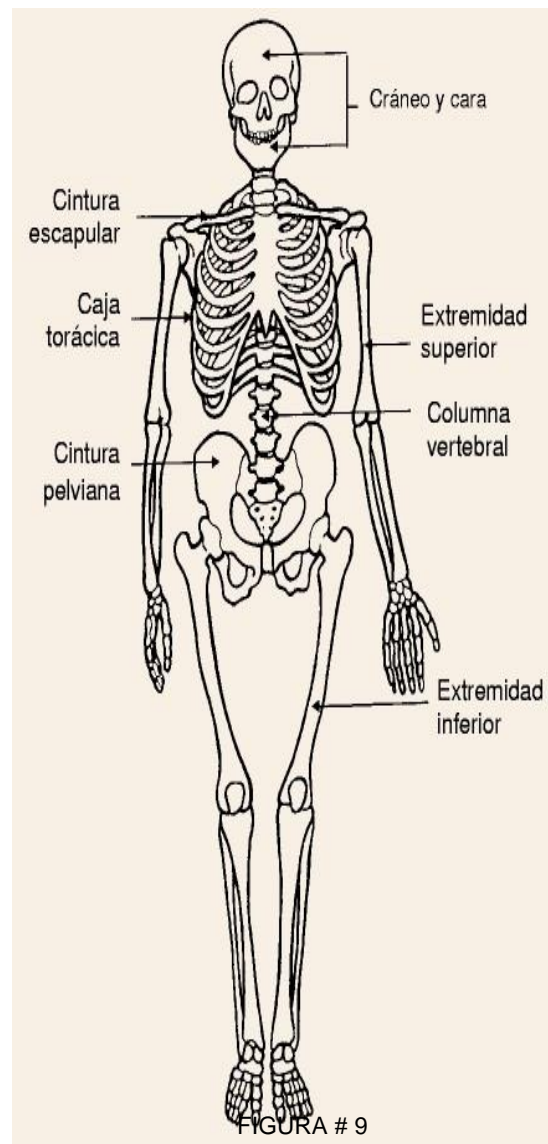


FIGURA # 9

Tomado de [www.dibujosmedicos.com](http://www.dibujosmedicos.com)

### 1.4.4- Sistema Muscular.

El sistema muscular está formado por 636 músculos, sus funciones se derivan de sus propiedades, las cuales son:

- a) Elasticidad: permite al músculo estirarse por medio de un estímulo.

- b) Excitabilidad: Es una propiedad común de las células, es la respuesta de los músculos a los estímulos.
- c) Contractibilidad: Propiedad de contraer por medio de estímulo y luego volver a su tamaño.

Funciones principales:

Revestir el sistema óseo

Dar forma al cuerpo

Producir el movimiento.

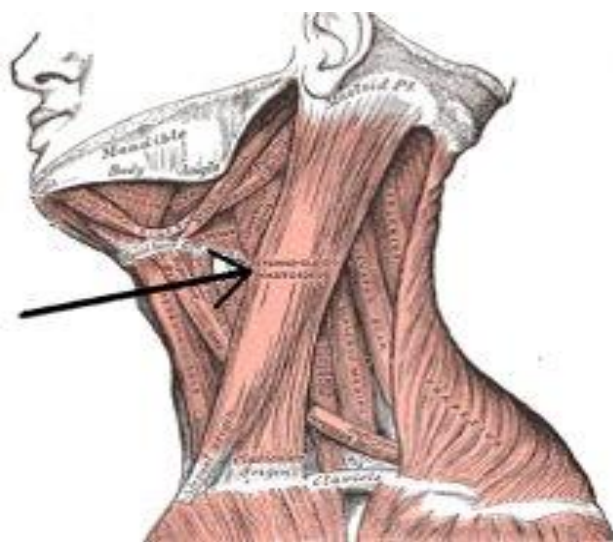


FIGURA # 10

Tomado de [www.imagenessmedicas.com](http://www.imagenessmedicas.com)

#### 1.4.5- sistema Tegumentario (o Piel)

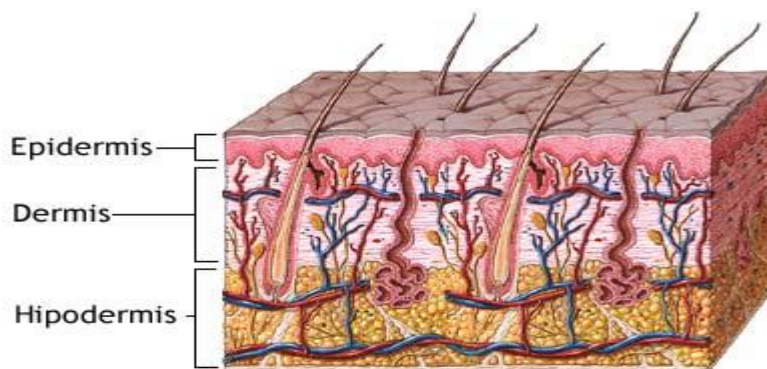
Es el mayor y más importante órgano con que cuenta el ser humano, conocer su estructura y sus funciones le ayudarán a detectar los riesgos y las consecuencias a que está expuesta. La piel es una barrera física protectora, excretora y reguladora para todos los tejidos que están bajo ella. Se compone de dos capas:

- a) Epidermis: Está formada por cuatro capas de células. En las dos primeras hay células muertas y en las otras dos más profundas se encuentran las células que contienen melanina, que dan el color a la piel de cada persona.
- b) Dermis: Es más gruesa que la epidermis. Está formada principalmente por un tejido conjuntivo cuyo grosor o densidad proporciona resistencia y elasticidad, y al igual que la epidermis está formada de distintas capas.
- c) Hipodermis: suele recibir el nombre de tejido graso. Su espesor depende parcialmente del lugar donde se encuentre.

#### Funciones de la Piel:

- Protectora: ampara y protege los tejidos que están bajo de ella. Primera línea del cuerpo
- Excretora: le ayuda al cuerpo a deshacerse de los materiales de deshecho.
- Reguladora: se encarga de regular la temperatura del cuerpo, por medio del sudor.

Figura # 11 tomado de [www.adam.com](http://www.adam.com)



ADAM.