



Guía práctica

primeros auxilios para bebés y niños

Procedimientos de emergencia para padres y cuidadores





bainet
editorial

Primera edición: marzo 2011

Título original: *First Aid for Babies and Children Fast*, publicado originalmente en Gran Bretaña por Dorling Kindersley Limited 2006.

Copyright © 2006 Dorling Kindersley Limited
© De esta edición, Bainet editorial S.A, 2010
Uribitarte, 18
48001 Bilbao.

© De la traducción Sfera editores España SLU 2010

Diseño de cubierta: RTO publicidad S.L.
Fotografía de cubierta: Archivo RTO publicidad S.L.

Quedan rigurosamente prohibidas, sin la autorización escrita de los titulares del *copyright*, bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares de ella, mediante alquiler o préstamo público.

I.S.B.N.:978-84-96177-56-7

Impreso y encuadernado en Tien Wah Press, Singapur (*Printed in Singapore*)

www.dk.com



Prólogo

Los niños son por naturaleza aventureros y tienen mucha energía. Por eso no resulta extraño que en algunas ocasiones puedan hacerse daño, incluso herirse. Por suerte, también tienen una gran capacidad para recuperarse rápidamente, pero algunas veces necesitan ayuda. Por eso es muy importante para madres, padres y personas que tienen que cuidar de niños, conocer las técnicas básicas en primeros auxilios.

Este manual está planteado para ayudar y poner al día a las familias y cuidadores infantiles con los últimos avances en primeros auxilios. Elaborado por un equipo especialista, explica de forma práctica y sencilla los aspectos a tener en cuenta y los pasos concretos a dar ante determinadas situaciones que se pueden presentar cuando se está al cuidado de niños.

Este libro, junto con el instinto natural para cuidar a los más pequeños, será de gran ayuda para que se recuperen rápidamente de sus enfermedades y heridas. En ningún caso sustituye al personal sanitario, pero será de gran utilidad en muchas ocasiones.

