

Wilderness First Aid

Primeros auxilios en lugares remotos

**Un programa de formación para la atención
de emergencia en ambientes agrestes**

Primera edición en español

Tercera edición en inglés

Howard D. Backer, MD

Warren D. Bowman, MD

Bruce C. Paton, MD

Peter Steele, MD

Alton L. Thygerson, EdD, FAWM

Steven M. Thygerson, PhD, MSPH

Benjamin Gulli, MD

Editor Médico



WMSTM
WILDERNESS MEDICAL SOCIETY





AMERICAN ACADEMY OF
ORTHOPAEDIC SURGEONS

Editorial Credits

Chief Education Officer: Mark W. Wieting
Director, Department of Publications:

Marilyn L. Fox, PhD

Managing Editor: Barbara A. Scotese

Board of Directors, 2007

James H. Beaty, MD

E. Anthony Rankin, MD

Joseph D. Zuckerman, MD

William L. Healy, MD

Thomas C. Barber, MD

Kevin J. Bozic, MD, MBA

John T. Gill, MD

Christopher D. Harner, MD

Richard F. Kyle, MD

Joseph C. McCarthy, MD

Norman Y. Otsuka, MD

William J. Robb III, MD

Matthew S. Shapiro, MD

James P. Tasto, MD

G. Zachary Wilhoit, MS, MBA

Ken Yamaguchi, MD

Karen L. Hackett, *FACHE, CAE (Ex Officio)*

REVISORES DE LA EDICIÓN EN ESPAÑOL:

Javier González Uriarte

Coordinador Nacional en España del Programa
Wilderness First Aid—Primeros auxilios en
lugares remotos. Un programa de formación
para la atención de emergencia en ambientes
agrestes

Francisco Martín Rodríguez

Director en España del Programa Wilderness
First Aid—Primeros auxilios en lugares
remotos. Un programa de formación para la
atención de emergencia en ambientes agrestes

ECSI Iberoamérica

Juan S. Vilas

Director internacional

jsvilas@ecsi-iberoamerica.org

www.ecsi-iberoamerica.org

Se ha puesto cuidado en confirmar la exactitud de la información presentada y en enunciar prácticas generalmente aceptadas. De todas formas, los autores, los editores y el impresor no son responsables por errores u omisiones ni por las consecuencias que pueda tener la aplicación de la información contenida aquí y no garantizan, en forma explícita o implícita, que el contenido de esta obra esté en vigor o que sea completo o exacto. La aplicación de esta información a una determinada situación sigue siendo responsabilidad profesional del médico. Los autores, los editores y el impresor han hecho lo posible para que la selección de los fármacos mencionados aquí y sus esquemas posológicos concuerden con las recomendaciones y prácticas validadas al momento de la publicación. Sin embargo, teniendo en cuenta la continuidad de las investigaciones, los cambios de las normas gubernamentales y el constante flujo de información sobre los tratamientos medicamentosos y reacciones farmacológicas, se insta al lector a leer la información contenida en los folletos que acompañan cada producto, para verificar cualquier cambio en las indicaciones y la posología o nuevas advertencias o precauciones. Esto adquiere importancia especial cuando el fármaco recomendado es nuevo o de uso infrecuente.

Título original de la edición en inglés:

Wilderness First Aid – Emergency Care for Remote Locations
Third Edition

ISBN-13: 978-0-7637-5145-6

ISBN-10: 0-7637-5145-6



Copyright © 2008 by Jones and Bartlett Publishers

Edición en español:



Copyright © 2008,

ACINDES (Asociación Civil de Investigación y Desarrollo en Salud)

Director:

Jacobo Adrián Tieffenberg, MD-MPH-MS

ISBN: 978-950-762-376-9

Hecho el depósito que marca la ley 11.723

Producido por:



Editorial Médica A.W.W.E.

(Alliance for World Wide Editing)

Padre Vanini 380

(B1602EEF) Buenos Aires, República Argentina

Tel.: (54-11) 4761-3339 / Fax: (54-11) 4761-0763

e-mail: info@emawwe.com

<http://www.emawwe.com>

Traducción y coordinación de contenidos:

Mariana Izuel

Coordinación editorial:

Marcela Vazquez

Composición: I & M S.A.

i-m@vianetworks.com.ar

Impresión y encuadernación:

SORLES, S.L.

