



Introducción al Socorrismo

El socorrismo es la acción de prestar auxilio urgente en caso de accidente. Implica la atención en el lugar del accidente, antes de su traslado a un centro médico. El mismo puede ser llevado a cabo por paramédicos, bomberos o personas comunes que hayan recibido el debido entrenamiento. Una persona que practique los primeros auxilios sin formación específica en socorrismo no puede denominarse «socorrista».



Se entiende por **primeros auxilios**: los cuidados inmediatos y provisionales, prestados a las personas accidentadas o con enfermedad repentina, en el mismo lugar de los hechos.

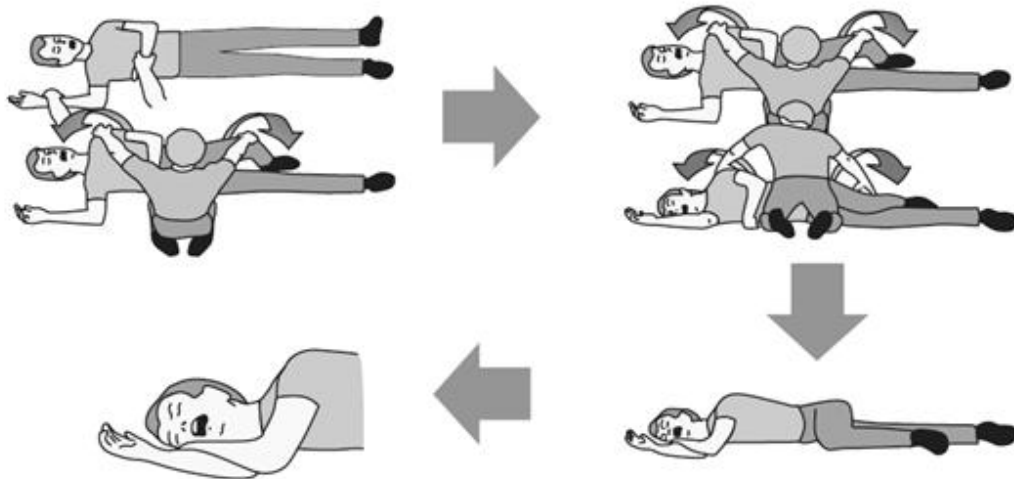
Objetivos principales:

- ❖ Conservar la vida.
- ❖ Evitar agravar o empeorar (como consecuencia de una actuación incorrecta o negligente) las lesiones que se presenten.
- ❖ Asegurar el traslado en las mejores condiciones posibles.

Consejos generales de Socorrismo:

- ❖ Conservar la calma.
- ❖ Evitar aglomeraciones.
- ❖ Saber imponerse.

- ❖ No mover.
- ❖ Examinar al herido.
- ❖ Tranquilizar al herido.
- ❖ Mantener la temperatura del herido.
- ❖ Alertar al personal sanitario.
- ❖ Traslado adecuado.
- ❖ No medicar.



Posición lateral de seguridad

“Decálogo del socorrista”:

1. **Estar tranquilos, pero actuar con rapidez.** La precipitación no es buena compañera en las emergencias. Trabajando de forma sosegada será difícil que se dejen de lado las cosas importantes.
2. **Cerciorarse de que no existen más peligros.** Comprobando la existencia de riesgos como el de incendio, explosión, contaminación, etc.
3. **Examinar a los accidentados.** Un primer examen facilitará la entrega de información a la ayuda especializada que venga.
4. **No mover a los heridos cuando no sea necesario.** Sólo se moverá a los heridos cuando se puedan correr otros riesgos adicionales, como incendios, derrumbes, etc., que no sólo afectarían a los heridos, sino además a los intervinientes.
5. **Colocar y mantener a los heridos en la posición más adecuada** (tapados, en PLS, confortables y seguros hasta su traslado).
6. **No abandonar a los heridos.** Sólo se les dejará solos si no queda más remedio para ir a pedir ayuda. La sensación de soledad o abandono en estos casos produce una angustia añadida muy perjudicial para los accidentados.

7. **Mantener abrigados a los accidentados, tanto del frío como del calor.** El frío puede producir hipotermia entre otros efectos adversos, y el calor, deshidratación e hipotensión.

8. **Tranquilizar a los accidentados.** Dar ánimos y mantenerse con ellos indicándoles que pronto llegará la ayuda.

9. **Evitar el shock (choque).** El shock es un estado de insuficiente perfusión tisular (riego sanguíneo en el tejido) que agrava la situación del accidentado. El estado de shock se combatirá con tratamiento postural, esto es, colocando al accidentado en posición de decúbito supino (boca arriba), con las piernas elevadas unos 30° y aflojando la ropa. En caso de traumatismos en cuello o espalda con sospecha de lesiones que puedan comprometer las estructuras de dichas zonas, no se debe mover al accidentado.

10. **No dar comida, bebida ni medicamentos a los accidentados.** A lo sumo se podrá humedecer los labios del accidentado. Esta medida es necesaria para evitar que cualquier cosa ingerida, en caso de vómito, pueda irse a los pulmones (bronco aspiración), lo que provocaría un problema respiratorio añadido.

Resumiendo, lo más importante es hacer sólo lo imprescindible y no ir más allá de lo que no sepamos hacer. Este no es el momento adecuado para practicar por esto sólo se pondrá en práctica aquello que se conozca bien.

PROTOCOLO

P
ROTEGER



1. tú mismo
2. el entorno
3. al accidentado

MINIMIZAR DAÑOS

A
VISAR



llama al 112:
· informa sobre el estado del accidentado
· informa sobre el lugar exacto
· no cuelgues hasta que te lo indiquen

S
OCORRER



Valoración 1ª:
conciencia y respiración
(RCP si preciso)
Valoración 2ª:
cabeza, tronco y extremidades
No mover si posible

Método P.A.S.

- 1° **Proteger** la víctima y el lugar de incidente.
- 2° **Avisar** a los servicios de socorro.
- 3° **Socorrer** a las víctimas.