



Capacitate



Resumen Imprimible

Curso de Primeros Auxilios y RCP

Módulo 9: Primeros Auxilios Pediátricos

Contenidos:

- Accidentes domésticos
- Accidentes viales
- Accidentes con mascotas
- Accidentes al aire libre
- Intoxicación con agua no potable
- Fracturas, traumatismos, golpes en la cabeza en niños
- Asfixia por cuerpos extraños. Maniobra de Heimlich
- Reanimación Cardio Pulmonar en lactantes y niños
- Riesgos de accidentes según las edades

La Sociedad Argentina de Pediatría (SAP) considera que no existen los accidentes sino niños y adolescentes accidentados, en el marco de una familia y con una gran influencia del medio social, cultural, económico y geográfico. La prevención es la manera más importante, económica y saludable de proteger a los niños de estas lesiones para que las mismas no afecten negativamente a su salud y crecimiento.

Tipos de accidentes:

1. Accidentes domésticos

Los accidentes domésticos son los más frecuentes y los que, muchas veces, revisten mayores complicaciones. En las consultas médicas los profesionales deben asesorar a los padres en los riesgos de los mismos.

La cocina: la cocina es uno de los lugares más peligrosos de la casa por la cantidad y la diversidad de alimentos que allí se utilizan.

El Baño: el baño es el lugar de la casa donde se producen los accidentes con mayor frecuencia.

Los principales riesgos se deben a ahogamiento sobre todo en los niños más pequeños que pueden ahogarse con pocos centímetros de agua y en pocos segundos. Los calefactores como estufas dentro del baño sin tiro balanceado pueden generar intoxicaciones por monóxido de carbono y provocar consecuencias letales.

Living-comedor: si bien las estadísticas son bajas respecto a los accidentes en esta zona de la casa, es importante tomar los recaudos para prevenirlos teniendo en cuenta que muchos niños pasan horas jugando allí. La vigilancia es la principal medida preventiva.

Entre los riesgos más frecuentes se encuentran los encerados, plastificados o las alfombras en los pisos, esto puede generar que los niños se resbalen y caigan.

Balcones y terrazas: la caída de un niño al vacío produce traumatismos muy graves. Muchas veces los niños se identifican con superhéroes de la televisión y copian sus acciones subiéndose a sillas o barandas. Además de cuidar estos lugares se debe explicar al niño sobre estos personajes ficticios que no deben imitar ciertas acciones.

Escaleras: es uno de los sectores de la casa donde los accidentes son frecuentes. Muchos niños las utilizan como lugar de juego y pueden producir caídas tanto en la subida como en la bajada. Siempre se deben recomendar que los niños vayan de la mano de un adulto o enseñarles a tomar la baranda y que no corran al subir o bajar ya que aumenta el riesgo de caídas. Las escaleras caracol son extremadamente peligrosas y muchas de ellas tienen las barandas muy separadas lo que puede complicar la caída.

2. Accidentes viales

Generalmente la norma indica que los niños entre los 7 y los 9 años ya comienzan a conocer y a respetar las reglas de tránsito. Los niños deben ir siempre de la mano de un adulto responsable sobre todo entre los 4 y los 6 años ya que es el momento en el cual suelen correr o soltarse de sus padres. La compañía de hermanos mayores, adolescentes o personas ancianas muchas veces es relativa en caso de emergencias, sin embargo no se duda de su buena voluntad y colaboración.

Sillas y Butacas:

- Menos de 50 kilos: deben viajar en su asiento correspondiente colocado en el asiento trasero con el cinturón puesto.
- Niños de 0 a 9 meses deben ir detrás del respaldo del acompañante, orientado en sentido inverso a la marcha.
- Niños de 9 meses a 3 años pueden tener su butaca en el asiento trasero en el sentido de la marcha.

- Niños de 4 a 12 años deben viajar en el asiento trasero sobre sillas o elevadores para poder colocar el cinturón de seguridad del auto.
- Los mayores de 12 años pueden viajar en el asiento delantero siempre colocando el cinturón.

