

**GRUPO DE APOYO Y RESPUESTA A EMERGENCIAS
Y TAREAS CRITICAS
GAREC**



**SISTEMA INTEGRAL DE GESTION DEL RIESGO EN
LA PREVENCIÓN DE EMERGENCIAS**

**CARTILLA
“SOPORTE VITAL BASICO – PRIMEROS AUXLIOS MODULO I”**

**ELABORADA POR
Profesionales en emergencias equipo GAREC**

REVISADO Y APROBADO POR
Ing. Richard Eduardo Leiva Rojas
Líder nacional producto GAREC

COLOMBIA, 2023

 Enero 2023	GRUPO DE APOYO Y RESPUESTA A EMERGENCIAS Y TAREAS CRITICAS - GAREC SISTEMA INTEGRAL DE GESTION DEL RIESGO EN LA PREVENCIÓN DE EMERGENCIAS	 DOC-CART-001-V1
---	--	--

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	2
1. OBJETIVO	2
2. CONTENIDO	3
2.1. ASPECTOS LEGALES EN LA PRESTACION DE PRIMEROS AUXILIOS	3
2.2. PRINCIPIOS FUNDAMENTALES	3
2.3. BOTIQUÍN	3
2.4. DEFINICIÓN DE PRIMEROS AUXILIOS	6
2.5. OBJETIVOS DE PRIMEROS AUXILIOS	6
2.6. EVENTOS DE APARICIÓN SÚBITA	7
2.7 SIGNOS VITALES	15
3. GLOSARIO	20
4. BIBLIOGRAFIA	21

INTRODUCCIÓN

Esta cartilla nos ayuda a identificar un conjunto de maniobras (destrezas, técnicas) aceptadas para la atención inicial, inmediata y efectiva (de emergencia) y cuidado posterior de una persona (incluye su estado físico, emocional/psicológico), como primer auxilio, conocer su definición, objetivos y que el participante tenga acceso a la información necesaria como apoyo y material de ayuda con respecto al temario recibido durante su participación en la capacitación.

1. OBJETIVO

Capacitar y entrenar a la brigada de emergencias y personal afiliado a ARL AXA COLPATRIA en las técnicas básicas de Soporte Básico Inicial para atención de lesionados.

 Enero 2023	GRUPO DE APOYO Y RESPUESTA A EMERGENCIAS Y TAREAS CRITICAS - GAREC	 DOC-CART-001-V1
	SISTEMA INTEGRAL DE GESTION DEL RIESGO EN LA PREVENCIÓN DE EMERGENCIAS	

2. CONTENIDO

2.1. ASPECTOS LEGALES EN LA PRESTACION DE PRIMEROS AUXILIOS

Constitución Política de Colombia Art 95 Numeral 2: Obrar conforme al principio de solidaridad social, respondiendo con acciones humanitarias ante situaciones que pongan en peligro la vida o la salud de las personas.

Código Sustantivo de Trabajo: Art 57 / 205: Toda empresa con más de 10 trabajadores debe garantizar los elementos para brindar el primer auxilio.

Código Penal, Artículo 131. Omisión de Socorro: El que omitiere, sin justa causa, auxiliar a una persona cuya vida o salud se encontrare en grave peligro, incurrirá en prisión de treinta y dos (32) a setenta y dos (72) meses.

2.2. PRINCIPIOS FUNDAMENTALES

NEGLIGENCIA: Se refiere cuando se tiene el conocimiento, pero se omite la atención.

IMPRUDENCIA: Tener conocimiento, pero no aplicar las normas o procedimientos.

IMPERICIA: Cuando se hace algo, pero no se tiene el conocimiento ni habilidad.



2.3. BOTIQUÍN

Este es un recurso básico para el trabajo de las personas que prestan un primer auxilio e incluso para el personal médico, ya que en él se encuentran los elementos necesarios para dar atención momentánea a las víctimas de un accidente o enfermedad repentina. El botiquín siempre debe estar en un sitio visible pero alejado de los niños.

Es un elemento portátil, se regulan y clasifican de acuerdo con la resolución 705 de 2007 de la siguiente manera.

 Enero 2023	GRUPO DE APOYO Y RESPUESTA A EMERGENCIAS Y TAREAS CRITICAS - GAREC	 DOC-CART-001-V1
	SISTEMA INTEGRAL DE GESTION DEL RIESGO EN LA PREVENCIÓN DE EMERGENCIAS	

Clasificación:

- **Tipo A:** Elementos básicos de primeros auxilios, para manejo de personal sin mucha preparación.
- **Tipo B:** Elementos básicos de atención más algunos analgésicos orales (uso de enfermería).
- **Tipo C:** Elementos de atención más medicamentos de todo tipo y vía (uso médico).



