

# PRIMEROS AUXILIOS

**Llame al 911 o a su número de emergencia local en el caso de un niño gravemente enfermo o lastimado. Llame al 1-800-222-1222 (Poison Help) si tiene una emergencia por intoxicación.**

## GENERAL

- Sepa cómo obtener ayuda.
- Asegúrese de que el área sea segura para usted y para el niño.
- Cuando sea posible, debe usar equipo de protección personal (como p. ej., guantes).
- Coloque al niño en una posición correcta si es preciso abrirle las vías respiratorias o si debe realizarle RCP (resucitación cardiopulmonar). (Consulte al dorso).
- **NO MUEVA A UN NIÑO QUE PUEDA HABERSE LESIONADO EL CUELLO O LA ESPALDA** (por una caída, un choque vehicular u otras lesiones, o si el niño dice que le duele el cuello o la espalda), salvo que esté en peligro.
- Busque todo aquello que pueda darle información sobre problemas de salud (como p. ej. brazaletes, collares o documentos con identificación médica de emergencia).

## PICADURAS, MORDEDURAS Y ALERGIAS

**Insectos con aguijón** Quite el aguijón tan pronto como sea posible, con un movimiento de raspado, usando un elemento rígido (como el borde de una tarjeta de crédito). Aplique una compresa fría sobre la picadura para aliviar el dolor. Si se presentaran dificultades para respirar; desmayos; inflamación de labios, rostro o garganta; o urticaria en todo el cuerpo, llame inmediatamente al 911 o a su número de emergencia local. En caso de ronchas en un área reducida, náuseas o vómitos, llame al pediatra. En caso de picaduras de araña, llame al pediatra o a Poison Help (línea de ayuda para intoxicaciones) al 1-800-222-1222. Haga que el pediatra revise cualquier picadura que se torne roja, caliente, inflamada o dolorosa.

**Mordeduras de animales o personas** Lave la herida con agua y jabón. Llame al pediatra. Es posible que el niño necesite una vacuna contra el tétanos o la rabia, o antibióticos.

**Garrapatas** Use pinzas o los dedos para asir la garrapata tan cerca de la cabeza como sea posible, y dé un tirón seco a la garrapata para separarla de donde esté prendida. Llame al pediatra si el niño presentara síntomas tales como una erupción o fiebre.

**Mordeduras de serpiente** Lleve al niño a una sala de emergencias si no está seguro del tipo de serpiente que lo mordió o si le preocupa que la serpiente sea venenosa. Mantenga al niño en reposo. No aplique hielo. Entablille la zona lastimada sin apretar y manténgala quieta, ubicada a nivel del corazón o apenas por debajo del mismo. Identifique la serpiente si puede hacerlo en forma segura. Si no puede identificar la serpiente pero puede matarla en forma segura, llévela con usted a la sala de emergencias para que la identifiquen.

**Alergia** Inflamación, dificultad para respirar y palidez pueden ser signos de una alergia grave. Llame inmediatamente al 911 o a su número de emergencia local. Puede que algunas personas tengan medicamentos de emergencia para estos casos. Si fuera posible, pregunte sobre los medicamentos de emergencia que puedan tener y ayude a administrarlos si fuera necesario.

## FIEBRE

La fiebre en niños suele ser causada por una infección. También puede ser causada por sustancias químicas, venenos, medicamentos, un ambiente demasiado caluroso o un nivel extremo de hiperactividad.

Tome la temperatura del niño para ver si tiene fiebre. La mayoría de los pediatras considera como fiebre cualquier lectura de termómetro que supere los 38 °C (100,4 °F). No obstante, es más importante la forma en que se ve y se comporta el niño que lo alta que sea su temperatura.

