

## Primeros Auxilios, El manejo de las Heridas

Una herida se define clínicamente como la “Pérdida de la Continuidad en el Tejido Blando”, en otras palabras más simples, es el desgarramiento o ruptura de un tejido blando del cuerpo.

Aún y cuando no siempre es así, una herida comúnmente es acompañada de una hemorragia.

Las heridas pueden ser abiertas o cerradas:

Abiertas:	Cerradas:
<p>Cuando la lesión involucra a la capa externa de la piel, además de la lesión como tal, veremos una hemorragia al exterior, me refiero a que la sangre sale del cuerpo, un riesgo a considerar en éste tipo de lesiones es la contaminación de los tejidos por la entrada de gérmenes que pueden causar una infección.</p>	<p>En éste tipo de herida no hay ruptura de la capa externa de la piel, por lo tanto la hemorragia no es externa (no sale la sangre al exterior), sin embargo, no significa que no exista hemorragia, la forma en que se representa la misma es con un moretón que dependiendo de la gravedad puede ser muy pequeño o estar creciendo a cada minuto que pasa.</p> <p>El riesgo de infecciones por agentes externos es nulo, sin embargo, si la herida es en la cavidad abdominal e involucra ciertos tejidos, se puede generar una infección interna de considerables consecuencias.</p> <p>Hay varios tipos de heridas, los mismos son clasificados de acuerdo a la forma de la lesión y están asociadas directamente a la causa de la misma.</p>

### Tipos de heridas:

#### **Abrasión:**

Esta herida es muy común y generalmente la conocemos como el Raspón, más allá del riesgo de una hemorragia, el riesgo es la contaminación de los tejidos superficiales y un síntoma común es el dolor.



#### **Laceración:**

Esta herida es del grupo de las Abiertas, puede ser superficial o profunda y la característica principal es que los bordes de la herida son IRREGULARES, comúnmente son causadas por animales, maquinaria y golpes.



**Incisión:**

Considerada también como una herida abierta, la Incisión es una herida que su característica principal son los bordes REGULARES de la piel, comúnmente son causadas por objetos con filo, como son cuchillos, hojas de papel, navajas, vidrio u otros.



**Punción:**

Es un tipo de herida abierta causada por objetos punzantes o puntiagudos, aún y cuando el daño en la superficie de la piel puede ser muy pequeño (un punto), comúnmente son lesiones profundas, por lo que es importante considerar el daño interno que pudiera haber causado.



**Avulsión:**

Es un tipo de herida abierta en el cual, además del daño a la superficie externa de la piel, existe un desprendimiento considerable del tejido, quedando por lo general en un tejido colgante o colgajo.

En ésta herida es importante considerar tanto la contaminación de los tejidos como la hemorragia que generó la lesión.



**Amputación:**

Esta herida no tiene grado de confusión, es abierta, y se considera como amputación cuando existe el **DESPRENDIMIENTO TOTAL** de un tejido.

Se debe considerar tanto la contaminación del cuerpo, como del tejido desprendido y por supuesto la hemorragia generada.



### Heridas por PAF



Se le llama PAF por Proyectoil de Arma de Fuego:

Son un tipo particular de heridas, comúnmente observamos un orificio pequeño que puede contener quemadura de tejidos, la profundidad de la lesión se debe considerar como factor importante de lesiones asociadas, se puede presentar un orificio de salida el cual, es común que sea mucho mayor al de entrada y debido a que la bala puede ser desviada por los huesos, no necesariamente los orificios de entrada y salida estarán alineados.

#### Síntomas de Heridas:

- Tejidos Blancos visiblemente lesionados
- Hemorragia externa
- Hemorragia Interna (Moretón)
- Dolor
- Angustia

#### Objetivo de los Primeros Auxilios en la Heridas:

Cuando proporcionamos los Primeros Auxilios en casos de heridas, debemos considerar tres objetivos principales:

- Detener la Hemorragia
- Lavar la parte lesionada empezando por la piel que rodea la lesión y después la lesión misma
- Cubrir la lesión para evitar contaminación de tejidos
- Asegurar en **CASO NECESARIO** la ayuda especializada (pedir una ambulancia o llevarlo al hospital).