La edición en español de este libro no puede ser reproducida en su totalidad ni en parte por método alguno, incluido el fotocopiado, ni incorporada a ninguna base de datos sin autorización por escrito de la Editorial Médica A.W.W.E.

Impreso en octubre de 2008, en León, España.

Contenidos

Capítulo 1 Introducción a los primeros auxilios en lugares remotos 1

¿Qué son los lugares remotos?	1
¿Qué son primeros auxilios en lugares remotos?	2
Cuestiones legales y éticas	4
Cuestiones psicológicas y emocionales ..	6
Precauciones contra las enfermedades infecciosas	6
Vacunaciones	9
Seguro médico para viajeros	9

Capítulo 2 Acciones en una emergencia 10

Cómo acercarse a la víctima	11
Mecanismos de lesión	11
Cómo llegar a las víctimas	13
Colisiones de vehículos automotores ..	16
Incendios forestales	17
Animales	18
Espacios confinados	19
Cómo movilizar a una víctima	19
Rescate de lugares difíciles	25
Cómo buscar ayuda	25
Recomendaciones para la evacuación ..	29

Capítulo 3 Evaluación y atención de emergencia de las víctimas 31

Evaluación de la víctima	31
Evaluación del escenario de la emergencia	32
Evaluación inicial	33
Anamnesis	40
Signos vitales y examen físico	42
Continuación de la evaluación	51
Incidentes con múltiples víctimas (triage).	51

Capítulo 4 Atención de hemorragias, lesiones y quemaduras 53

Hemorragias	53
Lesiones	57
Quemaduras	67

Capítulo 5 Apósitos y vendas 75

Apósitos	75
Vendas	76
Cómo aplicar y quitar un apósito	78
Técnicas de vendaje	79

Capítulo 6 Lesiones en la cabeza y la cara 88

Lesiones en el cuero cabelludo y la cara	89
Problemas oculares	91
Problemas en los oídos	98
Lesiones nasales	99
Obstrucción de la garganta	100
Lesiones en la mandíbula	101
Lesiones en los labios y la lengua.	102
Problemas dentales	103

Capítulo 7 Lesiones óseas, articulares y musculares 110

Lesiones óseas	111
Lesiones articulares	119
Lesiones musculares	120

Capítulo 8 Lesiones óseas y articulares específicas 123

Lesiones en las extremidades superiores	125
Lesiones en las extremidades inferiores	137
Lesiones en la columna	146
Recomendaciones para evacuación en el caso de lesiones musculoesqueléticas	152

Capítulo 9 Emergencias circulatorias 156

Anatomía y fisiología	156
Shock	158
Hemorragias internas	160
Enfermedad cardíaca y dolor torácico	160

Capítulo 10 Emergencias respiratorias 164

Anatomía y fisiología	164
Lesiones torácicas	165
Enfermedades respiratorias	170

Capítulo 11 Emergencias neurológicas 180

Anatomía y fisiología	180
La víctima que no responde	182
La víctima que responde	185
Traumatismo craneoencefálico	186
Otros problemas neurológicos	189

Capítulo 12 Emergencias abdominales 199

Anatomía del abdomen	199
Lesiones abdominales	200
Enfermedades abdominales	205
Recomendaciones de evacuación para problemas abdominales	210

Capítulo 13 Emergencias diabéticas y reacciones alérgicas 213

Emergencias diabéticas	213
Complicaciones agudas de la diabetes	215
Reacciones alérgicas	218

Capítulo 14 Problemas genitourinarios 224

Problemas femeninos	225
Parto de emergencia	230
Embarazo y viajes a lugares remotos:	
Consideraciones generales	232
Problemas masculinos	233
Recomendaciones de evacuar para problemas genitourinarios	236

Capítulo 15 Peligros físicos y ambientales 240

Aclimatación	241
Mal de las alturas agudo	242
Lesiones por frío	247
Enfermedad por calor	257
Lesiones por rayos	261

