




## Protocolo de atención en caso de lesiones músculo esqueléticas



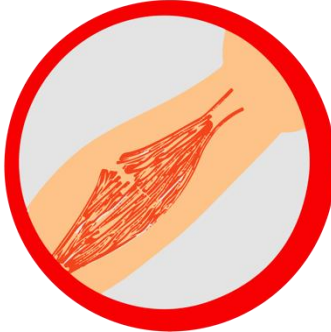

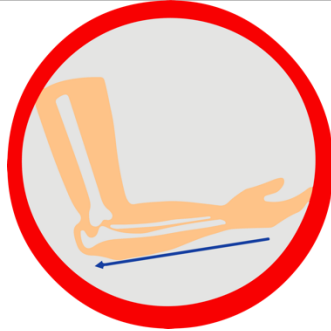


En el siguiente recurso se abordará la temática relacionada con el protocolo de atención en caso de: fractura, esguince y luxación. Es importante saber cómo reconocer las lesiones óseas, articulares y musculares, dentro de las más frecuentes están las contusiones, esguinces, luxaciones y fracturas.

Antes de continuar, es importante aclarar las estructuras anatómicas que conforman el sistema osteoarticular, ellas son:

<b>Estructura</b>	<b>Función</b>	<b>Imagen</b>	<b>Posible lesión por trauma</b>
Huesos.	Estructuras rígidas que soportan el cuerpo.		Fractura.



Músculo esquelético.	Fibras de músculo con movimiento voluntario.		Desgarro.
Ligamentos.	Une los huesos.		Esguince.
Articulaciones.	Unión de dos o más huesos.		Luxación.



Para identificar este tipo de lesiones se utiliza la palabra **DIAS**:

D = Deformidad.

I = Inflamación.

A = Herida abierta.

S = Sensibilidad al tacto.



[This Photo](#) by Unknown Author is licensed under [CC BY-NC-ND](#)

### **Cómo actuar en contusiones, desgarros, esguinces y luxaciones**

1. Descubra la lesión y aplique **CAFE**: **C**ompresión, **A**nalgesia, **F**río, **E**levación.
2. Llame al 9-1-1.

Si tiene dudas, atienda la lesión como una **fractura**.

Vea y palpe la lesión.

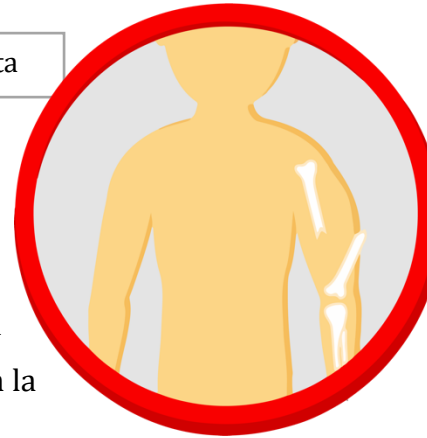


## Fracturas

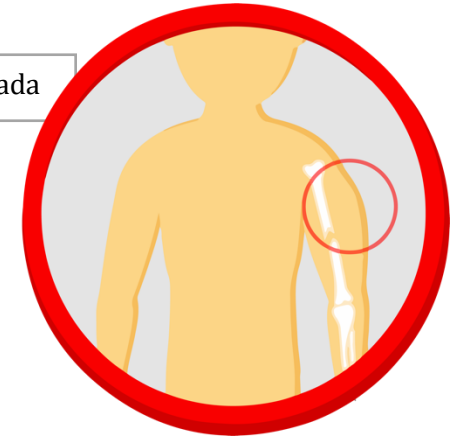
- **Cerradas:**

- No hay exposición del hueso con el medio ambiente.
- La piel está intacta.

Abierta



Cerrada



- **Abiertas (Expuestas):**

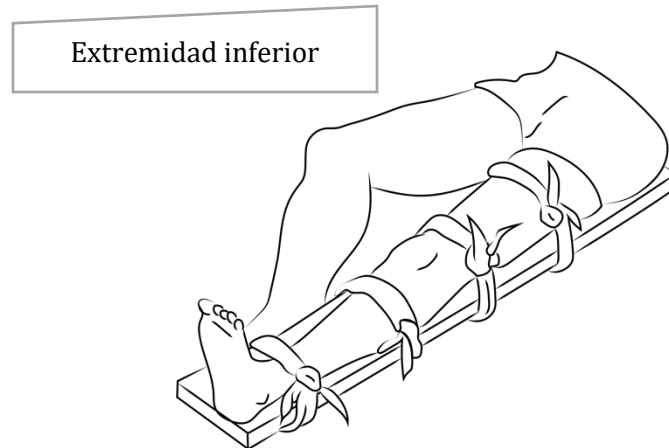
- El hueso fracturado sobresale hacia el exterior a través de una herida o bien existe una herida en la misma zona de la fractura.