3. Accidentes con mascotas

Es muy importante educar a los niños a interactuar con las mascotas propias y animales ajenos. Las lesiones producidas por animales son más frecuentes de lo que imaginamos, sobre todo con perros y gatos. Sin embargo la gran cantidad de animales sueltos en la vía pública generan un riesgo grande para los niños. Muchos están sueltos, sin correas o dueños y los niños tienen a acercarse, tocarlos y las reacciones de los animales suelen ser diversas. Muchos son agresivos y pueden morder, rasguñar o generar diversas lesiones.

Elegir y tener una mascota es muy importante para los nenes, les genera una compañía de juego y un buen vínculo.

4. Accidentes al aire libre

Piletas

El agua representa un gran riesgo en todos sus aspectos. Ya vimos los cuidados del agua respecto a la hora del baño, ahora estudiaremos juntos que ocurre en las piletas y como debemos efectivizar el cuidado.

El ahogamiento en las piletas es la causa más frecuente de muerte en niños de 1 a 5 años.

Recordar que los niños no tienen noción del peligro y más aun dentro del agua, es fundamental para que tengamos una vigilancia permanente en los niños. Si los niños

con muchos en la piscina se recomienda que varios adultos estén al cuidado de ellos, uno solo no puede "mirar" a todos.

Las recomendaciones de colocar cercas alrededor de la pileta es eficiente, con una altura mínima de 1 metro, siendo la óptima entre 1.50 y 1.70 metros y sin espacios que puedan permitir que el niño trepe. Nunca dejar sillas cerca para evitar también que se suban y alcancen la altura ni objetos que llamen la atención dentro de la pileta que haga que los niños quieran ir a buscarlos.

En estos casos no es útil asustar a los niños respecto al agua, sea mar, pileta, laguna o río, sino educarlo en tener "respeto" y siempre estar acompañado por un adulto responsable.

Exposición solar

El sol puede causar grandes daños y quemaduras en los niños que no son controlados por los mayores. Las principales lesiones son: quemaduras por los rayos ultravioletas que penetran en las capas de la piel sin protección. Muchas pueden generar, a largo plazo, cáncer de piel. Antes de la exposición solar se debe colocar la protección adecuada a la piel y para ello se podía consultar con un médico dermatólogo cual es la mejor protección y factor dependiendo de las características de la piel de cada niño. Debe renovarse cada 2 horas y más un si el niño ingreso al mar o a una pileta

Se debe evitar que estén al sol entre las 11 y las 16 hs ya que en ese periodo los rayos ultravioletas son más penetrantes. A pesar de que el día nos parezca que este nublado, el mar, la arena y la nieve reflejan dichos rayos y las quemaduras suelen ser más fuertes e intensas.

Jamás debe exponerse al sol a un niño menor de 1 año, es muy peligroso ya que su piel es extremadamente sensible, más allá de que tenga gorrito o este con ropa.

El golpe de calor y posterior deshidratación es común en los niños menores de 5 años o niños que están mucho tiempo expuestos al sol. Se debe prestar atención a que el niño ingiera adecuada cantidad de líquidos y orine de manera frecuente. Si se lo observa desganado, sin fuerzas, sin actividad, pálido y con los labios secos, hay que sospechar un golpe de calor y consultar inmediatamente.

5. Intoxicación con agua no potable

Se considera el agua segura cuando viene de una planta potabilizadora donde ha recibido el tratamiento adecuado que permite su libre consumo. Sin embargo hay muchos lugares en nuestro país donde uno no cuenta con agua apta para el consumo. Muchos provienen de pozos cercanías a las excretas debido a la falta de servicios cloacales.

Siempre antes de beber agua o lavar alimentos se deben conocer el origen de la misma, ante cualquier duda el tratamiento de la misma debe ser hervirla durante 1 a 3 minutos o colocar 2 gotas de lavandina por litro de agua y esperar media hora antes de consumirla.

Ante cualquier duda por intoxicación se debe consultar al pediatra.

6. Fracturas, traumatismos, golpes en la cabeza en niños

Cuando un niño se da un golpe en la cabeza debemos vigilar y controlar su estado general durante las primeras 72 hs luego del golpe. Ante cualquier síntoma o comportamiento fuera de lo normal hay que consultar de inmediato al pediatra. También se debe acudir a él si el niño sufre una pérdida de conocimiento, por breve que sea.