Capítulo 16 Venenos, sustancias tóxicas y plantas venenosas 266

Intoxicación por monóxido de carbono	267
Plantas tóxicas y venenos	268
Dermatitis provocada por plantas	269

Capítulo 17 Mordeduras de animales, seres humanos y serpientes 274

Mordeduras de animales	275
Mordeduras de seres humanos	278
Mordeduras de serpientes	278

Capítulo 18 Mordeduras y picaduras de insectos y artrópodos 286

Mordeduras de arañas	286
Picaduras de escorpiones	289
Mordeduras de ciempiés	290
Mordeduras de garrapatas	290
Picaduras de mosquitos	293
Piojos	293
Picaduras de insectos	294
Repelentes de insectos	295

Capítulo 19 Emergencias en el agua 299

Incidentes por inmersión	299
Lesiones al bucear	302
Picaduras de animales marinos	304

Apéndice A: Conceptos básicos sobre la RCP 311

RCP	311
Lactantes	314
Obstrucción de la vía aérea y asfixia ..	316

Apéndice B: Equipo y elementos de primeros auxilios 319

Apéndice C: Desinfección del agua en el lugar de la emergencia 330

Métodos para desinfectar el agua	330
Técnicas especiales para desinfectar el agua	336
Elección de la técnica	337
Higiene en el lugar	338

Apéndice D: Reposición de líquido y electrolitos 340

Reposición de líquidos intestinales ...	340
---	-----

Apéndice E: Cómo mejorar las probabilidades de supervivencia 344

Vestimenta	344
Refugios	345
Agua y comida	346
Calor	347
Luz	347
Cómo encontrar el camino	347
Herramientas y equipo de reparación .	348
Equipo de comunicación	349
Índice temático	351
Agradecimientos por las imágenes ...	368

Bienvenida



**Emergency Care
and Safety Institute**

Bienvenidos al Instituto de Seguridad y Atención de Emergencia

Bienvenidos al Instituto de Seguridad y Atención de Emergencia (Emergency Care and Safety Institute, ECSI) de Estados Unidos, una organización educacional creada con el fin de brindar un entrenamiento de la mejor calidad a las personas legas y los profesionales en las áreas de primeros auxilios, resucitación cardiopulmonar (RCP), desfibrilación externa automática, gérmenes patógenos transmitidos por vía sanguínea, y los campos de seguridad y salud relacionados.

El ECSI ofrece una amplia gama de manuales, materiales de apoyo para instructores y estudiantes, y tecnología interactiva, incluidos cursos online. Cada manual de ECSI es el centro de un sistema integrado de enseñanza y aprendizaje que suministra recursos tecnológicos para el instructor y el estudiante con el fin de dar apoyo a los instructores y preparar a los estudiantes. Los suplementos para el instructor incluyen herramientas de práctica que ahorran tiempo como las presentaciones en PowerPoint, los DVD y los recursos de aprendizaje a distancia basados en la web. Los suplementos para el estudiante lo ayudan a retener la información más importante y a prepararse para los exámenes.

Los documentos que certifican el reconocimiento del ECSI de la finalización satisfactoria del curso serán emitidos a los que cumplan adecuadamente los objetivos del curso y los criterios para aprobarlo. Este reconocimiento escrito se suministra en forma de un Certificado de Finalización del Curso, emitido por el ECSI.

Catálogo del curso del ECSI

Los individuos que buscan entrenarse en temas del ECSI pueden optar entre diferentes opciones de cursos en internet o por fuera de ella. Los cursos disponibles actualmente son los siguientes:

Primeros auxilios, RCP y DEA Estándar

RCP y desfibrilación automatizada externa

RCP por reanimadores profesionales

Primeros auxilios

Primeros auxilios en lugares remotos

Gérmenes patógenos transmitidos por vía sanguínea

Primera respuesta

Primeros auxilios y RCP online

Primeros auxilios online

RCP de adultos online

RCP de adultos, y lactantes y niños online

RCP con reanimadores profesionales online

Desfibrilación automatizada externa online

RCP y desfibrilación automatizada externa de adultos online

Gérmenes patógenos transmitidos por vía sanguínea online

**iVisite
www.ECSInstitute.org
hoy!**

Una mirada preliminar

Este manual es el centro del programa de primeros auxilios en lugares remotos e incluye recursos que refuerzan y amplían la información esencial.

