

Fracturas, esguinces y luxaciones

En general en primeros auxilios ante la duda siempre se sospecha lo peor. Ante una lesión de huesos el auxiliador no podrá saber si la víctima sufrió una fractura, un esguince o una luxación. Por eso cuando no se está seguro de la lesión se la debe tratar como si fuera una fractura.

Fracturas

Las causas de las fracturas pueden ser traumáticas (golpes, caídas) o patológicas (huesos débiles, por ejemplo en gente anciana).

Las fracturas presentan signos como dolor intenso en el lugar de la lesión, deformación de la parte lesionada, disminución de la movilidad (impotencia funcional) y dolor del extremo lesionado cuando se intenta realizar algún movimiento. Además se puede observar inflamación y hematomas. En el caso de fracturas expuestas, siempre hay lesión de la piel y puede haber hemorragias.

Clasificación de las fracturas

Cerradas o simples

Es la rotura de un hueso sin que se produzca lesión en la piel.

Abiertas o expuestas

Siempre presentan lesión en la piel, también puede haber exposición de fragmentos óseos y hemorragias

En tallo verde

Son fracturas que se dan en los niños, es la rotura de la corteza del hueso.

¿Cómo actuar ante una fractura?

- Llamar al sistema de emergencia local.
- No mover al accidentado para no ocasionarle mayores daños
- Retirar elementos como anillos, pulseras o relojes, para evitar que compriman la zona lesionada cuando está comienciendo a inflamarse
- Inmovilizar las articulaciones más próximas a la lesión.
- En fracturas expuestas controlar la hemorragia realizando compresión directa, cubriendo con gasas e inmovilizando el área lesionada.

¿Qué NO hacer ante una fractura?

- No intentar acomodar una fractura o luxación
- No retirar o intentar introducir fragmentos óseos
- No probar la capacidad del hueso para moverse

Esguinces

Los ligamentos son bandas elásticas que unen los dos huesos de una articulación

Un esguince es una lesión de las articulaciones que produce estiramiento o rotura de los ligamentos que le dan estabilidad a la articulación. Se producen ante un esfuerzo máximo de la articulación como ocurre en una torcedura

El tobillo, los dedos y la rodilla son zonas en donde los esguinces se producen con mayor frecuencia.

Ante un esguince el auxiliador debe inmovilizar la articulación mediante un vendaje compresivo, elevar el miembro afectado y aplicar frío sobre este.

Luxaciones

La luxación es la separación permanente de las superficies articulares. Comúnmente se localiza en el hombro, el codo, cadera, rodilla, tobillo, dedo pulgar, mandíbula

Ante una luxación se debe inmovilizar la articulación como sea que se encuentre, el auxiliador jamás debe intentar acomodar la articulación afectada. Toda luxación debe ser evaluada por un médico traumatólogo, quien diagnosticara mediante radiografías la gravedad de la lesión.

Como inmovilizar los miembros afectados

Para inmovilizar es importante improvisar con lo que se tenga a mano, se puede utilizar cartón, tablitas, reglas, palitos de helado, etc.

En tobillos y pies la inmovilización se debe hacer realizando formando un ángulo de 90 grados.

La inmovilización sirve para minimizar el dolor

Piernas

Se inmovilizan con dos tablillas laterales desde la mitad del muslo hasta por debajo de la articulación del tobillo



Tobillo y pie

Se debe construir una ferula en forma de L (ele) cubriendo el pie y la parte inferior de la pierna



Brazo

Colocar una ferula rígida en la cara anterior o hacia ambos lados laterales y sujetar



Falange de los dedos

Se debe inmovilizar del lado de la palma de la mano, excepto el dedo pulgar que se inmoviliza del lado del dorso de la mano



Manos

La ferula se debe colocar desde el codo hasta la punta de los dedos