Muchas veces cuando se produce un trauma craneal el mismo puede ir acompañado de lesiones en las vértebras cervicales (aquellas que se encuentran detrás del cuello).

Respecto al sueño, se deberá esperar las indicaciones del pediatra ya que hay muchos profesionales que no recomiendan que el niño duerma muchas horas ya que podrían entrar en estado de inconsciencia.

¿Qué hacer si un bebé se golpea la cabeza?

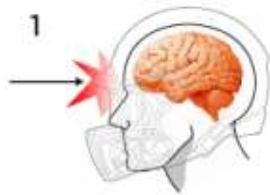
Los golpes en la cabeza de los bebés son extremadamente graves y debemos alarmarnos y preocuparnos porque los huesos del cráneo son muy blandos y aún no se han cerrado. Se debe consultar al médico de inmediato posterior al golpe. Si aparece alguno de los siguientes síntomas el cuadro clínico reviste mayor gravedad: pérdida de conocimiento, vómitos, irritabilidad y llanto constante, hematomas o chichones, respiración forzada o dificultad para respirar y tendencia a dormir.

Signos de fractura de cráneo en los niños (con hemorragia interna):

El niño sangra por el oído o la nariz (sin haberse dado el golpe en esa zona), se le ponen los ojos morados, tiene un hematoma de gran tamaño, o un chichón raro que crece, los huesos de la cabeza ceden al tacto, tiene vómitos sanguinolentos y su conducta es anormal: está desorientado y no habla o se expresa bien.

Qué es y cómo se produce una conmoción

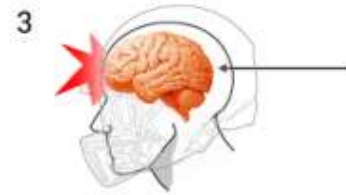
Es una lesión del cerebro que se produce por su desplazamiento dentro del cráneo como consecuencia de la violencia de los golpes. El impacto puede inflamar el cerebro y causar hematomas y daños en vasos sanguíneos y nervios.



1
Con el golpe, la desaceleración detiene la cabeza en seco.



2
La violencia del impacto hace que el cerebro se desplace dentro del cráneo.



3
El cerebro se comprime (en ocasiones se retuerce) y rebota en el lado opuesto.

7. Asfixia por cuerpos extraños. Maniobra de Heimlich

- Si la víctima es un lactante (hasta 1 año de vida):
 - 1- Colocar al bebé boca abajo sobre el antebrazo y sostener la cabeza del bebé en todo momento.
 - 2- Dar 5 golpecitos con la base de la palma en la zona de la espalda, específicamente entre los omoplatos
 - 3- Si el objeto no es eliminado, colocar al bebe boca arriba y con los mismos dos dedos realizar compresiones a la altura de la boca del estómago, por debajo del esternón
 - 4- Alternar las 5 palmadas de la espalda con las 5 compresiones en el pecho hasta que le bebe pueda: eliminar el objeto, respirar, toser o llorar. Si el bebé pierde la conciencia, será necesario acostarlo en una superficie firme y plana e iniciar reanimación cardiopulmonar
- Si la víctima es un niño:

En caso de que la víctima sea un niño se hace de la misma forma que en el adulto, colocándose por detrás de él. Se puede realizar con el puño como en el adulto o con dos dedos (pulgar e índice) si el niño es pequeño, generalmente hasta los 11 o 12 años. Luego se puede efectuar como en el caso de un adulto.

Dependiendo de la edad del niño, el socorrista deberá arrodillarse para efectuar la maniobra. La misma se continúa hasta que el niño expulse el objeto, llore o tosa.



8. Reanimación Cardio Pulmonar en lactantes y niños

En los lactantes (niños menores de 1 año) la técnica es muy diferente a la que se maneja en los adultos.

Lo más importante en primer lugar es distinguir si el niño está o no consciente. Si está consciente se lo coloca en la posición lateral de seguridad y se aguarda la llegada del servicio de emergencia. En cambio si está inconsciente y respira también se la coloca en la posición lateral, pero si carece de pulso se debe iniciar inmediatamente el RCP.