Llame de inmediato al pediatra si el niño tiene fiebre y

- Se ve muy enfermo, inusualmente somnoliento o muy nervioso.
- Tiene otros síntomas, como rigidez en el cuello, dolor de cabeza fuerte, dolor de garganta fuerte, dolor de oído fuerte, un sarpullido inexplicable, vómitos o diarrea reiterados, o dificultad para respirar.
- Tiene una afección que causa inmunodepresión (como p. ej. anemia drepanocítica, cáncer o uso crónico de esteroides).
- Tuvo una primera convulsión pero ya no está convulsionando.
- Es menor de 3 meses (12 semanas) y tiene una temperatura de 38 °C (100,4 °F) o más.
- Ha estado en un lugar muy caluroso, como en un auto sobrecalentado.

Para que el niño esté más cómodo, vístalo con ropa liviana, dele líquidos frescos y manténgalo tranquilo. Probablemente el pediatra recomiende que tome medicamentos para la fiebre. NO use aspirina para bajar la fiebre a un niño. La aspirina se ha relacionado con el síndrome de Reye, una enfermedad grave que afecta el hígado y el cerebro.

**Dé vuelta para ver instrucciones sobre asfixia y RCP.**

## HERIDAS EN LA PIEL

Asegúrese de que el niño tenga la vacuna del tétanos al día. Es probable que toda herida abierta requiera la aplicación de un refuerzo de tétanos, aun cuando el niño esté vacunado. Si el niño tiene una herida abierta, pregunte al pediatra si es necesario un refuerzo de tétanos.

**Moretones** Aplique compresas frías. Llame al pediatra si el niño sufre una lesión por compresión, moretones grandes, dolor constante o inflamación. Es probable que el pediatra recomiende administrar paracetamol para el dolor.

**Cortes** Enjuague los cortes pequeños con agua hasta que estén limpios. Aplique presión directa con un paño limpio para detener el sangrado, y mantenga la presión durante 1 o 2 minutos. Si el corte no es profundo, aplique un ungüento antibiótico y cúbralo con un vendaje limpio. En el caso de cortes grandes o profundos, o si la herida está muy abierta, llame al pediatra o busque atención de emergencia. En caso de sangrado importante, llame para pedir ayuda (911 o su número de emergencia local). Siga aplicando presión directa con un paño limpio hasta que llegue la ayuda.

**Raspaduras** Enjuague con agua corriente del grifo, limpia, durante por lo menos 5 minutos, para eliminar suciedad y gérmenes. No use detergentes, alcohol ni agua oxigenada. Aplique un ungüento antibiótico y una venda que no se pegue en la herida.

**Astillas** Quite las astillas pequeñas con pinzas y luego lave la zona hasta que esté limpia. Si no puede sacar del todo la astilla, llame al pediatra.

**Heridas con perforación** No retire objetos grandes (como un cuchillo o una rama) de una herida. Llame para pedir ayuda (al 911 o a su número de emergencia local). Ese tipo de objetos debe retirarlos un médico. Ante cualquier herida con perforación, llame al pediatra. Es probable que el niño necesite un refuerzo de tétanos.

**Sangrado** Aplique presión con gasas sobre el área que sangra durante 1 o 2 minutos. Si el sangrado continúa, agregue más gasas y aplique presión otros 5 minutos. También puede colocar una venda elástica firme sobre las gasas y aplicar presión. Si el sangrado sigue, llame para pedir ayuda (911 o su número de emergencia local).

## LESIONES DE OJOS

Si se salpicó algo a los ojos, enjuáguelos con agua durante al menos 15 minutos. Llame a Poison Help (1-800-222-1222) o al pediatra para obtener más asesoramiento. Todo ojo lastimado o dolorido debe ser atendido por un médico. NO toque ni frote un ojo lastimado. NO aplique medicamentos. NO retire objetos atrapados en un ojo. Cubra el ojo dolorido o lastimado con un vaso de papel o un protector de ojos hasta que pueda obtener ayuda médica.

