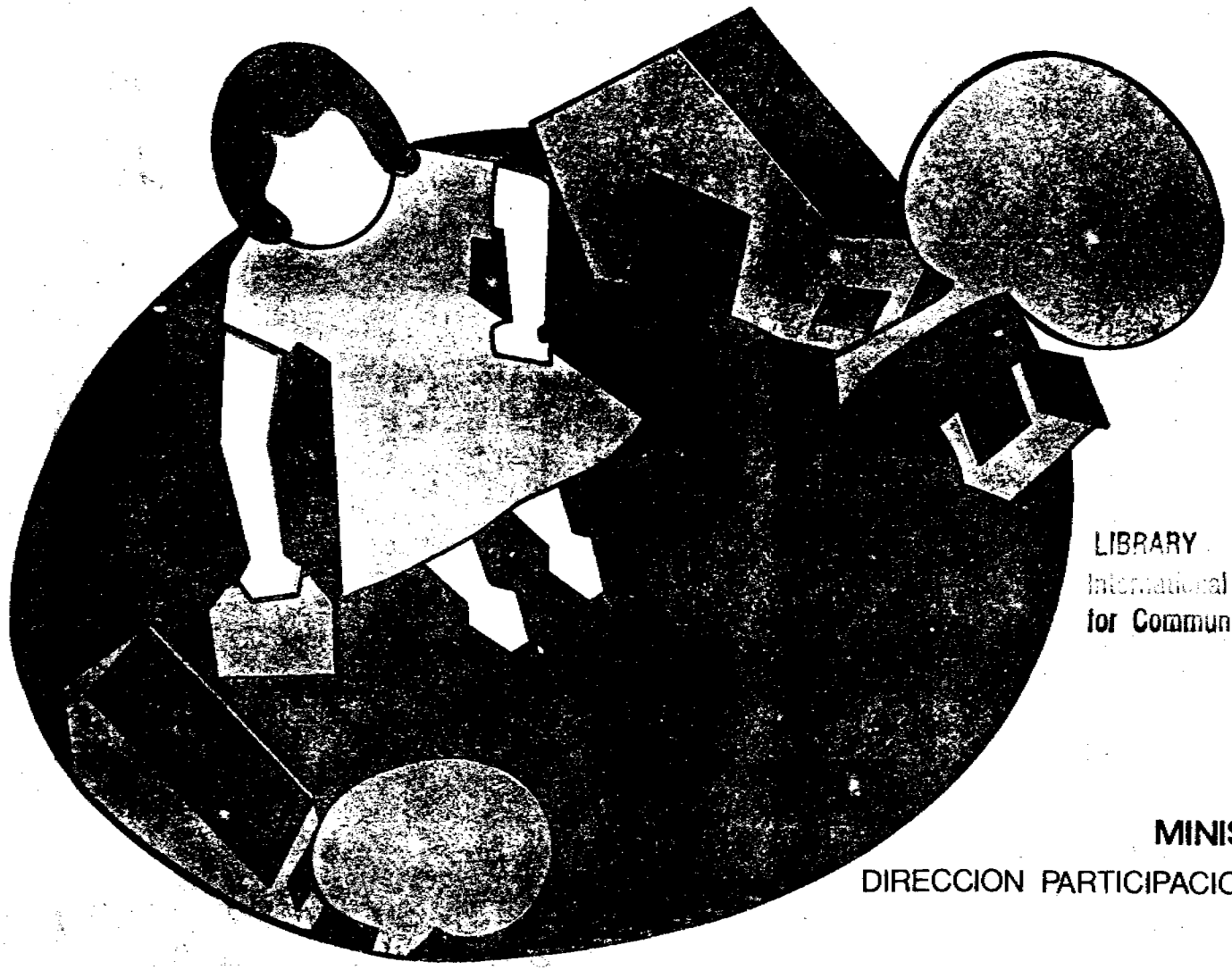
MANUAL DE CONDUCTAS PARA PROMOTORAS DE SALUD



MINISTERIO DE SALUD
DIRECCION PARTICIPACION DE LA COMUNIDAD

BOGOTA, 1.978

MANUAL DE CONDUCTAS PARA PROMOTORAS DE SALUD

MINISTERIO DE SALUD

DIRECCION PARTICIPACION DE LA COMUNIDAD

BOGOTA, I. 978

CONTENIDO

Página

Página

Página

INTRODUCCION

El presente documento es una guía para el desarrollo de las actividades de la Promotora de Salud; el cual será complementado con el Manual de Acciones dirigido al Grupo Materno Infantil.

En él se encuentran las conductas que se deben seguir en las enfermedades más frecuentes en todas las comunidades del país y que por su gravedad y método de control deben las Promotoras contribuír en su solución.

También se incluyen acciones básicas de atención al medio ambiente, ya que al ponerse en práctica las medidas aquí descritas, se evitarán muchas de las enfermedades que más frecuentemente atacan a la población colombiana.

GUIA PARA EL MANEJO DEL MANUAL DE CONDUCTAS

1. Revise las primeras páginas del Manual y busque la titulada "CONTENIDO".

2. Busque allí el título de la conducta en la cual usted está interesado.

3. Encontrado el título de la conducta, mire el número de la página que está frente al título.

4. Busque en el Manual ésta página y allí encontrará la descripción de lo que usted busca.

PRIMEROS AUXILIOS

PRIMEROS AUXILIOS

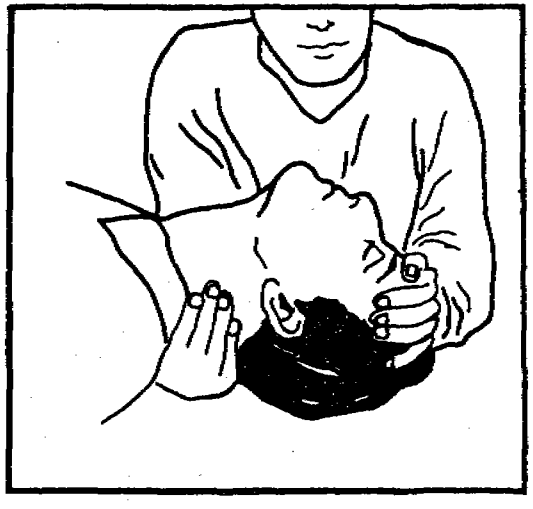
Son el conjunto de cuidados inmediatos que se prestan a la víctima de un accidente o de una enfermedad repentina, mientras recibe atención médica adecuada.