Elementos Esenciales

Antisépticos: Son sustancias que previenen la infección, ocasionada por el aumento de microorganismos patógenos que comúnmente se presentan después de lesiones ocurridas accidentalmente. Algunos de estos productos son:

- Jabón quirúrgico: Se utiliza para realizar limpieza y desinfección.
- Suero fisiológico o agua estéril: Se emplea para limpiar o lavar heridas y quemaduras.
- Alcohol: Debe ser destinado únicamente para la desinfección del instrumental del botiquín y para la limpieza de la piel cuando se aplica algún tipo de inyección. No debe usarse para desinfectar ningún tipo de herida.

Material de Curación: Este material no puede faltar en el botiquín ya que es necesario para la limpieza y control de todo tipo de heridas, quemaduras, hemorragias, lesiones de tejido óseo, etc., en lo posible debe ser estéril. Los siguientes son algunos de los materiales más utilizados:

 Enero 2023	GRUPO DE APOYO Y RESPUESTA A EMERGENCIAS Y TAREAS CRITICAS - GAREC SISTEMA INTEGRAL DE GESTION DEL RIESGO EN LA PREVENCIÓN DE EMERGENCIAS	 DOC-CART-001-V1
---	--	--

- **Gasas y Compresas:** Se usan para limpiar y cubrir heridas, tratar hemorragias y quemaduras. Preferiblemente en el botiquín deben usarse gasas en presentaciones pequeñas de cobertura estéril.
- **Apósitos:** Son gasas de varios tamaños, en cuyo interior se encuentra un algodón estéril y absorbente. Se usan para cubrir lesiones de todo tipo.
- **Vendas:** Son indispensables en el botiquín puesto que sirven para sostener compresas o apósitos, pueden ser en rollo o triangulares, elástica o de gasa, vienen en diferentes tamaños.
- **Baja lenguas:** Generalmente se destinan para la inmovilización de fracturas o luxaciones en dedos, aunque también se pueden utilizar para la aplicación de cremas.
- **Copitos:** Se utilizan para extraer cuerpos extraños en ojos.
- **Espadrapo:** Se destina para fijar gasas, compresas, apósitos o vendas, si se dispone de esparadrapo hipo alérgicos como el Micropore, se pueden hacer afrontes. (Piel con piel).
- **Algodón:** Se usa para desinfectar instrumental, limpiar la piel cuando se aplican inyecciones, para acolchar tablillas o inmovilizadores. No se debe colocar directamente sobre heridas abiertas.

Instrumental y otros elementos adicionales

- | | |
|-----------------------------------|------------------------------------|
| • Pinzas | • Tapabocas |
| • Tijeras de trauma | • Mono gafas |
| • Cuchilla o bisturí | • Guantes de látex |
| • Termómetro digital o infrarrojo | • Libreta y lápiz |
| • Gotero | • Caja de fósforos o encendedor |
| • Linterna | • Lista de teléfonos de emergencia |
| • Lupa | • Vasos desechables |
| • Ganchos de nodriza | • Manual de primeros auxilios |
| • Elementos de inmovilización | |

 Enero 2023	GRUPO DE APOYO Y RESPUESTA A EMERGENCIAS Y TAREAS CRITICAS - GAREC SISTEMA INTEGRAL DE GESTION DEL RIESGO EN LA PREVENCIÓN DE EMERGENCIAS	 DOC-CART-001-V1
---	--	--

2.4. DEFINICIÓN DE PRIMEROS AUXILIOS

Los Primeros Auxilios son la atención **inmediata** a una persona enferma, lesionada o accidentada, en el lugar de los acontecimientos, antes de ser trasladado a un centro asistencial el soporte inicial es **limitado** a los conocimientos del auxiliador.

2.5. OBJETIVOS DE PRIMEROS AUXILIOS

- Preservar la vida humana
- Evitar complicaciones físicas y psicológicas
- Dar soporte emocional
- Ayudar a la recuperación



Normas Generales

- Actúe siempre con seguridad y calma
- Tranquilice a la víctima y allegados
- No se retire del lado del paciente
- No luche contra imposibles

Lo que no se debe hacer

- No actúe si no está seguro.
- Proceda a auxiliar a las personas que tengan posibilidad de vida y recuperación.
- No trate de introducir órganos que se hayan podido salir por una herida, ni retire elementos incrustados en el paciente.
- No golpee ni sacuda a una persona inconsciente para reanimarla.