Para iniciar la maniobra de reanimación cardio pulmonar se acuesta al bebe boca arriba y se inician las compresiones con el dedo índice y el mayor justo en la zona media de las tetillas. Se recomienda realizar 30 compresiones que pueden ir alternadas con 2 insuflaciones. Cabe aclarar que, en caso de insuflar, la boca del adulto debe cubrir la totalidad de la boca y nariz del bebe y observar que el tórax ascienda, esto nos dará la pauta del ingreso de oxígeno.

Al igual que en el caso de los adultos, siempre se debe asignar a alguien que llame al servicio de emergencia mientras nosotros iniciamos las compresiones. Si estamos solos con la víctima primero llamamos al servicio y luego iniciamos la maniobra. De esta forma nos aseguramos que el profesional está en camino para la atención, mientras nosotros atendemos a la víctima.

En el caso de los niños mayores de 8 años el manejo es igual al de un adulto en lo que se refiere a las compresiones, como ya estudiamos en los módulos anteriores.



9. Riesgos de accidentes según las edades.

Si bien los accidentes pueden ocurrir a cualquier edad, los mismos dependen de las características físicas y la edad del niño, los cambios en el comportamiento, el mundo y el ámbito en el cual se relacionan.

- Los niños de 0 a 6 meses son completamente dependientes de un mayor para sus necesidades básicas y las lesiones están muy relacionadas al cuidado de un adulto y a los factores ambientales
- De 6 meses a 1 año es similar pero los lactantes comienzan a explorar un nuevo mundo, tienen curiosidad y la mayoría de los accidentes son domésticos.
- Los niños en edad preescolar de 2 a 5 años empiezan a explorar otros lugares además de su hogar, como un jardín o guardería. Comienzan a acatar normas aunque aún desconocen el peligro
- Entre los 5 y los 12 años, denominada edad escolar, los niños pasan muchas horas alejados de sus hogares y allí es fundamental el trabajo de los maestros y auxiliares en el colegio para cuidar a cada uno de ellos. Los niños son más independientes y más vulnerables también a accidentes escolares.

- En lo que respecta a los adolescentes, son un grupo muy vulnerable que necesita adherencia a su grupo de pares. La rebeldía y la aparición de riesgos a adicciones peligrosas como ser las drogas y el alcohol es un punto fundamental en lo que siempre de bene trabajar con los adolescentes, padres y maestros.

Es importante capacitar a los padres y docentes sobre estos riesgos para que puedan estar atentos y tomar medidas al respecto.

Edad 6 meses a 1 año

Comportamiento esperado: comienza a coordinar sus movimientos, gatea e intenta empezar a caminar. Es común que se lleve objetos a la boca para conocer distintas formas y texturas. Aumenta ampliamente el riesgo de caerse o aspirarse ya que, además, a esta edad los niños son muy inquietos y movedizos. Carecen aún de la noción de peligro.

Edad 1 a 2 años

Comportamiento esperado: el niño a esta edad comienza a caminar y a explorar un nuevo mundo. Sube escaleras y trepa sillas. Suele iniciar a alimentarse por sí solo. Aun no comprende del peligro pero comienza a entender el significado del "NO"

Edad 2 a 5 años

Comportamiento esperado: en esta etapa los niños tienen mucha energía y van adquiriendo de a poco mayores habilidades físicas. No aceptan el NO y suelen ser muy caprichosos al tener que acatar límites precisos. Se accidentan con mucha frecuencia y necesitan ser controlados y observados en forma constante por un adultos.

Edad 5 a 12 años

Comportamiento esperado: los niños en esta etapa escolar aumentan su capacidad motriz, de agilidad y equilibrio. Continúan explorando el mundo, comienzan a obedecer reglas y aceptan el NO. Aun no tienen una noción completa del peligro y desarrollan actividades fuera del hogar.

Adolescencia

Comportamiento esperado: Es común que durante esta etapa disminuya la relación directa entre los adolescentes y su familia ya que empiezan a querer identificarse con sus pares y generar grupos de pertenencia. Pasan mucho tiempo fuera del hogar y tienden a transgredir normas. La influencia de su entorno puede ser positiva o negativa con lo cual es muy importante estar atentos a las amistades y a los lugares que frecuentan. Sienten una gran sensación de vulnerabilidad y a la vez gran deseo de conocimiento que muchas veces los llevan a inspeccionar nueva conductas o hábitos como ser el cigarrillo, las drogas y el alcohol.