

Primeros Auxilios

¿Qué son los primeros auxilios?

Son aquellas medidas inmediatas que se toman en una persona lesionada, inconsciente o que se enferma de repente, en el sitio donde ha ocurrido el incidente (escena) y hasta la llegada de la asistencia del servicio de emergencia.

¿Porque es importante aprender a brindar los primeros auxilios?

Porque al aprender sobre como se brindan los primeros auxilios aprendemos a afrontar cualquier urgencia médica que surja en el hogar. Tomar un curso de primeros auxilios te ayudará a saber qué hacer con tu hijo(a) en un momento crítico.

Entidades que ofrecen el curso de primeros auxilios

La Cruz Roja Americana- [787-758-8150](tel:787-758-8150) PO Box 9021067 San Juan, PR 00902-1067

Asociación Americana del Corazón- <https://www.heart.org/en/afiliates/puerto-rico/puerto-rico>

Ejemplo de emergencias que ocurren en el hogar y pueden requerir primeros auxilios

Picaduras, mordeduras, alergias, fiebre, heridas en la piel, lesiones en los ojos, fracturas, que maduras, sangrados nasales, convulsiones, etc.

Debes contar con un botiquín de primeros auxilios

El botiquín de primeros auxilios nos proveerá el equipo y los materiales necesarios para brindar el auxilio que el niño(a) necesitará cuando surja la emergencia. Debe estar equipado y en un lugar de accesible fuera del alcance de los niños. Una revisión mensual de su botiquín es necesaria para, asegurar que el mismo cuente con el equipo y los materiales necesarios para brindar los primeros auxilios.

Equipos y materiales deben estar en el botiquín de primeros auxilios:

- **Equipo:** Tijeras, pinzas, termómetro digital, inmovilizador de dedo, pito, linterna pequeña, radio de baterías.
- **Materiales:** Agua, "hand sanitizer", jabón líquido, papel toalla, guantes desechables no porosos de nitrilo, toallas desechables, antisépticos, cinta para vendajes, gasas estériles, esparadrapos, rollo de gasa flexible para sujetar gasas individuales, vendajes {curitas} adhesivo de diferentes tamaños, vendaje elástico, vendaje triangular (para cabestrillo), impermeables, parchos o vendajes para los ojos, bolsas plásticas, bolsas para hielo, bolígrafo o lápiz, libreta para anotar, número de teléfono del centro de ayuda para Envenenamiento :1-800-222-1222.

En caso de una emergencia:

- No muevas al niño(a) si no es necesario. Puedes provocarle más daño si lo mueves.
- Mantén la calma y tranquiliza al niño(a).
- Si la emergencia se debe a que no se ha administrado un medicamento anteriormente prescrito por el médico, procede a administrarlo según instrucciones ofrecidas por el médico.
- Si el accidente o condición médica es severa, comunícate con emergencias médicas al 9-1-1.

Referencias:

American Heart Association. (2017). Heartsaver Primeros Auxilios con RCP y DEA (Segunda edición). Texas, Estados Unidos.

American Academy of Pediatrics. (2017). Guía de primeros auxilios para padres y encargados del cuidado de los niños.

<https://www.healthychildren.org/Spanish/safety-prevention/at-home/Paginas/first-aid-guide.aspx>