Lo que se debe hacer

- Evite movimientos innecesarios y bruscos
- Evite el pánico
- Cerciórese del estado de conciencia de la víctima
- Aleje a los curiosos.... (anillo de seguridad)
- Retire los objetos que puedan lesionar a la víctima o al auxiliador... (no los incrustados)

 Enero 2023	GRUPO DE APOYO Y RESPUESTA A EMERGENCIAS Y TAREAS CRITICAS - GAREC	 DOC-CART-001-V1
	SISTEMA INTEGRAL DE GESTION DEL RIESGO EN LA PREVENCIÓN DE EMERGENCIAS	

Procedimiento de actuación

Evalúe el Área: Evalúe las condiciones de seguridad para el auxiliador y el paciente, si la zona no es segura no intervenga y solicite ayuda (incendio explosión, colapso estructural, gas, etc.).

Me Aseguro Yo: BIOSEGURIDAD: Use elementos de protección personal según el caso guantes, tapabocas, monogafas de ser necesario.

Activación Del SEM: Active el sistema de emergencias médicas local del sitio donde se encuentre, marque el **123**.

Informe al SEM

- Nombre y Teléfono de quien llama
- Dirección exacta del lugar del evento.
- Dar referencias para localizar el lugar.
- Número de personas lesionadas.
- Tipo de lesiones encontradas.
- Otros recursos que necesite en el lugar



Accidente de trabajo

Línea de Atención de la ARL en caso de Accidente de trabajo a nivel nacional
01 8000 514045 o desde tu celular #247
OPCION 1 – 1- 1 y en Bogotá al 4235757



2.6. EVENTOS DE APARICIÓN SÚBITA

Estados de conciencia

Alerta: Condición normal del individuo despierto, que responde de manera completa a los estímulos externos y que reconoce su propio ser y el medio.

Somnolencia: Es un nivel relativamente superficial de depresión de la conciencia. El paciente parece estar en sueño natural prolongado del cual puede despertar al ser llamado por su nombre o

 Enero 2023	GRUPO DE APOYO Y RESPUESTA A EMERGENCIAS Y TAREAS CRITICAS - GAREC SISTEMA INTEGRAL DE GESTION DEL RIESGO EN LA PREVENCIÓN DE EMERGENCIAS	 DOC-CART-001-V1
---	--	--

estimularlo, hay tendencia de sueño al cesar el estímulo.

Estupor: El individuo puede ser alertado por estímulos muy fuertes y sostenidos, al suspender el estímulo el individuo vuelve a sumirse en la inconsciencia. El paciente abre los ojos, normalmente no hay respuesta verbal o es mínima, hay actividad motora espontánea y las respuestas son variables de acuerdo con el tipo de alteración neurológica.

Inconciencia: No hay respuesta a los estímulos verbales, no abre los ojos y la respuesta motora es mínima o ausente.



<https://www.quironprevencion.com/blogs/es/prevenido>

Lipotimia, Desmayo o Síncope

Es una pérdida de la consciencia transitoria que conlleva a una disminución en el aporte de oxígeno y glucosa a las células nerviosas del cerebro.

Causas

- Emociones fuertes (temor, alegría)
- Aire viciado en sitio cerrado
- Ayuno prolongado
- Mucho tiempo de pie
- Dolor
- Cambio brusco de postura
- Estrés
- Consumo en exceso de sustancias psicoactivas
- Consumo en exceso de alcohol



<https://i.pinimg.com/originals/3b/57/b9/3b57b9fa3d37a322aaf3b6093f24d0e1.jpg>

 Enero 2023	GRUPO DE APOYO Y RESPUESTA A EMERGENCIAS Y TAREAS CRITICAS - GAREC SISTEMA INTEGRAL DE GESTION DEL RIESGO EN LA PREVENCIÓN DE EMERGENCIAS	 DOC-CART-001-V1
---	--	--

Tratamiento

- Ubicar paciente boca a arriba elevar extremidades inferiores.
- Tomar signos vitales (valoración primaria)
- Hacer permeable la vía aérea
- Aflojar ropas siempre y cuando no exista sospecha de trauma raquimedular, torácico o pélvico
- Elevar las piernas siempre
- Vigilar la recuperación de conciencia y normalización de los signos vitales
- Si la víctima vomita, colóquela en posición lateral de seguridad (PLS)