## FRACTURAS Y ESGUINCES

Si un área lastimada está dolorida, inflamada o deforme, o si el movimiento provoca dolor, envuélvala en una toalla o un paño suave y haga un entablillado con cartón u otro material firme para sostener en su sitio el brazo o la pierna. No intente enderezar la extremidad. Aplique hielo o compresas frías envueltas en un paño fino durante no más de 20 minutos. Llame al pediatra o busque atención de emergencia. Si hubiera un rasgón en la piel cercana a la fractura, o si puede ver el hueso, cubra el área con una venda limpia, haga un entablillado tal como se describió anteriormente y busque atención de emergencia.

Si el pie o la mano a continuación de la parte lastimada estuvieran fríos o decolorados (morados o pálidos), busque atención de emergencia inmediatamente.

## QUEMADURAS Y ESCALDADURAS

**Tratamiento general** En primer lugar, detenga el proceso de quemadura retirando al niño del contacto con agua caliente o un objeto caliente (por ejemplo, la plancha caliente). Si se está quemando la ropa, apague las llamas. Quitele la ropa, salvo que esté muy pegada a la piel. Deje correr agua sobre la piel quemada hasta que cese el dolor. No aplique hielo, mantequilla, grasa, medicamentos ni ungüentos.

**Quemaduras con ampollas** No rompa las ampollas. Pregunte al pediatra cómo cubrir la quemadura. En caso de quemaduras en la cara, las manos, los pies o los genitales, busque atención de emergencia.

**Quemaduras grandes o profundas** Llame al 911 o a su número de emergencia local. Luego de detener y enfriar la quemadura, mantenga al niño calentito con una sábana limpia cubierta con una manta hasta que llegue la ayuda.

**Quemaduras eléctricas** Desconecte la corriente eléctrica. Si el niño sigue en contacto con una fuente de electricidad, NO lo toque con las manos sin protección. Aparte al niño de la fuente de electricidad con un objeto que no conduzca electricidad (como por ejemplo, un palo de escoba de madera), solo luego de haber apagado la electricidad. TODAS las quemaduras eléctricas deben recibir atención médica.

## SANGRADOS NASALES

Mantenga al niño sentado, con la cabeza apenas inclinada hacia adelante. Aplique presión firme y constante en ambas fosas nasales, apretándolas entre los dedos índice y pulgar durante 5 minutos. Si el sangrado continúa o si es muy abundante, llame al pediatra o busque atención de emergencia.

## DIENTES

**Dientes de leche** Si se caen o se quiebran, aplique una gasa limpia para controlar el sangrado y llame al dentista pediátrico o al de la familia.

**Dientes permanentes** Si se caen, sujete el diente por la parte de arriba y no por la raíz (la parte que debería estar en la encía). Si está sucio, enjuáguelo suavemente sin frotarlo ni tocar la raíz. No use ningún producto de limpieza. Use agua fría corriente o leche. Coloque el diente en clara de huevo o en agua de coco o, si no están disponibles, leche, solución salina (1 cucharadita de sal agregada a 8 onzas de agua) o agua, y llévelo junto al niño cuando busque atención de emergencia. Si el diente está quebrado, guarde las piezas en leche. Detenga el sangrado con gasa o una bola de algodón en el espacio vacío donde debía estar el diente y haga que el niño muerda. Llame y vaya directamente al dentista pediátrico o al de la familia, o a una sala de emergencias.

## ESPASMOS, CONVULSIONES

Si el niño respira, acuéstelo de lado para evitar que se asfixie. Llame al 911 o a su número de emergencia local en caso de una convulsión prolongada (más de 5 minutos).

Asegúrese de que el niño esté protegido contra objetos que podrían lastimarlo. Asegúrese de protegerle la cabeza. No ponga nada en la boca del niño. Afloje toda prenda que esté ajustada. Comience la respiración asistida si el niño está morado o no respira. (Consulte al dorso).

## LESIONES EN LA CABEZA

**NO MUEVA A UN NIÑO QUE PUEDA HABERSE LESIONADO GRAVEMENTE LA CABEZA, EL CUELLO O LA ESPALDA.** Esto podría causar más daño.