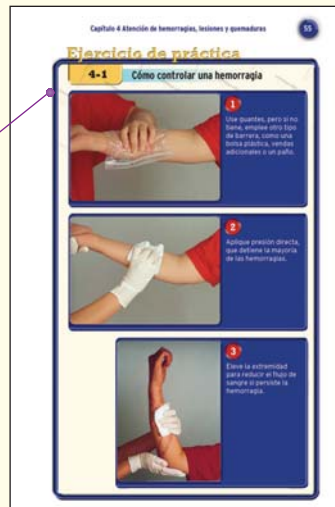


Temas incluidos en este capítulo

Orienta al estudiante sobre los temas que se cubren en el capítulo

Ejercicios prácticos

Ofrecen explicaciones paso a paso y resúmenes de las maniobras importantes.



Recuadros de "Atención"

Destacan las acciones fundamentales que las personas que brindan primeros auxilios deben o no deber realizar mientras administran tratamiento.

Primeros auxilios en lugares remotos



Figura 9-24. Fractura de antebrazo deformada que muestra una angulación.

Mire la lesión y verifique si hay deformidad, heridas abiertas o hinchazón.

- La deformidad no es siempre evidente. Compare el lado lesionado con el otro. La deformidad grave (angulación), el acortamiento o la torsión de la extremidad en comparación con la extremidad opuesta indica una lesión grave.

- Una herida abierta (como una punción o una laceración) sobre una deformidad o un hueso inestable evidente se considera una fractura expuesta. El hueso no siempre se ve en la herida. El sangrado persistente pese a la presión sobre la herida continua es otro indicio de una fractura expuesta. Una abrasión o un corte claramente superficial no implican una fractura expuesta.
- La hinchazón y los hematomas provocados por una hemorragia originada en el hueso o el tejido muscular requieren atención expeditiva después de una fractura. También se observa hinchazón y hematoma con las contusiones y las distensiones.

Nota pediátrica

Los huesos de los niños son más elásticos, pero no tan fuertes como los de los adultos, porque siguen creciendo. En los adultos, una fractura suele ser una ruptura completa en la continuidad del hueso. Sin embargo, la fractura de un niño podría ser incompleta. Puede tratarse de una fractura en tibia verde (especial), una contusión suave pero bien definida del hueso, o una deformidad postural, o una deformación por compresión. Los ligamentos que unen los huesos en las articulaciones son relativamente más fuertes que los huesos que conectan a un hueso con otro. Los segmentos de hueso pueden desplazarse y adherirse a un ligamento que sigue sin desplazarse. Por lo tanto, se debe asumir que un niño tiene una fractura y no un esguince, si hay un dolor e hinchazón localizados cerca de una articulación.

Recuadros de "Procedimientos avanzados"

Ofrecen explicaciones detalladas sobre métodos terapéuticos más avanzados que pueden ser necesarios en un lugar remoto.

Primeros auxilios en lugares remotos

► Cómo aplicar y quitar un apósito

Qué hacer

- Limpie la herida. Use guantes si existe algún riesgo de contacto con sangre.
- Utilice un apósito más grande que la herida. Siempre el apósito sobre ella.
- Aplice el apósito directamente sobre la herida, no lo deslice sobre ella.
- Péguela con cinta adhesiva o con un collar de venda.
- Sujete la venda con uno de los siguientes:
 - Cinta adhesiva
 - Alfileres de gancho
 - Ganchos que vienen con la venda elástica

Aplicación

- Trague la herida o el apósito que está en contacto con la herida. Ajuste tanto la venda que restrinja la circulación.
- Coloque la venda tan suelta que el apósito se deslice. Las vendas tienden a enroscarse.
- Cubra los dedos de la mano y el pie si existen que están comprometidos. Cope alguna parte visible para observar la circulación.