Posición Lateral de Seguridad (PLS)

La posición lateral de seguridad o postura lateral de seguridad, más conocida como posición o postura de recuperación, es una postura de primeros auxilios en la que puede situarse a un paciente inconsciente pero que mantiene la respiración en una posición adecuada que evite la obstrucción de la vía aérea por aspiración de secreciones acumuladas, sangre o vómitos

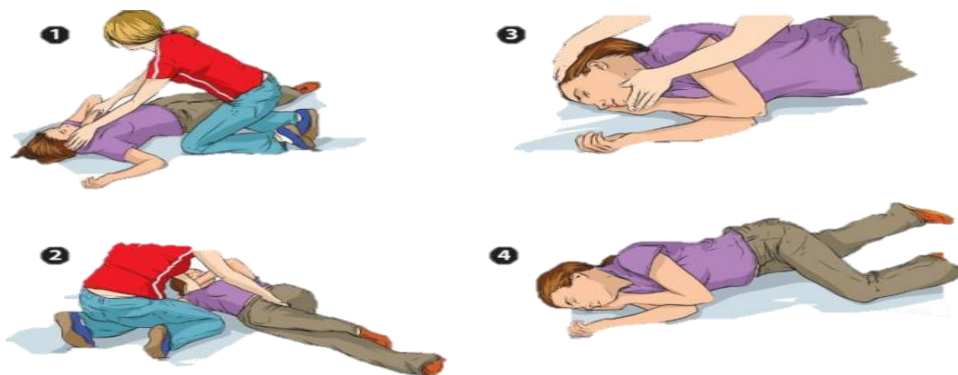


Imagen tomada de:
https://www.google.com.co/search?q=desmayo&dc=0&source=lm&tbm=isc&sa=X&ved=0ahUKEwjmlu6VsfzYAHWJzVMKH59_BHMQ_AUICigB&biw=1366&bih=662#imgrc=32eSY-l-wBBuKM:::

 Enero 2023	GRUPO DE APOYO Y RESPUESTA A EMERGENCIAS Y TAREAS CRITICAS - GAREC SISTEMA INTEGRAL DE GESTION DEL RIESGO EN LA PREVENCIÓN DE EMERGENCIAS	 DOC-CART-001-V1
---	--	--

Convulsiones

Ocurren por la aparición súbita de una actividad eléctrica anormal del cerebro, generando contracciones involuntarias en el cuerpo.



Tratamiento

- Deje convulsionar libremente, es decir, no trate de impedir los movimientos del paciente porque puede causar fracturas.
- Proteja al paciente, retírelo de lugares peligrosos donde se pueda lesionar.
- Proteja la cabeza, coloque algún elemento acolchonado que amortigüe los golpes.
- Coloque un elemento que evite que éste se muerda la lengua, Vigile.
- Una vez el paciente haya cerrado la boca, NO intente abrirla, puede lesionar sus dedos o puede producir fracturas o luxaciones en la mandíbula del paciente.
- Retire las secreciones que van saliendo para evitar que bronco aspire y afloje las prendas ajustadas para que pueda respirar mejor.
- Traslade siempre a un servicio de urgencias, preferiblemente al terminar la convulsión, si ésta se prolonga demasiado traslade aún en el proceso de convulsión previendo cualquier lesión.
- Nunca omita la remisión a un servicio de urgencias, pues el paciente puede volver a convulsionar en cualquier momento.

 Enero 2023	GRUPO DE APOYO Y RESPUESTA A EMERGENCIAS Y TAREAS CRITICAS - GAREC	 DOC-CART-001-V1
	SISTEMA INTEGRAL DE GESTION DEL RIESGO EN LA PREVENCIÓN DE EMERGENCIAS	

SHOCK

Ocurre cuando el sistema circulatorio de una persona es incapaz de proporcionar sangre (y por lo tanto oxígeno) a todos los órganos del cuerpo, ocasionando el mal funcionamiento de estos y provocando una serie de reacciones en cadena para mantener el cerebro, los pulmones y el corazón funcionando.