Contenidos

Introducción 8

Cómo usar este libro 9

Cómo actuar en caso de emergencia 10

Fuego 11

Descargas eléctricas 12

Ahogos 13

Inconsciencia 14

Bebé inconsciente 17

Respiración boca a boca: bebé 18

RCP: bebé 20

Niño inconsciente 22

Cómo usar un desfibrilador pediátrico 23

Respiración boca a boca: niño 24

RCP: niño 26

Posición de recuperación 28

Shock 30

Trastornos de la consciencia 32

Convulsiones febriles 32

Ataques epilépticos 33

Urgencias diabéticas 34

Desmayos 35

Dificultades respiratorias 36

Bebé atragantado 36

Niño atragantado 38

Espasmos del llanto 40

Hipo 40

Sofocos y estrangulación 41

Inhalación de humo 41

Crup 42

Asma 43

Heridas y hemorragias 44

Hemorragias 44

Objetos clavados 46

Cortes y rozaduras 47

Heridas infectadas 48

Ampollas 49

Heridas en el ojo 50

Hemorragias nasales 51

Heridas en la oreja 52

Heridas en la boca 53

Amputaciones 54

Hemorragias internas 55

Aplastamientos 55

Heridas en el pecho 56

Heridas en el abdomen 57

Quemaduras y escaldaduras 58

Quemaduras y escaldaduras 58

Quemaduras eléctricas 60

Quemaduras químicas en la piel 61

Quemaduras químicas en el ojo 62

Envenenamiento 63

Ingesta de producto químico 63

Intoxicación por alcohol o medicamentos 64

Intoxicación con plantas 64

Heridas en la cabeza y en la cara 65

Herida en cuero cabelludo 65

Heridas en la cabeza 66

Lesión en la nariz 68

Lesión en la mandíbula 68

Lesión en la columna 69

Lesiones en la columna con pérdida de conocimiento 70

Lesiones en huesos, articulaciones y músculos 72

Lesión pélvica 72

Lesión en la pierna 72

Lesión en la rodilla 74

Lesión en el pie 74

Lesión en el tobillo 75

Lesión en la clavícula 76

Lesión en las costillas 77

Lesión en el brazo 78

Lesión en el codo 78

Lesión en la mano 79

Hematomas e hinchazón 80

Cuerpos extraños 81

Astillas 81

Cuerpo extraño en el ojo 82

Objeto en el oído 83

Objeto en la nariz 84

Objeto ingerido 84

Mordeduras y picaduras 85

Mordedura de un animal 85

Picadura de un insecto 86

Erupción por ortiga 86

Shock anafiláctico 87

Picadura de medusa 88

Picadura de pez araña 88

Mordedura de serpiente 89

Efectos del calor y del frío 90

Hipotermia 90

Congelación 92

Acaloramiento 93

Golpe de calor 94

Eritema solar 95

Sudamina 95

Fiebre y enfermedades 96

Fiebre 96

Meningitis 97

Vómitos y diarrea 98

Dolores y malestar 99

Dolor de estómago 99

Dolor de oídos 100

Dolor de muelas 101

Calambre 101

Vendajes y apósitos 102

Botiquín de primeros auxilios 102

Apósitos 104

Vendas 105

Vendaje triangular 106

Otro material útil de primeros auxilios 108

Seguridad infantil 109

Seguridad en casa 109

Entrada de la casa y escaleras 110

Sala de estar 111

Cocina 112

Dormitorios 114

Cuarto de baño 116

Juguetes y juegos 117

Jardín 118

Seguridad en el garaje y en el coche 119

De paseo 120

Viajar con bebés y niños 122

Índice 123

Agradecimientos 127

Información útil para emergencias

128



Introducción



En este libro han contribuido, en primer lugar, padres, pero también otros parientes, como los abuelos y otras personas, como profesores, canguros y líderes de grupo, quienes se encuentran regularmente, también ocasionalmente, a cargo de bebés y niños.

El contenido se presenta de forma clara y lógica, con información gráfica, utilizando palabras sencillas y destacados para que sea muy fácil de seguir y entender. Los métodos de primeros auxilios y técnicas descritas reflejan las recomendaciones de la Paediatric Life Support Group (Grupo de Soporte a la Vida Pediátrica) de la European Resuscitation Council (Instituto de Reanimación Europeo) y están actualizadas en el momento de la publicación.

Las emergencias son, por su propia naturaleza, sucesos inesperados y requieren una respuesta cercana y rápida. Si tú sigues los consejos y recomendaciones dados en este libro, sin lugar a dudas, serás capaz de dar ayuda rápida y efectiva siempre que sea necesario. Sin embargo, debes ser consciente de que los primeros auxilios son esencialmente un conocimiento práctico y que tu confianza y efectividad mejorarán con una preparación adecuada.

Regularmente, la Cruz Roja suele ofrecer una amplia variedad de programas de aprendizaje, algunos orientados a prestar ayuda a los niños. Puedes encontrar más información llamando a la oficina de la Cruz Roja más cercana, que estarán encantados de atenderte.

Ofrecer los primeros auxilios, con rapidez y haciendo lo apropiado de manera rápida y efectiva, puede ser gratificante, pero también estresante y, algunas veces, desagradable (especialmente si el niño no es el tuyo) e incluso peligroso. Es importante que controles tus sentimientos y que no te precipites, con el fin de evitar daños adicionales al niño herido o a ti mismo. No puedes ofrecer una ayuda efectiva si tú mismo te vuelves víctima. Por tanto, siempre tómate un tiempo para pensar antes de actuar. Este libro está orientado a ayudarte a hacer lo apropiado en el momento adecuado, de forma segura y efectiva.

Cómo usar este libro

Este libro trata cualquier tipo de primeros auxilios, desde cortes y arañazos, hasta el tratamiento de un niño inconsciente. Para cada situación, una serie de fotografías

Determinadas señales y síntomas clave te ayudan a reconocer la emergencia

Destacados que te indican acciones esenciales

Fotografías claras ilustran cada paso que debes dar



Referencias que te indican directamente la página donde encontrarás más información sobre el daño

Símbolos que destacan las acciones necesarias que debes realizar para la ayuda médica

Los recuadros muestran aspectos importantes a tener en cuenta



GUÍA DE SÍMBOLOS

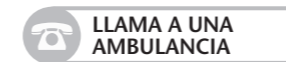
Los siguientes símbolos e instrucciones aparecen en el caso de que el niño necesite atención médica:



Ponte en contacto con el Centro de Salud local o el hospital más cercano.