Para asegurarse de que la venda no se mueva, colóquela por el método de la lazada o la cola de dos puntas. El método de la lazada consiste en:

- Simplemente atar los extremos de la venda que rodean la parte lesionada desde direcciones opuestas.
- Si es necesario, revuélva la dirección de la venda haciendo un lazo alrededor de un pulgar o otro dedo, y continúe hacia atrás, hacia el lado opuesto de la parte del cuerpo.

- Rodee la parte con el extremo enlazado y el extremo libre y ándela entre ellos.



Figura 9-4. Método de la lazada. A. Atar los extremos de la venda que rodea la parte lesionada desde direcciones opuestas. B. Rodear la parte con el extremo enlazado y el extremo libre, y ándela.

Recuadros de "Observaciones pediátricas"

Cubren información específica sobre el tratamiento de lactantes y niños

Capítulo 10 Emergencias respiratorias

Procedimiento avanzado

En el caso de un neumotórax por tensión, el siguiente procedimiento médico es la única alternativa de salvar la vida del paciente y escape al alcance de los primeros auxilios experimentados.

- Introduzca una aguja médica (verbalice a un familiar en la cantidad torácica afectada y deje caer el aire, lo que aliviará la presión dentro del pecho).
- Escuche a la víctima de emergencia.

► Neumotórax por tensión

En un neumotórax por tensión, un desgarro de tipo colgajo en la superficie pulmonar puede actuar como una válvula unidireccional. El aire es aspirado hacia el espacio pleural con cada respiración, pero esta especie de válvula se cierra con la respiración. Así queda atrapado cada vez más aire en el espacio pleural. La presión dentro del tórax aumenta rápidamente, con efectos graves e inmediatos sobre las funciones del pulmón y el corazón. A medida que se eleva la presión en el tórax, a la víctima puede resultarle imposible respirar y

se aboga. El aumento de la presión también puede reducir el flujo sanguíneo al corazón y desde él, lo que provoca una insuficiencia circulatoria (shock). Si la persona afectada parece estar muriendo, actúe de inmediato: un neumotórax por tensión mata rápidamente.

Qué buscar

- Resaca (inspiración agónica), dificultad respiratoria, con matices del tórax y el cuello hinchados
- Progresiva coloración anaranjada/pálida de los labios y los lechos ungueales
- Menor movimiento del lado afectado del tórax que del lado normal
- Disnea que progresa a la incapacidad de mover volúmenes significativos de aire
- Abundamiento del pecho afectado, sobre todo notable por encima del ombligo
- El lado afectado del pecho puede parecer más grande y se mueve menos que el lado no afectado
- La tráquea está desviada en sentido opuesto al lado afectado (a diferencia de un neumotórax común)
- Se pueden ver venas abultadas en el cuello y la cara
- Signos de shock
- La víctima parece casi muerta.

► Lesiones abiertas

Una lesión abierta en una herida lo suficientemente grande para que ingrese aire en el tórax desde el exterior, lo que causa un neumotórax. El pulmón colapsa y no se expande hasta que la herida se sella. Si ingresa y sale aire de la cavidad torácica a través de la herida, así se le diga un resaca de aspiración.

Recuadros de "Observación"

Incluyen información adicional relacionada con las lesiones o enfermedades descritas en esa sección.

Primeros auxilios en lugares remotos

Nota

La altitud y la fatiga también aparecen en otros cuadros como la hipotermia (controla la temperatura), la intoxicación por alcohol (baja el alerta) y el ataque de apoplejía (interfiere el buen juicio personal).