Causas

- Por ataque cardíaco
- Hemorragias
- Intoxicaciones
- Quemaduras graves
- Vómito o diarrea abundante
- Dolor intenso
- Deshidratación
- encefálico
- Hipotermia
- Infecciones severas
- Electrocutión
- Reacciones alérgicas a medicamentos o picaduras de insectos
- Trauma cráneo

Signos y síntomas

- Debilidad general, piel fría y pálida, en ocasiones húmeda y pegajosa.
- Si es inadecuada la respiración puede presentarse piel, labios y uñas azulados (cianóticos)
- Mareo, ansiedad, Pulso muy rápido y débil Sed
- Sudoración fría, respiración rápida y superficial o algunas veces lenta e irregular
- Alteraciones de la consciencia, tales como somnolencia, desmayo, etc.

Tratamiento

- Determine la causa del shock y trate de controlarla, si le es posible, (hemorragia)
- Acueste a la víctima boca arriba y con piernas elevadas, si no existen lesiones que lo impidan. No utilice esta posición si sospecha trauma cráneo encefálico o se observa dificultad respiratoria.
- Vigile vías aéreas, retirando cuerpos extraños y manteniéndolas permeables para un mejor intercambio gaseoso.
- Afloje la ropa y airee el lugar
- Abrigue al paciente para evitar que pierda temperatura
- No dé nada de beber ni comer

 Enero 2023	GRUPO DE APOYO Y RESPUESTA A EMERGENCIAS Y TAREAS CRITICAS - GAREC	 DOC-CART-001-V1
	SISTEMA INTEGRAL DE GESTION DEL RIESGO EN LA PREVENCIÓN DE EMERGENCIAS	

- Si el paciente se queja de sed, solo humedezca los labios con una gasa empapada en agua.
- Realice control de signos vitales cada cinco minutos.
- Traslade a un centro asistencial adecuada y oportunamente.

OVACE (Obstrucción de la Vía Aérea por Cuerpo Extraño)

Conocido también como atragantamiento, se presenta cuando la vía aérea es obstruida PARCIAL o TOTALMENTE por un cuerpo extraño dificultando o anulando totalmente la respiración.

TIPO DE OBSTRUCCIÓN	SIGNOS	MANEJO
PARCIAL	Tose Respira Habla	Promover la tos No dar agua
TOTAL	No tose No respira No habla	Maniobra de Heimlich

Signos y Síntomas

Obstrucción Total

- Dolor.
- Cianosis o color azulado en la piel y mucosas.
- El paciente no puede toser, hablar, ni respirar.
- Presenta angustia y se lleva las manos al cuello.
- El paciente puede perder el conocimiento por falta de oxígeno.

Obstrucción Parcial

- Dolor.
- Angustia.
- Tos forzada.
- Sonidos extraños al respirar
- Dificultad para respirar

 Enero 2023	GRUPO DE APOYO Y RESPUESTA A EMERGENCIAS Y TAREAS CRITICAS - GAREC SISTEMA INTEGRAL DE GESTION DEL RIESGO EN LA PREVENCIÓN DE EMERGENCIAS	 DOC-CART-001-V1
---	--	--

Tratamiento

- No permita que ingiera alimentos para arrastrar el cuerpo extraño, hacia las vías digestivas ya que puede producir lesiones mayores en la mucosa digestiva.
- Haga que la persona afectada tosa fuertemente, para que con ello expulse el cuerpo extraño.
- Si no lo logra, haga que la víctima se incline ligeramente hacia delante, dele 5 golpes secos entre los omoplatos, con el talón de la mano. Si es un niño colóquelo sobre sus piernas y si es un bebé, boca abajo sobre uno de sus brazos.
- Si aún no lo ha logrado, pruebe la maniobra de “HEIMLICH”.
- Sitúese detrás de la víctima.
- Pase sus brazos por detrás de los de ella.
- Cierre una de sus manos (empúñela), y colóquela sobre el abdomen justo por encima del ombligo.
- Cubra el puño con la otra mano.
- Haga que la víctima se incline hacia delante.
- Presione con fuerza hacia atrás y arriba en un solo golpe, así, el aire saldrá bruscamente expulsando el cuerpo extraño.
- Si la víctima está en estado de inconsciencia, acuéstela sobre la espalda, con la cabeza extendida.
- Arrodílese y póngase sobre la víctima.
- Coloque el talón de una de sus manos sobre el abdomen de la víctima, justo arriba del ombligo.
- Coloque la otra mano sobre la primera y presione suave hacia abajo y adelante en un golpe seco.
- Mantenga sus brazos extendidos.
- Si la víctima es un niño siéntelo sobre sus piernas y presione el abdomen con sus dedos índice y medio.
- En caso de que sea un bebé acuéstelo sobre una superficie plana y con sus dedos índice y medio haga una ligera presión, un dedo por debajo del final del esternón.
- Si se requiere repita la maniobra.