Lleva a tu hijo al hospital o centro médico más cercano en caso de que dispongas de transporte.



Tu hijo necesita atención médica urgente y es mejor transportarle en ambulancia al hospital más cercano.

¡IMPORTANTE!

- **Controla** si el niño muestra señales de *shock*.
- Si pierde la consciencia, abre sus vías respiratorias y comprueba la respiración. Si respira, ponle en la posición de recuperación; si no, hazle el boca a boca y masaje cardíaco.

Heridas en el pecho

Una herida en el pecho puede provocar graves daños internos. Los pulmones son especialmente vulnerables y, si se dañan, pueden provocar problemas respiratorios, *shock* y colapsos. Es muy importante cerrar herméticamente la herida para prevenir que el aire entre en la cavidad torácica.



1 Cubre la herida con la palma de tu mano y sujeta al niño en una posición ligeramente incorporada. Tranquiliza al niño.



2 Con el niño sujeto, cúbrele la herida con una gasa limpia y colócale esparadrapo por tres de los lados (ver izquierda). Cubre la gasa con film de cocina para sellarlo; de nuevo, colócale esparadrapo solamente por tres lados (ver izquierda).



3 Inclina al niño hacia la parte dañada, ayudándote de cojines. Esto ayuda a sujetar el tórax.

LLAMA A UNA AMBULANCIA

» Ver

- Hemorragias, p. 44
- *Shock*, p. 30
- Niño inconsciente, pp.22-29

Heridas en el abdomen

Un niño con heridas en el abdomen es probable que muestre signos de *shock*. Existe un alto riesgo de que haya una hemorragia tanto interna como externa.



1 Ayuda al niño a tumbarse y colócale un cojín o almohada debajo de sus rodillas para aliviar la tensión de su abdomen. Afloja cualquier prenda que esté ajustada alrededor de su cuello, pecho o cintura.



2 Tranquiliza al niño mientras le colocas una gran gasa estéril sobre la herida. Sujeta la herida con tu mano si el niño quiere toser o va a vomitar.



3 Utiliza esparadrapo para sujetar la gasa.

LLAMA A UNA AMBULANCIA

4 Sigue tranquilizando al niño y observa cualquier cambio mientras llega la ayuda.

¡IMPORTANTE!

- Si una parte del intestino sobresale, cúbrelo con una bolsa de polietileno o con film de cocina y cubre la herida con una gasa.
- **Observa** si el niño muestra signos de *shock*.
- Si el niño pierde la consciencia, abre sus vías respiratorias y comprueba su respiración. Si respira, colócale en posición de recuperación, sujetando su abdomen mientras lo tumbas; si no respira, hazle el boca a boca y masajes cardíacos.

» Ver

- Hemorragias, p. 44
- *Shock*, p. 30
- Niño inconsciente, pp. 22-29

13	Ahogos
54	Amputación
55	Aplastamiento
43	Asma
36	Bebé atragantado
17	Bebé inconsciente
32	Convulsiones febriles
42	Crup
63	Envenenamiento
41	Estrangulación
44	Hemorragias
50	Heridas en el ojo
56	Heridas en el pecho
66	Heridas en la cabeza
90	Hipotermia
69	Lesión en la columna vertebral
72	Lesiones en los huesos
85	Mordeduras y picaduras
38	Niño atragantado
22	Niño inconsciente
60	Quemaduras eléctricas
58	Quemaduras y escaldaduras
20	RCP: bebé
26	RCP: niño
18	Respiración boca a boca
30	Shock

Una guía para padres indispensable para tratar las emergencias infantiles con rapidez y seguridad, desde los cortes y arañazos al atragantamiento y el envenenamiento.



✚ Con fotografías muy detalladas que muestran, paso a paso, cómo hay que actuar en caso de emergencia.

✚ Cuidadosamente estructurado, para realizar una búsqueda rápida en caso de emergencia.



✚ Con consejos prácticos sobre la prevención de accidentes dentro y fuera de casa.

✚ Elaborado especialmente para los padres y todas las personas que cuidan niños