Qué hacer

1. Lleve a la víctima a una menor altitud. Esto suele causar rápidamente el mal de las alturas grave. No demore el descenso porque sea de noche o no resulte conveniente, por intentar con fármacos o cirugía, o esperar a un equipo o helicóptero de rescate de montaña, a menos que descender por un terreno difícil en la oscuridad genere un riesgo insoportable para todo el grupo. La víctima debe descender al menos 300-1000 m (1000-3000 pies) y estar acompañada o incluso se la puede llevar cargada. Un descenso aun moderado puede salvar una vida. Cuando mejor y más rápido sea el descenso, más pronta será la recuperación. Una vez abajo, la víctima debe ser seguida en el piso.
2. Tome a la víctima durante varias horas en una cámara hiperbárica portátil, como la cámara Gamco. Esto podría salvar la vida en circunstancias extremas y ganar tiempo mientras se inicia una operación de rescate. Los grupos que escalan hasta altitudes extremas deberían pensar en llevar una de esas cámaras portátiles.
3. Haga que la víctima se siente con la espalda derecha para mejorar la respiración. Manténgala abrigada y hidratada, dándole líquidos a través de la MAA.
4. Indague qué tanen el minuto 5-5 límite de líquido por día para mantener un flujo abundante de orina transparente.

Fatiga extrema que no se revierte con descanso. La persona afectada no habla, ni come ni bebe, está apática y abulada, irritable y confundida. Puede abducarse, escalar o no ver compañeros, accidentes.

Vómitos, combinados con incapacidad de beber, pueden llevar a una deshidratación grave. La orina se vuelve oscura y de un color amarillito oscuro.

Como no se puede despertar a la persona, que no responde, y puede morir.

Figura 31-4

Lleve a la víctima a una menor altitud.

Cámara Gamco.

Capítulo 15 Peligros físicos y ambientales

5. La aceleración y la deceleración en dosis bajas reducen significativamente las probabilidades de sufrir el MAA y su gravedad, si ocurren; sin embargo, nunca se debe recurrir a los fármacos para facilitar un ascenso rápido.

Lesiones por frío

Las lesiones por frío son la hipotermia, las quemaduras por frío, las lesiones por inmersión en frío y las subeliones. La hipotermia es un enfriamiento general del interior del cuerpo y se produce cuando la temperatura corporal desciende más de 2 grados (a unos 35°C o 95°F). Las quemaduras por frío son el congelamiento local de la piel y la carne. La inmersión prolongada de una extremidad en agua fría, pero no congelada, provoca una lesión singular, que a menudo recibe la denominación "pie de trinchera", pero que se denomina con mayor precisión "lesión por inmersión en frío".

Hipotermia

La hipotermia se produce cuando el cuerpo pierde suficiente calor para hacer que la temperatura corporal central disminuya. Se exagera cuando la ropa es inadecuada y con el agotamiento. La inactividad, las fatigas, las fatigas, la mala alimentación y el consumo de alcohol predisponen a las personas a la hipotermia. La humedad y el viento son una combinación letal que entraña a una persona con más rapidez que el aire quieto seco. La ropa que se moja, así como la transpiración, es una fuerte causa de pérdida de calor. Las condiciones para la hipotermia existen, por ende, en todas las estaciones. El excursionista expuesto a una granizada ventosa puede enfriarse cuando lleva puesto solo una camiseta y pantalones cortos en más probable que sufrir hipotermia que un expedicionario a campo traviesa bien equipado.

Prevención

Planifique con cuidado, aun para las expediciones más cortas al aire libre, y lleve siempre un equipo de emergencia para montañas de alpinismo con función y es recomendable usar una tina de plástico para protegerse. Si el clima cambia, está preparado para abandonar el sitio original y tomar una ruta más fácil y corta a casa o al campamento.

Preste atención a los primeros signos de hipotermia y actúe de inmediato para prevenirla. Mantenga la actividad durante la función del momento más difícil. Use ropa adecuada, distribuida o desmontada (impide tener una respuesta adecuada al frío y previene la aparición de hipotermia). Aun así, una vez que finaliza el ascenso, el excursionista corporal puede caer en picada, porque la pérdida de calor continúa mientras que no percibe la disminución de la actividad. La recuperación del cuerpo a la vida normal requiere de pérdida de calor durante la actividad física, por lo tanto, es importante evitar la transpiración por ropa excesivamente ventilada, el frío de la humedad (líquido y sudor) la pérdida excesiva de calor.

Los niños y los adolescentes pierden calor con más rapidez que los adultos porque su superficie es mayor en proporción con el peso y en general tienen menos grasa subcutánea.

Recuadros de "Prevención"

Suministran información importante sobre cómo evitar lesiones y enfermedades.