 Enero 2023	GRUPO DE APOYO Y RESPUESTA A EMERGENCIAS Y TAREAS CRITICAS - GAREC SISTEMA INTEGRAL DE GESTION DEL RIESGO EN LA PREVENCIÓN DE EMERGENCIAS	 DOC-CART-001-V1
---	--	--

Maniobre de Heimlich



Maniobra de Heimlich



Maniobra en embarazada u obeso



Maniobra en inconsciente (RCP)



Auto-Maniobra

Procedimiento de actuación niños



Golpe fuerte en la
espalda en niños



Maniobra de Heimlich
en niños

 Enero 2023	GRUPO DE APOYO Y RESPUESTA A EMERGENCIAS Y TAREAS CRITICAS - GAREC	 DOC-CART-001-V1
	SISTEMA INTEGRAL DE GESTION DEL RIESGO EN LA PREVENCIÓN DE EMERGENCIAS	



Golpes en la espalda en infantes



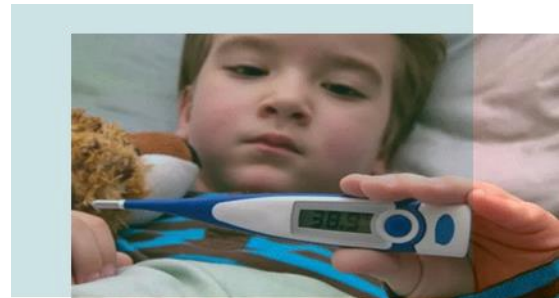
Compresión torácica en infantes

Fiebre

Es el aumento temporal en la temperatura del cuerpo, en respuesta a alguna enfermedad o padecimiento. Forma parte de los mecanismos de defensa del organismo

Manejo de la Fiebre

- Bañar con agua durante 5 minutos
- Cubrir con una sábana
- Iniciar hidratación
- Fraccionar la comida
- Mantenga el lugar fresco y ventilado
- Controle la temperatura periódicamente
- Consulte al médico



2.7 SIGNOS VITALES

Son las señales o reacciones que presenta un ser humano con vida y que revelan las funciones básicas del organismo (Cerebro, corazón, pulmones)



 Enero 2023	GRUPO DE APOYO Y RESPUESTA A EMERGENCIAS Y TAREAS CRITICAS - GAREC SISTEMA INTEGRAL DE GESTION DEL RIESGO EN LA PREVENCIÓN DE EMERGENCIAS	 DOC-CART-001-V1
---	--	--

Frecuencia Cardiaca

También llamado PULSO, es la contracción y dilatación rítmica de las arterias al paso de la onda sanguínea bombeada por el corazón, se puede tomar en cualquier arteria superficial que pueda comprimirse contra el hueso, estos son:

- Cabeza: **Arteria Temporal**
- Cuello: **Arteria Carotidea**
- Cara interna del brazo: **Arteria Humeral**
- Muñeca: **Arteria Radial**
- Ingle: **Arteria Femoral**
- Detrás de la rodilla: **Arteria Poplítea**
- Dorso del pie: **Arteria pedial**

Técnica para toma de Pulso

- Coloque sus dedos índice y medio realizando una leve presión sobre la arteria del lugar donde ha decidido tomarlo
- Cuento las pulsaciones utilizando reloj con segundero durante un minuto (60seg)
- Escriba la cifra encontrada

Cifras Normales

Bebes	140 - 120
Niños	120 - 100
Adulto	60 - 100
Adulto Mayor	- 60

Alteraciones

- **Taquicardia:** Es el aumento de la frecuencia cardiaca súbitamente es decir que la cifra por minuto está por encima de lo normal
- **Bradicardia:** Es la disminución de la frecuencia cardiaca, por debajo de la cifra normal.
- **Paro Cardíaco o Asistolia:** Es la pérdida total de la función eléctrica del corazón.

 Enero 2023	GRUPO DE APOYO Y RESPUESTA A EMERGENCIAS Y TAREAS CRITICAS - GAREC SISTEMA INTEGRAL DE GESTION DEL RIESGO EN LA PREVENCIÓN DE EMERGENCIAS	 DOC-CART-001-V1
---	--	--

Respiración o Frecuencia Respiratoria

También llamada Frecuencia Respiratoria, es el intercambio gaseoso entre el organismo y el medio ambiente. Consta de tres fases, la inhalación asimilación y exhalación.