Los huesos están rodeados por tejidos blandos como arterias y venas, nervios y piel. Las lesiones a estos tejidos causadas por la fractura pueden ser más severas que la fractura en sí. Por este motivo, se debe seguir el siguiente protocolo de atención:

- No intente reintroducir el hueso.
- Evite el movimiento: inmovilice la zona.
- Cubra la herida y el hueso con un apósito húmedo estéril (si puede humedecerlo con solución fisiológica estéril, mejor).
- Llame al 9-1-1.



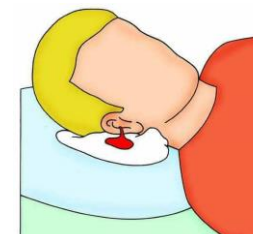
El protocolo de atención en caso de fracturas cerradas es la inmovilización, para esto se utilizan férulas que son estructuras rígidas las cuales evitan el movimiento de la extremidad afectada, como se muestra en las imágenes:



## Fractura de cráneo

Por lo general son causa de una caída, accidente o golpe fuerte en la cabeza. Los signos y síntomas de una posible fractura son:

- Dolor en el lugar de la lesión.
- Deformidad en el cráneo.
- Drenaje de un líquido transparente o sanguinolento por los oídos o nariz.



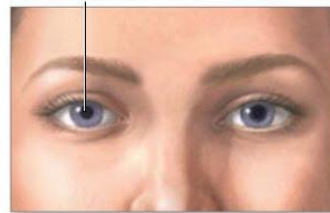
[This Photo](#) by Unknown Author is



- Hematomas alrededor de los ojos o detrás de las orejas.



- Cambios en las pupilas (ver imagen).



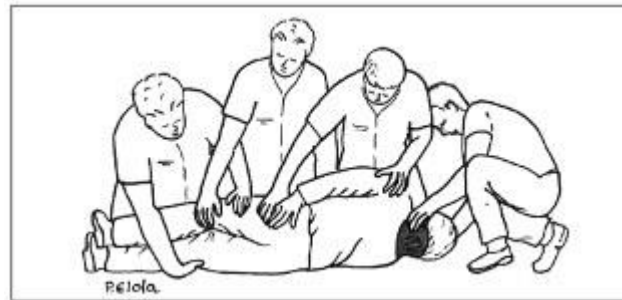
This Photo by Unknown Author is licensed under [CC BY-NC-ND 4.0](#) via [iStockphoto.com](#)

- Hemorragia profusa en el cuero cabelludo.
- Herida penetrante en el cráneo.
- Pérdida o alteración del estado de conciencia.



## Primeros auxilios en fractura de cráneo

- Active el 9-1-1 con urgencia.
- Controle la respiración e intervenga si es necesario.
- Estabilice la cabeza y el cuello para evitar los movimientos (ver imagen).
- Controle cualquier hemorragia aplicando presión alrededor de los bordes de la herida si hay fractura de cráneo.
- Si la víctima vomita, gírela hasta que quede de costado para mantener despejada la vía aérea, moviendo el cuerpo, la cabeza y el cuello como una unidad (movimiento en bloque con alineación de cabeza).

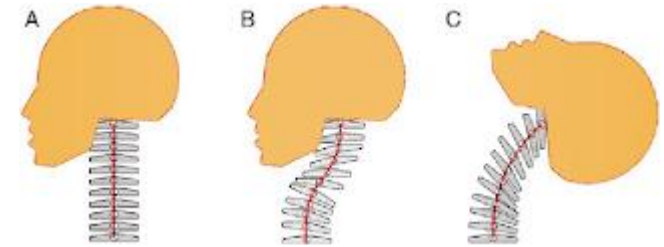






## Lesión de columna

En la columna vertebral, como se ve en la imagen se aloja la médula espinal, el cual es un cordón nervioso que sale del cerebro y transmite los impulsos eléctricos hacia el cuerpo. La información que viaja a través de la médula es información que permite mover los músculos y sentir por ejemplo el dolor.



[This Photo](#) by Unknown Author is licensed under [CC BY-SA](#)

Sospeche una lesión de columna vertebral si la víctima ha sufrido:

- Un accidente con intercambio de fuerzas violentas.
- Traumatismo de cráneo con alteración del estado de conciencia.
- Traumatismo en tórax y/o abdomen.
- Fractura de cadera y/o fémur.
- Lesiones por arriba de las clavículas.
- Caídas de altura.
- Accidentes automovilísticos o de motocicleta.