#### ¿Cómo Lavar una herida?

Antes que nada debemos pensar en nuestra seguridad, por lo que, si tenemos a la mano guantes debemos usarlos.

Este procedimiento es muy simple, al igual que nos lavamos las manos o cuando nos bañamos hacemos uso de agua y jabón, en las heridas lo que utilizamos es AGUA y JABÓN.

Cuando menciono lavar el tejido que rodea la lesión me refiero por ejemplo a:

Si la herida es en la rodilla, lavo toda la pierna primero y después lavo la rodilla, esto evitará que la suciedad de la pierna llegue a la herida cuando ya la he lavado.

Si bien no debemos tallar con fuerza la herida, si debemos hacerlo de manera que no quede materia contaminante en la misma.

Debemos usar un jabón preferentemente neutro, si no contamos con él, podemos usar el jabón con menos perfume que tengamos a la mano, enjuagamos con agua corriente de la llave a temperatura ambiente y dejamos que la misma agua desplace todo lo que nos pueda generar contaminación, después, secamos y cubrimos.



### ¿Cómo cubrir una herida?



Para cubrir una herida podemos hacer uso de toallas, telas, vendas y gasas, debemos verificar que estén perfectamente limpias, la ponemos sobre la lesión y con vendas u otros como Agujetas, Cordeles, Listones, Etc..., que nos pueda ayudar a sujetarlo lo fijamos al cuerpo, lo fijamos al cuerpo manteniendo en todo momento la presión a fin de reducir la hemorragia.

Si hacemos un vendaje, debemos elaborarlo de manera que fije firmemente la tela al cuerpo, pero al mismo tiempo permita el flujo de la sangre, además, un vendaje debemos recordar que se inicia en la parte de la extremidad más lejana al corazón y se termina en la parte más cercana al mismo.

### ¿Cuándo pedir ayuda?

No debemos confundirnos con éste tema pues la regla es muy simple, si usted considera que el paciente debe ser evaluado por alguien más, llévelo al hospital o pida una ambulancia.

### NOTAS IMPORTANTES:

#### PARA PUNCIONES:

Cuando damos atención a una Punción y si el objeto que causó la lesión sigue clavado, **NO DEBEMOS RETIRARLO** pues además del riesgo de generar lesiones secundarias, el objeto mismo está reduciendo la hemorragia, debemos cubrir la lesión inmovilizando al mismo tiempo el objeto clavado.

#### PARA AMPUTACIONES:

Debemos dar atención tanto a la persona como al tejido desprendido, el tejido debemos cubrirlo con una tela limpia y húmeda, después debemos meterla en una bolsa y cerrarla bien, echo lo anterior, metemos la bolsa dentro de una bolsa más grande que contenga hielos. No debemos poner en contacto directo el tejido desprendido con el hielo bajo ninguna circunstancia.

#### REMEDIOS CASEROS:

En México existen infinidad de remedios caseros, muchos de ellos pueden poner en riesgo la salud de una persona si la lesión es importante, por ello, les pido a los lectores que utilicen solo el tratamiento ya mencionado.

Eviten hacer uso de ALCOHOL o AGUA OXIGENADA, si bien es cierto que pueden limpiar, también es cierto que generan mayor dolor y pueden generar lesiones secundarias por el contacto directo con los tejidos.



**Material que debe tener un botiquín para atender una herida:**

- Jabón Neutro
- Agua Bi destilada
- Gasas estériles
- Gasas no estériles
- Vendas
- Cinta adhesiva

**Bibliografía:**

Video de Primeros Auxilios Aprendiendo a Salvar Vidas

Basic First Response (Grant Goold & Scott Vahradian)

First Responder (J. David Bergeron & Gloria Bizjak)

Basic Trauma Life Support (Jhon Emory Campell and Alabama Chapter) of American College of Emergency Physicians

Algunas Imágenes fueron tomadas de los libros o de Internet