Técnica para tomar la respiración:

- No le avise a la víctima que va a observar el tórax y abdomen para tomar la Respiración.
- Si le es posible coloque a la víctima en una posición cómoda, afloje las ropas ajustadas siempre y cuando no exista la probabilidad de fractura costal o pélvica
- Observe el movimiento de tórax y abdomen y cuente las veces que sube, durante un minuto y registre la cifra



Alteraciones

- Dificultad respiratoria:** También llamada disnea y es el estado en que el paciente está respirando, pero no hay un intercambio suficiente de oxígeno entre el medio y el individuo.
- Apnea o Paro respiratorio:** Es la ausencia de respiración que puede ser, voluntaria e involuntaria.
- Taquipnea:** Es cuando el individuo respira superficial y aceleradamente.
- Bradipnea:** Es cuando el individuo respira superficial y lentamente.

Cifras Normales

Bebes	30 - 40
Niños	20 - 30
Adulto	16 - 20
Adulto Mayor	- 16

 Enero 2023	GRUPO DE APOYO Y RESPUESTA A EMERGENCIAS Y TAREAS CRITICAS - GAREC	 DOC-CART-001-V1
	SISTEMA INTEGRAL DE GESTION DEL RIESGO EN LA PREVENCIÓN DE EMERGENCIAS	

Temperatura

Es el grado de calor del cuerpo determinado por el funcionamiento general del organismo. Para la toma de este signo vital es necesario utilizar un Termómetro.

Sitios de Toma:

- Oído (oído, no en menores de 3 meses): timpánica
- Boca (bajo la lengua): Oral
- Axila (en el pliegue de la axila): Axilar

Técnica para tomar la Temperatura:

- Tome el termómetro y un algodón con alcohol, límpielo en el extremo (punta)
- Para la temperatura axilar, coloque el termómetro de modo que quede en el centro de la axila, haga que el paciente lleve la mano sobre el pecho o sosténgale el brazo de 3 a 5 minutos
- Para la temperatura bucal, coloque el termómetro debajo de la lengua y haga cerrar la boca del paciente suavemente. Déjelo de 3 a 5 minutos.
- Limpie el termómetro nuevamente con alcohol.

Alteraciones

- Hipertermia o Fiebre:** Surge como respuesta a las infecciones y otras enfermedades. Se caracteriza por temperatura alta, dolor de cabeza, enrojecimiento de ojos, decaimiento, pérdida del apetito, escalofríos, variación del pulso, en los niños puede producir convulsiones, etc.
- Hipotermia:** Se presenta cuando la sangre se enfría lo suficiente como para disminuir el calor corporal. Se caracteriza porque la respiración y el pulso son muy lentos, la persona presenta palidez, enfriamiento y puede perder la consciencia.

Cifras Normales

Promedio normal	36.5°C – 37.5°C
Fiebre	38 °C
Fiebre alta	39 a 40°C
Hipotermia	Disminución < 34° de temperatura por factores externos
Hipertermia	Aumento de calor o efecto de golpe de calor por factores externos > 40°

 Enero 2023	GRUPO DE APOYO Y RESPUESTA A EMERGENCIAS Y TAREAS CRITICAS - GAREC SISTEMA INTEGRAL DE GESTION DEL RIESGO EN LA PREVENCIÓN DE EMERGENCIAS	 DOC-CART-001-V1
---	--	--

Asistencia

- Bañar con agua durante 5 minutos
- Cubrir con una sábana
- Iniciar hidratación
- Fraccionar la comida
- Mantenga el lugar fresco y ventilado
- Controle la temperatura periódicamente
- Consulte al médico

Tensión Arterial

Es la presión ejercida por la onda sanguínea sobre la pared de las arterias. Con fines prácticos se habla de presión o tensión arterial.

Alteraciones

- Hipertensión:** Aumento de la tensión por encima de los valores normales establecidos que generan riesgos cardiovasculares al paciente.
- Hipotensión:** Disminución severa de la tensión arterial que puede generar colapso al paciente.