Algunos síntomas de lesión espinal son:

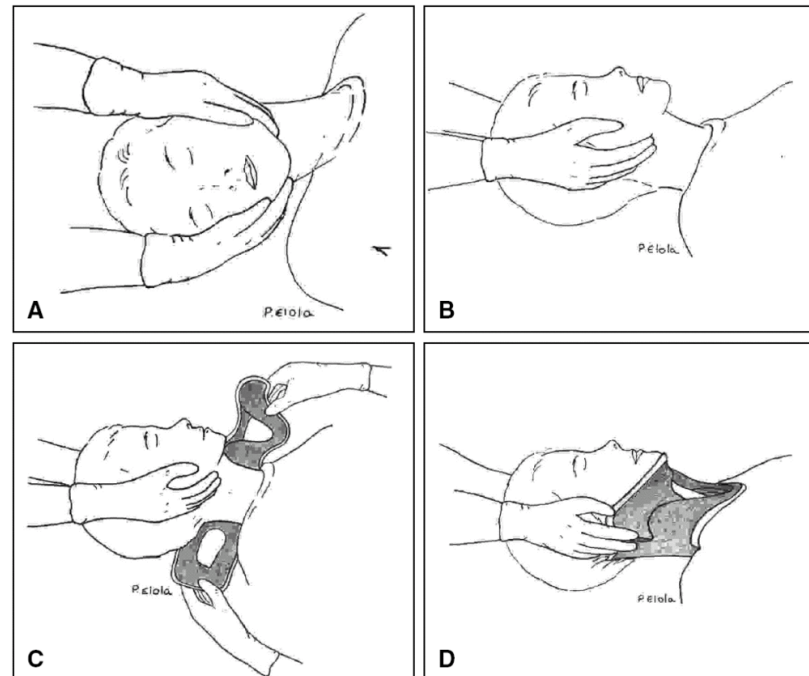
- Dolor en el cuello.
- Impotencia funcional en el cuello.
- Náuseas, vómitos y mareos.
- Debilidad, ardor y parálisis en las extremidades.
- Pérdida de control de esfínteres.



## Primeros socorros en lesión de columna

Al socorrer a una persona que ha sufrido una caída es importante considerar si el golpe ha sido local o en varias zonas. Si la persona se encuentra inconsciente se debe sospechar de lesión cervical hasta que se demuestre lo contrario. En este caso un movimiento excesivo en el cuello puede agravar el daño neurológico.

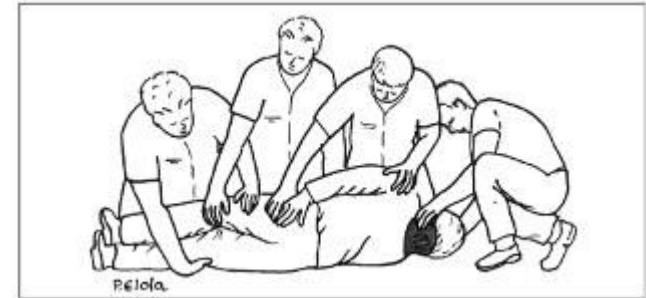
Se debe procurar entonces que el cuello de la persona esté en posición neutral. Una vez estabilizado el cuello se debe de realizar la revisión primaria y secundaria.





- Pida a la víctima que no se mueva, y evite moverla o que alguien la mueva, salvo que su vida esté en riesgo directo (no respira o tiene hemorragias graves).

- En ese caso, muévala asegurando la estabilidad de la cabeza, alineándola y utilizando las técnicas de movimiento en bloque, como se muestra.



- Evaluación primaria para verificar si la persona está consciente y respira; si no respira, inicie RCP.
- Si vomita, gírela en bloque con alineación de cabeza.
- Si la víctima respira, manténgala boca arriba sosteniendo la cabeza.
- Llame al 9-1-1.
- Si existe sospecha de lesión espinal y existe compromiso neurológico se debe mantener estabilizada la cabeza de la persona y solicitar asistencia especializada.



## Fracturas costales

La persona lesionada puede presentar estos síntomas después de un golpe, caída e inclusive episodios de tos severos.

- Dolor localizado con el movimiento respiratorio.
- Dolor a la palpación.
- Deformidad o tórax inestable.

## Cómo actuar en caso de sospecha de fractura de costillas

- Inmovilice. Se puede usar el propio brazo de la víctima con un cabestrillo.
- Administre analgésicos, según prescripción médica.
- No use vendajes que rodeen el tórax, porque restringen el movimiento torácico y limitan la ventilación.
- Comuníquese con el 9-1-1.



Las lesiones músculo esqueléticas puede incluir problemas en diferentes estructuras, por lo que ante la duda las trataremos como fracturas, en cuyo caso el protocolo de atención es inmovilizar el área afectada, colocando una férula o dispositivo rígido para restringir el movimiento y disminuir el dolor.

Los casos más severos son las lesiones en cráneo o en columna, en caso de que se enfrente antes estos escenarios es mejor alertar al 9-1-1 y trasladar, sin movilizar a la persona.