Prefacio

Las personas que viajan, trabajan, se recrean o viven en zonas agrestes y otros lugares remotos deben considerar la posibilidad de que, tarde o temprano, deban tratar con una lesión o un problema médico. *Primeros auxilios en lugares remotos: Un programa de formación para la atención de emergencia en ambientes agrestes* brinda información integral sobre cómo lidiar con emergencias médicas cuando la ayuda está a horas, o incluso días, de distancia.

Este libro es obligatorio para quienes realizan actividades al aire libre (excursionistas, esquiadores, cazadores, alpinistas, pescadores, personas que practican *rafting*), trabajan en lugares remotos (agricultores, guardabosques, guardalíneas, ganaderos), viven en zonas (pequeñas comunidades, ranchos y casas de vacaciones) a las que el sistema de SEM tal vez no pueda responder de inmediato en una emergencia y viajeros en países donde la atención médica tal vez sea inadecuada o difícil de conseguir.

No se trata de un libro para la supervivencia en la naturaleza, si bien gran parte de la información lo ayudaría a sobrevivir si usted quedara varado en forma inesperada. *Primeros auxilios en ambientes naturales: Atención de emergencia para lugares remotos* suministra los “qué buscar” y los “qué hacer” necesarios para tratar con éxito lesiones y enfermedades.

Las zonas agrestes, los parques nacionales y otras zonas remotas de los

Estados Unidos reciben más y más presión de una población decidida a usar los grandes lugares al aire libre por placer, para vivir aventuras y para viajar. Escalar por las rocas, hacer *rafting* en los ríos, navegar en kayak y pescar con mosca son algunas de las actividades que atraen a millones hacia la naturaleza. Lamentablemente, muchas de estas personas no están bien preparadas para enfrentar emergencias. No sea una de ellas. Aprenda a manejar emergencias antes de que ocurran.

El conocimiento puede prevenir muchos accidentes.

Gran parte de la información en este libro es diferente a la que usted podría encontrar en un manual de primeros auxilios urbano. Quienes administran primeros auxilios en un lugar agreste deben estar preparados para tratar problemas que no deberían enfrentar si contaran con una ambulancia a sólo minutos de distancia. Algunos de los procedimientos se catalogan como “avanzados”. Usted necesita conocerlos, pero no los use sin entrenamiento adicional.

Prepárese para emergencias en ambientes naturales haciendo un Curso de Primeros Auxilios en Ambientes Naturales dictado por un instructor calificado. Los cursos varían en longitud, según lo avanzado que desea que sea su entrenamiento. Pero cuando llega el momento, el tiempo y el dinero que gaste pueden ser una de las mejores inversiones de su vida.

Prólogo

a la edición en español

Wilderness First Aid

Primeros auxilios en lugares remotos

Un programa de formación para la atención de emergencia en ambientes agrestes

Este curso único llega a Iberoamérica por primera vez traducido al español merced al convenio de licencia exclusivo entre la Editorial Jones & Bartlett y la Asociación Civil de Investigación y Desarrollo en Salud (ACINDES), con sedes en Madrid, Buenos Aires, San Pablo y México. Es parte de una serie de cursos y manuales de entrenamiento agrupados en el Emergency Care & Safety Institute (ECSI), creado por la American Academy of Orthopedic Surgeons (AAOS) en colaboración con el American College of Emergency Physicians (ACEP), y que está dedicado enteramente al campo de la Emergencia y el Rescate. De estos cursos, ya están disponibles en español el APLS (emergencias y urgencias pediátricas), el de Primeros Auxilios, RCP y DAE Estándar, el PEPP (emergencias pediátricas prehospitalarias), el GEMS (emergencias geriátricas) y, próximamente, el PedFACTS (primeros auxilios pediátricos).

Tanto los aficionados a la aventura y la excursión, como aquellos profesionales del montañismo y del esquí, o los que deben servir por su trabajo en zonas agrestes, se enfrentan a los riesgos derivados de que esa práctica se realice en lugares de difícil acceso, lejos de núcleos urbanos, donde una emergencia médica puede convertirse en una tragedia.