Cifras Normales

Tensión Arterial (mmHg)		
Edad	Presión sistólica (mmHg)	Presión diastólica (mmHg)
Lactante	60 – 90	30 – 62
2 Años	78 – 112	48 – 78
8 Años	85 – 114	52 – 85
12 Años	95 – 135	58 – 88
Adulto	100 – 140	60 – 90
Hipertensión	Presión alta de la sangre sobre la pared de las arterias. "Puede provocar infartos y hemorragias cerebrales"	
Hipotensión	Presión baja de la sangre sobre la pared de las arterias. El corazón, el cerebro y otras partes del cuerpo no reciben suficiente sangre.	

 Enero 2023	GRUPO DE APOYO Y RESPUESTA A EMERGENCIAS Y TAREAS CRITICAS - GAREC	 DOC-CART-001-V1
	SISTEMA INTEGRAL DE GESTION DEL RIESGO EN LA PREVENCIÓN DE EMERGENCIAS	

3. GLOSARIO

Ayuno: Ayuno es la acción de no ingerir alimentos, Un ayuno prolongado provoca una falta de nutrientes y fuentes de energía que llegan a causar modificaciones en la estructura y función de los órganos.

Bronco aspirar: La broncoaspiración es el paso accidental de alimentos sólidos o líquidos a las vías respiratorias. Es una urgencia médica que pone en peligro la vida.

Cianosis: Coloración azul y alguna vez negruzca o lívida de la piel, debida a trastornos circulatorios.

Esternón: Hueso largo y plano que forma la parte delantera y central de la pared torácica. El esternón está unido a la clavícula y a las siete primeras costillas.

Fractura: es una ruptura, generalmente en un hueso. Si el hueso roto rompe la piel, se denomina fractura abierta o compuesta.

Ganchos de nodriza: es un tipo de alfiler con un extremo en forma de gancho para guardar en él su punta, de este modo se evita que se abra y deje de cumplir su función.

GAREC: GRUPO DE APOYO Y RESPUESTA A EMERGENCIAS Y TAREAS CRITICAS.

Glucosa: es el azúcar que circula en la sangre y la fuente de energía para los seres vivos. La glucosa es un monosacárido, un tipo de azúcar simple, de color blanco, cristalina, soluble en agua y muy poco en el alcohol, que se halla en muchos frutos, miel, sangre y líquidos tisulares de animales.

Gotero: El gotero es un tubo hueco que en una de sus puntas tiene forma cónica y en la otra tiene un dedal de goma o una perilla que sirve para tener el control de la cantidad de líquido que se desea agregar a cierta composición.

Hemorragia: La hemorragia es un flujo de sangre que se produce por fuera de la circulación sanguínea natural.

Hipotermia: La hipotermia es una urgencia médica que ocurre cuando el cuerpo pierde calor más rápido de lo que lo produce, lo que provoca una peligrosa disminución de la temperatura corporal.

 Enero 2023	GRUPO DE APOYO Y RESPUESTA A EMERGENCIAS Y TAREAS CRITICAS - GAREC SISTEMA INTEGRAL DE GESTION DEL RIESGO EN LA PREVENCIÓN DE EMERGENCIAS	 DOC-CART-001-V1
---	--	--

Lipotimia: La lipotimia es una pérdida breve del conocimiento debido a una disminución del flujo sanguíneo del cerebro, lo que provoca que podamos perder el conocimiento de manera completa o parcial.

Luxaciones: Es una separación de dos huesos en el lugar donde se encuentran en una articulación. Una articulación es el lugar en donde dos huesos se conectan, lo que permite el movimiento.

Pélvico: región anatómica inferior del tronco. Siendo una cavidad, la pelvis es un embudo osteomuscular que se estrecha hacia abajo, limitado por el hueso sacro, el cóccix y los coxales (que forman la cintura pélvica) y los músculos de la pared abdominal inferior y del perineo.

Raquimedular: incluye todas las lesiones traumáticas que afectan las diferentes estructuras osteoligamentosas, cartilaginosas, musculares, vasculares, meníngeas, radicales y medulares de la columna vertebral a cualquiera de sus niveles.

Sincope: se define como un episodio transitorio de pérdida de conciencia, la cual sucede de forma brusca e inesperada debido a un descenso del flujo cerebral al cerebro y cuyo origen puede encontrarse en una gran cantidad de causas.

Súbita: Que sucede de manera repentina e inesperada
Torácico: Perteneciente o relativo al tórax

4. BIBLIOGRAFIA

- PHTLS 9 EDICIÓN. 2019.
- Soporte Vital Básico USAID
- Guías Atención Prehospitalaria 2012
- Decreto 1072/15 Compila la legislación en SG-SST.