Llame inmediatamente al 911 o a su número de emergencia local si el niño

- Pierde el conocimiento.
- Tiene una convulsión (espasmo).
- Padece torpeza o incapacidad de mover alguna parte del cuerpo.
- Presenta secreción de sangre o líquido acuoso por la nariz o las orejas.
- Habla o se comporta en forma anormal.

Llame al pediatra en el caso de un niño que se haya lastimado la cabeza y padezca cualquiera de los siguientes síntomas:

- Somnolencia.
- Dificultad para despertarse.
- Vómitos o dolor de cabeza persistentes.

Ante cualquier pregunta sobre lesiones menos graves, llame al pediatra.



## VENENOS

Si el niño ha estado expuesto a un veneno o ingirió alguno, llame a Poison Help al 1-800-222-1222. Allí encontrará expertos en venenos a su disposición las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

**Ingestión de venenos** Toda sustancia que no sea un alimento es un veneno en potencia. No administre nada por boca ni provoque el vómito. Llame de inmediato a Poison Help. No retrase el llamado, pero intente tener a mano la etiqueta o el nombre de la sustancia cuando llame.

**Vapores, gases o humo** Lleve al niño donde haya aire fresco y llame al 911, al departamento de bomberos o a su número de emergencia local. Si el niño no respira, inicie la RCP y prosiga hasta que llegue la ayuda. (Consulte al dorso).

**Exposición de la piel** Si la piel, los ojos o el cabello del niño entraron en contacto con ácidos, lejía, pesticidas, sustancias químicas, plantas venenosas o cualquier sustancia potencialmente venenosa, quitele todo el material de residuo, usando guantes de goma si fuera posible. Quitele la ropa contaminada. Lávele la piel, los ojos o el cabello con abundante agua, o con agua y jabón neutro. No refriégue el área. Llame a Poison Help para obtener más asesoramiento.

Si un niño está inconsciente, queda somnoliento, tiene convulsiones o dificultades para respirar, llame al 911 o a su número de emergencia local. Lleve consigo la sustancia venenosa al hospital (en un recipiente seguro).

## DESMAYO

Revise las vías respiratorias del niño y que esté respirando. Si fuera necesario, llame al 911 y comience la respiración asistida y la RCP. (Consulte al dorso).

Si ha vomitado, dé vuelta al niño y póngalo de lado para evitar que se asfixie. Levante los pies por encima del nivel del corazón (30 cm, o unas 12 pulgadas).

**¿Hay un 911 en su comunidad? De no ser así, anote a continuación el número de su servicio local de ambulancias y todos los demás números importantes.**

**ESTÉ PREPARADO: LLAME AL 911 MANTENGA LOS NÚMEROS DE EMERGENCIA JUNTO A SU TELÉFONO.**

PEDIATRA \_\_\_\_\_

DENTISTA PEDIÁTRICO O DE LA FAMILIA \_\_\_\_\_

POISON HELP 1-800-222-1222 \_\_\_\_\_

AMBULANCIA \_\_\_\_\_

DEPARTAMENTO DE EMERGENCIAS \_\_\_\_\_

BOMBEROS \_\_\_\_\_

POICÍA \_\_\_\_\_

DIRECCIÓN E INSTRUCCIONES PARA LLEGAR AL LUGAR

(PARA NIÑERAS Y CUIDADORES) \_\_\_\_\_

American Academy of Pediatrics



DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN®

La información que se incluye en esta publicación no se debe usar como reemplazo de la atención médica y los consejos de su pediatra. Es posible que el tratamiento que recomiende su pediatra varíe, sobre la base de hechos y circunstancias individuales.

© 2016 American Academy of Pediatrics. Todos los derechos reservados.

# ASFIXIA/RCP

APRENDA Y PRACTIQUE RCP (RESUCITACIÓN CARDIOPULMONAR).