Por desgracia, la mayoría de las veces existe una falta de conocimientos y habilidades para manejar estas situaciones. Esta adecuada preparación puede llegar a representar la diferencia entre la vida y la muerte, o entre secuelas discapacitantes de por vida y recuperaciones exitosas.

Por todo ello, en lugares remotos, lejos de los servicios de emergencias, el pronóstico del herido dependerá de los conocimientos y habilidades de la persona más cercana.

Este manual *Wilderness First Aid—Primeros auxilios en lugares remotos*, está dirigido a todos aquellos que requieren formación para responder a los desafíos que plantea la atención de emergencia en lugares agrestes, tanto de montaña como de difícil acceso, como esquiadores e instructores de esquí y de montaña, ya sea aficionados o profesionales.

La autoría es fruto de la colaboración entre la *American Academy of Orthopaedic Surgeons* (AAOS) y la *Wilderness Medical Society* (WMS). La certificación internacional de estos cursos, garantizada por ACINDES, se realiza a través de ECSI Iberoamérica. Los instructores de estos cursos se acreditarán bajo normas estrictas de control de calidad.

El manual *Wilderness First Aid—Primeros auxilios en lugares remotos* no sólo aporta estos conocimientos y enseña estas habilidades, sino que establece una sistemática global de intervención ante emergencias sanitarias, dirigida, como queda dicho, a profesionales y aficionados a las actividades que se desarrollan en zonas agrestes, rurales o remotas.

Tanto el curso como el manual *Wilderness First Aid—Primeros auxilios en lugares remotos*, son muy diferentes de cualquier otro orientado a primeros auxilios. Esto es así porque los conocimientos y habilidades necesarios para atender estas emergencias son distintos a los que se exigen a quienes deben manejarlas en zonas urbanas. Por un lado, es necesario conocer el manejo prolongado de los pacientes, donde el tiempo de transporte se mide en horas y días en lugar de minutos, por lo que muchas fases de la atención deben realizarse en el lugar de la emergencia. Por otro lado, hay que ser consciente de que un medio ambiente extremo y hostil vuelve complicadas las tareas más sencillas. Y, finalmente, considerar que la habilidad de improvisación es fundamental cuando el equipo disponible es limitado.

El manual *Wilderness First Aid—Primeros auxilios en lugares remotos*, aporta los conocimientos y habilidades imprescindibles para poder afrontar con éxito el manejo inicial de las principales emergencias médicas, hasta la llegada del personal especializado. En otros casos, nos capacitará para improvisar los medios oportunos de evacuación en función de las situaciones y del contexto concreto, para trasladar al herido lo antes posible hasta el centro de salud más cercano. Todo ello tendrá un impacto favorable en su pronóstico.

La llegada de este curso *Wilderness First Aid—Primeros auxilios en lugares remotos*, reconocido a nivel internacional e instalado en más de 35 países, por primera vez traducido a España y Latinoamérica, hará posible la difusión de los conocimientos, las habilidades y las actitudes requeridas para prestar una correcta asistencia en lugares remotos.

Finalmente, queremos agradecer a Marcela Vazquez y a todo su equipo de producción de la *Editorial Médica “AWWE” (Alliance for World Wide Editing)* por su cuidadoso y fino trabajo editorial, en una producción compleja como esta, que involucra coordinar traductores, impresión gráfica y material electrónico para culminar todos los elementos de enseñanza necesarios para este curso.

Francisco Martín Rodríguez

DIRECTOR EN ESPAÑA DEL PROGRAMA

WILDERNESS FIRST AID

PRIMEROS AUXILIOS EN LUGARES REMOTOS.

UN PROGRAMA DE FORMACIÓN PARA LA ATENCIÓN

DE EMERGENCIA EN AMBIENTES AGRESTES

Javier González Uriarte

COORDINADOR NACIONAL EN ESPAÑA DEL

PROGRAMA WILDERNESS FIRST AID

PRIMEROS AUXILIOS EN LUGARES REMOTOS.

UN PROGRAMA DE FORMACIÓN PARA LA ATENCIÓN

DE EMERGENCIA EN AMBIENTES AGRESTES