

AFDP016PO

Primeros auxilios para discapacitados

TEMA 1. EL BOTIQUÍN, MATERIALES, CONSERVACIÓN Y UTILIZACIÓN

TEMA 2. QUE HACER EN CASO DE ACCIDENTE EN PRIMER LUGAR

TEMA 3. TÉCNICA P.A.S. PROTEGER, ALERTAR Y SOCORRER

TEMA 4. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DE HERIDAS

TEMA 5. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DE HEMORRAGIAS

TEMA 6. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DE FRACTURAS

TEMA 7. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DE QUEMADURAS

TEMA 8. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DE INTOXICACIONES

TEMA 9. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO POR ELECTROCUCIÓN

TEMA 10. INMOVILIZACIONES Y VENDAJES

TEMA 11. PREVENCIÓN DE ACCIDENTES LABORALES

OBJETIVOS

- Formar y capacitar en la prevención de accidentes y atención de primera necesidad en un primer auxilio a trabajadores/as de centros y servicios de atención a personas con discapacidad



TEMA 1

El botiquín, materiales, conservación y utilización

- ▶ Qué es el botiquín y qué contiene
- ▶ Consejos de conservación
- ▶ Consejos de utilización de medicamentos y pomadas

OBJETIVOS:

- Conocer los componentes de un botiquín.
- Acceder a una lista de consejos de conservación del botiquín.
- Conocer los medicamentos más usados, para qué sirven y sus indicaciones y contraindicaciones.

INTRODUCCIÓN

En este tema veremos cuáles deben ser los componentes con los que todo botiquín debe contar. Así, accederemos a un listado de elementos que nos permitirá hacer un chequeo con nuestro propio botiquín y ver si está al completo. Además, se ofrecerán una serie de consejos de conservación de dichos componentes, así como una guía con los principales medicamentos, sus usos y sus recomendaciones.

1. QUÉ ES EL BOTIQUÍN Y QUÉ CONTIENE

El botiquín es el principal recurso que nos permitirá prestar los primeros auxilios en cualquier situación de

emergencia. En él podremos encontrar los materiales necesarios para atender en todo momento a cualquier persona que haya sufrido una lesión o percance.

Todo botiquín debe contar con una serie de elementos para estar completo. Además de los medicamentos y utensilios de cura que a continuación detallaremos, también es importante contar con un manual de primeros auxilios y con los teléfonos de emergencias: urgencias y ambulancias, policía, bomberos e información nacional en caso de intoxicación o envenenamiento.

Es necesario revisar periódicamente el botiquín para comprobar las fechas de caducidad de los medicamentos, así como que todo está en orden y no falta nada. Los principales elementos que deben componer un botiquín son:

MATERIAL PARA CURAS	Solución antiséptica Suero fisiológico Alcohol de 70° y 90° Algodón hidrófilo Apósitos autoadhesivos y tiritas Gasas y compresas estériles Guantes desechables Tijeras de punta roma Tira de goma o compresor Jeringuillas y agujas desechables Españador hipoalérgico y de tela de varios tamaños Vendas de diferentes tamaños, formas y longitudes	MEDICAMENTOS	Antitérmico/analgésico no salicílico Antiácidos Antieméticos Crema hidratante Repelente de insectos Pomada para quemaduras y picaduras Antiinflamatorios Pomada antihistamínica	OTROS	Linterna Manta grande Termómetros Una charpa o cabestrillo
----------------------------	---	---------------------	--	--------------	---

2. CONSEJOS DE CONSERVACIÓN

El siguiente esquema recopila los principales consejos sobre la conservación de los elementos del botiquín:



Es importante que el botiquín se sitúe siempre fuera del alcance de los niños y en un lugar fresco, seco, limpio y preservado de la luz. Es imprescindible evitar almacenar los componentes del botiquín en sitios húmedos o en estancias en las que hay cambios bruscos de temperatura. Esto garantiza una conservación óptima de los medicamentos. Algunos de ellos requieren condiciones especiales de conservación. Normalmente, dichas condiciones vienen indicadas en las cajas y en los prospectos, por lo que es conveniente conservar ambos elementos y guardar cada medicamento en su embalaje original.

Los medicamentos caducados no deben usarse bajo ningún concepto. Para deshacernos de ellos, tampoco debemos tirarlos a la basura sin más. En todas las farmacias hay habilitado un punto limpio de medicamentos caducados denominado Punto SIGRE. Así, se garantiza que estos residuos recibirán un tratamiento medioambiental adecuado, evitando que puedan dañar nuestro entorno.