SI ESTÁ SOLO CON UN NIÑO QUE SE ESTÁ ASFIXIANDO...

1. GRITE PIDIENDO AYUDA. 2. COMIENZE LOS ESFUERZOS DE RESCATE. 3. LLAME AL 911 O A SU NÚMERO DE EMERGENCIA LOCAL.

COMIENZE LOS PRIMEROS AUXILIOS EN CASO DE ASFIXIA SI

NO COMIENZE LOS PRIMEROS AUXILIOS EN CASO DE ASFIXIA SI

- El niño no respira en absoluto (el pecho no sube ni baja).
- El niño no puede toser ni hablar, o se ve morado.
- Encuentra al niño inconsciente o no responde a estímulos. (Vaya a RCP).

- El niño puede respirar, llorar o hablar.
- El niño puede toser, escupir o mover el aire de alguna manera. Los reflejos normales del niño están funcionando para despejar las vías respiratorias.

## PARA BEBÉS MENORES DE 1 AÑO

### RCP PARA BEBÉS

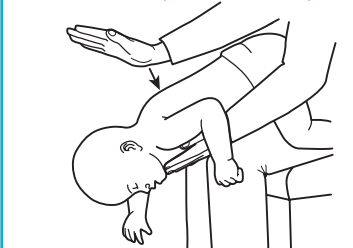
Se aplica cuando el bebé **PIERDE EL CONOCIMIENTO/DEJA DE RESPONDER A ESTÍMULOS** o cuando deja de respirar.

Acueste al bebé sobre una superficie plana y dura.

### ASFIXIA DE UN BEBÉ

Si el bebé se está asfixiando y no puede respirar, toser, llorar ni hablar, siga estos pasos. Pida a alguien que llame al 911.

#### 1 DELE 5 GOLPES EN LA ESPALDA (PALMADAS).



ALTERNÁNDOLOS CON

#### 2 APLIQUE 5 COMPRESIONES EN EL PECHO.



Altere golpes en la espalda (palmadas) y compresiones en el pecho hasta que salga el objeto o hasta que el bebé pierda el conocimiento o deje de responder a estímulos. Si el bebé pierde el conocimiento o deja de responder a estímulos, comience la RCP.

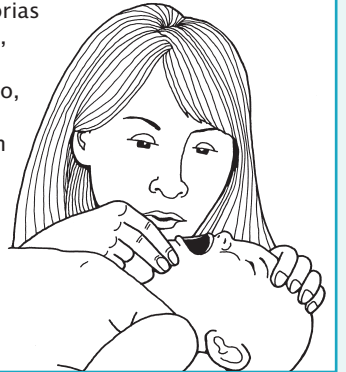
#### 1 INICIE LAS COMPRESIONES EN EL PECHO.

- Coloque 2 dedos de 1 mano sobre el esternón, justo por debajo de la línea del pezón.
- Comprima el pecho por lo menos a  $\frac{1}{3}$  de la profundidad del pecho, o alrededor de 4 cm (1,5 pulgadas).
- Luego de cada compresión, permita que el pecho vuelva a su posición normal. Comprima el pecho a un ritmo de por lo menos 100 veces por minuto.
- Haga 30 compresiones.



#### 2 DESPEJE LAS VÍAS RESPIRATORIAS.

- Abra las vías respiratorias (inclinación de cabeza, elevación de mentón).
- Si ve un objeto extraño, quítelo con el dedo. NO meta los dedos sin ver nada.



#### 3 COMIENZE LA RESPIRACIÓN ASISTIDA.

- Inhale con normalidad.
- Cubra la boca y la nariz del bebé con su boca.
- Exhale 2 veces, cada una durante 1 segundo. Cada exhalación debe hacer subir el pecho.



#### 4 RETOME LAS COMPRESIONES EN EL PECHO.

- Siga con ciclos de 30 compresiones y 2 exhalaciones.
- Luego de 5 ciclos de compresiones exhalaciones (alrededor de 2 minutos), si nadie ha llamado al 911 o a su número de emergencia local, hágalo usted.



