

NOTAS PRÁCTICAS

Primeros Auxilios (VI). Vendajes improvisados

Cuando hablamos de *Primeros Auxilios*, hablamos de la primera ayuda que se presta a un herido antes de que sea asistido por el personal sanitario y sea trasladado a un centro asistencial. Normalmente, esta primera ayuda la ofrece la persona que se encuentra más cerca del herido, de ahí la importancia de que todos tengamos nociones básicas sobre el tema, ya que una rápida actuación puede salvar la vida de una persona o evitar el em-

peoramiento de las posibles lesiones que padezca. El artículo 20 del capítulo III de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales (BOE nº 269, de 10 de noviembre de 1995) señala como obligación del empresario el análisis de las posibles situaciones de emergencia, así como la adopción de las medidas necesarias, entre otras, en materia de Primeros Auxilios.

En los números 46, 49, 55, 60 y 70 de este mismo

periódico hemos tratado los siguientes temas: *Primeros Auxilios (I), Organización; Primeros Auxilios (II), Actuación frente a las hemorragias; Primeros Auxilios (III), Actuación frente a las quemaduras; Primeros Auxilios (IV), Actuación frente a las lesiones oculares y Primeros Auxilios (V), Actuación frente a las heridas*. Con el tema de *los vendajes improvisados* retomamos la serie: *Primeros Auxilios*, iniciada en 1996.

Los vendajes se utilizan en primeros auxilios para sujetar un apósito, para proteger una herida y para comprimir o inmovilizar una parte del cuerpo. El material más utilizado para realizarlos son las vendas de rollo, los triángulos y las mallas elásticas. En esta sección nos centraremos en los vendajes que se pueden realizar con las vendas triangulares para tapar heridas en diferentes partes de cuerpo.

Una venda triangular es un trozo de tela que tiene forma de triángulo rectángulo, con dos lados iguales. Se puede improvisar una venda triangular doblando un pañuelo o trozo de tela cuadrado.

VENDAJES DE HERIDAS

El paso previo obligado al vendaje de una herida consiste, una vez realizado el tratamiento de la misma, en colocar un apósito estéril sobre la misma para evitar que la venda se adhiera al tejido lesionado. En el caso de una herida grave en extremidad superior, es conveniente colocar un cabestrillo.

El material imprescindible para el tratamiento y vendaje de las heridas consiste en: guantes, tijeras y esparadrapo; apósitos de gasa en envase estéril, de diferentes tamaños y multivendas triangulares.

En cuanto a las precauciones al hacer un vendaje, deberemos: evitar la colocación de una venda en contacto directo con la herida; cubrir toda la herida; controlar la presión que hace el vendaje sobre la herida para evitar daños suplementarios; no anudar la venda triangular sobre la herida; evitar cabos sueltos que se puedan enganchar al mover al accidentado, y dejar los dedos de las manos o los pies al descubierto.

Vendaje de cabeza

- Apoyar el lado más largo del pañuelo sobre la frente y envolver la cabeza, pasando cabos y vértice por detrás de la misma.
- Coger los cabos, cruzar atrapando el vértice y llevarlos hacia el frente.
- Anudar los cabos en la frente y esconder el trozo de tela sobrante debajo del vendaje.
- Comprobar si está bien hecho tirando del vendaje.

Vendaje ocular

- Hacer un "donut" enrollando un pañuelo sobre sí mismo y, posteriormente, sobre los tres dedos centrales de la mano.
- Colocar sobre el ojo lesionado, sin presionar el globo ocular o cualquier cuerpo extraño sobresaliente.
- Doblar otro pañuelo en forma de banda.
- Vendar ambos ojos.

Cabestrillo

- Colocar el antebrazo del accidentado de forma que la mano quede más alta que el codo.
- Colocar el pañuelo entre el tórax y la extremidad afectada con el vértice a la altura del codo.
- Llevar el cabo inferior hacia el hombro del brazo lesionado.
- Anudar los dos cabos sobre el cuello, del lado de la extremidad afectada.
- Esconder el vértice entre el codo y el pañuelo.



Vendaje ocular



Vendaje de brazo



Vendaje de mano



Vendaje de mano quemada



Vendaje de rodilla



Vendaje de tórax (o espalda)

Vendaje de hombro

- Apoyar el vértice sobre el hombro, lo más próximo posible al cuello. Los cabos rodean al brazo y se anudan en el lado exterior.
- Doblar otro pañuelo en forma de tira que se enroscará sobre la punta apoyada en el hombro.
- Una vez enroscado el pañuelo se anudará bajo la axila contraria al hombro cubierto.
- Comprobar si está bien hecho tirando del vendaje.

Vendaje del codo

- Con el codo en ángulo recto, poner el vértice del pañuelo más allá del tríceps. Los cabos rodean el antebrazo.
- Anudar los cabos dirigiéndolos hacia detrás del codo.

Vendaje de mano

- Extender el pañuelo y colocar la mano sobre él. Llevar el vértice hacia el antebrazo.
- Cruzar los cabos sobre el vértice.
- Hacer un cruce bajo la muñeca y anudar arriba.

Vendaje de mano quemada

- Humedecer un pañuelo con suero fisiológico o agua limpia.
- Doblar e introducir entre los dedos.
- Hacer el vendaje de mano.

Vendaje de rodilla

- Poner el vértice sobre el muslo.
- Cruzar los cabos por detrás de la pierna, por encima del músculo gemelo.
- Tirar de ellos hacia arriba anudándolos sobre el muslo.

Vendaje de pie

- Colocar el pie sobre el centro del pañuelo, orientando el vértice hacia la parte posterior del talón.
- Doblar el pañuelo sobre el pie.
- Cruzar los cabos sobre el dorso y anudar sobre el vértice.

Vendaje de tórax (o espalda)

- Colocar el pañuelo con el vértice hacia arriba y sobre el lado de la herida.
- Coger los cabos y anudar tras la espalda.
- Doblar otro pañuelo en forma de tira, que se enroscará sobre la punta apoyada en el hombro.
- Coger los cabos del pañuelo enroscado y pasar por encima del hombro y bajo la axila. Anudar detrás.
- Comprobar si está bien hecho tirando del vendaje.

Vendaje de abdomen

- Coger dos pañuelos y anudar ambos vértices.
- Colocar un pañuelo sobre la herida y llevar los cabos hacia atrás.
- Llevar el otro pañuelo a la parte posterior y atar las puntas de los dos pañuelos.