3. CONSEJOS DE UTILIZACIÓN DE MEDICAMENTOS Y POMADAS

Es importante hacer un buen uso de los medicamentos. En muchas ocasiones, la ingesta de medicamentos por iniciativa propia y sin la intervención de una persona especializada (**auto-medicación**) puede provocar efectos adversos al desconocer su correcta aplicación, horario de toma adecuado, duración del tratamiento y las restricciones y contraindicaciones que poseen. Si ingerimos dos o más medicamentos irresponsablemente, nos exponemos a multitud de efectos secundarios nada agradables para nuestro organismo.

A continuación se recopilan los principales medicamentos, su utilidad y sus principales indicaciones y contraindicaciones:

Tipo de medicamento	¿Para qué sirve?	Indicaciones y contraindicaciones (leer siempre el prospecto de cada medicamento)
Analgésicos y antipiréticos (aspirina, paracetamol...)	Calman el dolor y bajan la fiebre.	Tomar un comprimido cada 8/6 horas (no más de 4 al día). No tomar en caso de antecedentes de alergia, úlcera gástrica o cualquier tipo de hemorragia.
Analgésicos y antisépticos para el oído (gotas)	Calman el dolor de oídos.	Se usan en el tratamiento local de la otitis externa superficial, otitis media aguda, otitis media crónica y en los casos de dolor e inflamación del oído. Aplicar 3 a 4 gotas en el conducto auditivo de 2 a 4 veces al día, la aplicación deberá hacerse estando el paciente acostado debiendo permanecer en esta posición durante algunos minutos. Contraindicado en pacientes sensibles a alguno de los componentes del producto.

Antiinflamatorios	Calman el dolor de golpes, luxaciones, esguinces y contusiones.	Los hay en crema y en pastillas. Respecto a las cremas, no aplicarlas en zonas en las que haya heridas abiertas o mal curadas.
Antigripales	Es importante señalar que estos medicamentos no curan la infección ni previenen su propagación, sino que suavizan los síntomas producidos por la gripe y el refriado.	Consumirlos cada 8 horas, acompañados de mucha agua y reposo.
Antidiarreicos - rehidrantes	Permiten tratar los síntomas de la diarrea.	Cada antidiarreico tiene una aplicación determinada. Consultar el prospecto para su correcta consumición.
Antiácidos	Acaban con la acidez estomacal y facilitan la digestión.	Consumir un comprimido al momento de presentar los síntomas o después de las comidas.
Antimicóticos	Previenen y tratan infecciones la piel y hongos.	Aplicar la crema en la zona afectada de 3 a 4 veces al día.
Antisépticos bucofaríngeos	Ayudan a reducir el dolor en la garganta causado por procesos de faringitis, laringitis o amigdalitis.	Suelen presentarse en forma de caramelos o pastillas masticables. No consumir más de 4 comprimidos al día.

LO QUE HEMOS APRENDIDO

- El botiquín es el principal recurso que nos permitirá prestar los primeros auxilios en cualquier situación de emergencia. En él podremos encontrar los materiales necesarios para atender en todo momento a cualquier persona que haya sufrido una lesión o percance.
- Es necesario revisar periódicamente el botiquín para comprobar las fechas de caducidad de los medicamentos, así como que todo está en orden y no falta nada.
- Es importante que el botiquín se sitúe siempre fuera del alcance de los niños y en un lugar fresco, seco, limpio y preservado de la luz. Es imprescindible evitar almacenar los componentes del botiquín en sitios húmedos o en estancias en las que hay cambios bruscos de temperatura. Esto garantiza una conservación óptima de los medicamentos.
- Los medicamentos caducados no deben usarse bajo ningún concepto. Para deshacernos de ellos, tampoco debemos tirarlos a la basura sin más. En todas las farmacias hay habilitado un punto limpio de medicamentos caducados denominado Punto SIGRE.
- Es importante hacer un buen uso de los medicamentos. En muchas ocasiones, la ingesta de medicamentos por iniciativa propia y sin la intervención de una persona especializada (automedicación) puede provocar efectos adversos al desconocer su correcta aplicación, horario de toma adecuado, duración del tratamiento y las restricciones y contraindicaciones que poseen.