## PARA NIÑOS DE 1 A 8 AÑOS DE EDAD

### RCP PARA NIÑOS

Se aplica cuando el niño **PIERDE EL CONOCIMIENTO/DEJA DE RESPONDER A ESTÍMULOS** o cuando deja de respirar. Acueste al niño sobre una superficie plana y dura.

### ASFIXIA DE UN NIÑO (MANIOBRA DE HEIMLICH)

Pida a alguien que llame al 911. Si el niño se está asfixiando y no puede respirar, toser, llorar ni hablar, siga estos pasos.

#### 1. Realice la maniobra de Heimlich.

- Coloque una mano, con el puño cerrado, y cúbrala con la otra mano justo por encima del ombligo. Colóquelas justo debajo del extremo inferior del esternón y la caja torácica.
- Dé cada apretón con la fuerza suficiente como para producir una tos artificial para aliviar la obstrucción de las vías respiratorias.
- Realice la maniobra de Heimlich hasta que el niño expulse el objeto o hasta que pierda el conocimiento o deje de responder a estímulos.



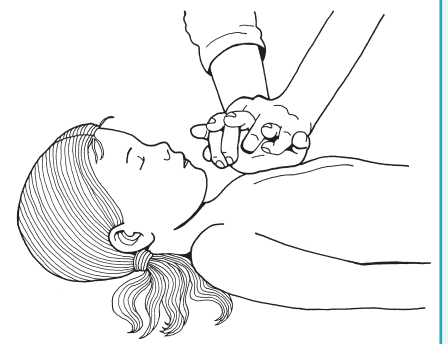
#### 2. Si el niño **PIERDE EL CONOCIMIENTO O DEJA DE RESPONDER A ESTÍMULOS**, comience la RCP. →

#### 1 INICIE LAS COMPRESIONES EN EL PECHO.

- Coloque la base de 1 o de las 2 manos sobre la mitad inferior del esternón.
- Comprima el pecho por lo menos a  $\frac{1}{3}$  de la profundidad del pecho, o alrededor de 5 cm (2 pulgadas).
- Luego de cada compresión, permita que el pecho vuelva a su posición normal. Comprima el pecho a un ritmo de por lo menos 100 a 120 veces por minuto.
- Haga 30 compresiones.



Técnica de 1 mano



Técnica de 2 manos

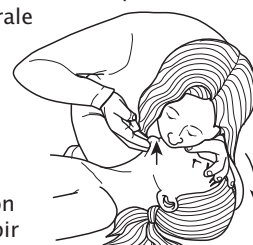
#### 2 DESPEJE LAS VÍAS RESPIRATORIAS.

- Abra las vías respiratorias (inclinación de cabeza, elevación de mentón).
- Si ve un objeto extraño, quítelo con el dedo. NO meta los dedos sin ver nada.



#### 3 COMIENZE LA RESPIRACIÓN ASISTIDA.

- Inhale con normalidad.
- Pellizque la nariz del niño para cerrarla, y cúbrale la boca con su boca.
- Exhale 2 veces, cada una durante 1 segundo. Cada exhalación debe hacer subir el pecho.



#### 4 RETOME LAS COMPRESIONES EN EL PECHO.

- Siga con ciclos de 30 compresiones y 2 exhalaciones hasta expulsar el objeto.
- Luego de 5 ciclos de compresiones y exhalaciones (alrededor de 2 minutos), si nadie ha llamado al 911 o a su número de emergencia local, hágalo usted.

Si, en cualquier momento, el bebé/niño escupe un objeto, o si comienza a respirar, detenga la respiración asistida y llame al 911 o a su número de emergencia local.

Pida a su pediatra información sobre casos de asfixia y RCP para niños de más de 8 años de edad o sobre un curso de primeros auxilios o RCP aprobado en su comunidad.