Los primeros auxilios evitan problemas que después irán a complicar el caso.

CONDUCTAS GENERALES EN CASO DE ACCIDENTE

- Piense antes de actuar.
- No mueva al accidentado, salvo en casos muy necesarios.
- Aparte a la muchedumbre.
- Observe a la víctima para definir que le pasa, y qué ayuda es la que necesita.

RESUCITACION



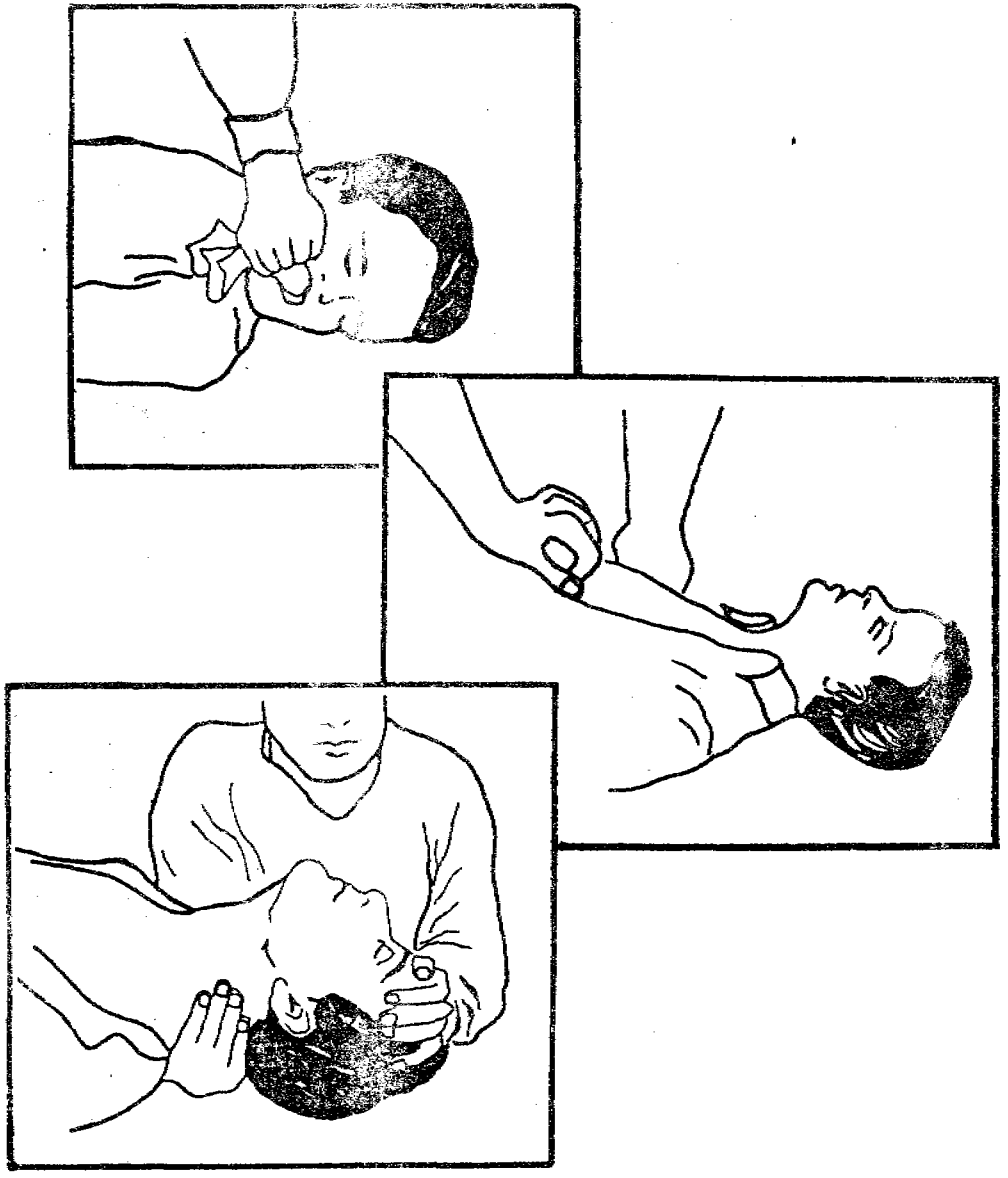
1. Respiración Artificial

La respiración artificial es la técnica que se emplea con el fín de hacer volver a respirar normalmente a una persona cuando ésta presenta disminución de la capacidad de conciencia, toma un color morado en la piel y presenta ausencia en la movilidad de la caja torácica.

Respiración artificial, utilizándo el METODO: BOCA A BOCA.

CONDUCTA

Acostar a la víctima con la cabeza de lado y echada hacia atrás.



– Extraer de la boca de la persona todo cuerpo extraño, comenzando por la dentadura postiza, si existe. Utilizar los dedos o un pedazo de tela para quitar cualquier cuerpo extraño de la boca del accidentado.

– Quitar las prendas de vestir como corbatas o ajustador que estén causando presión.

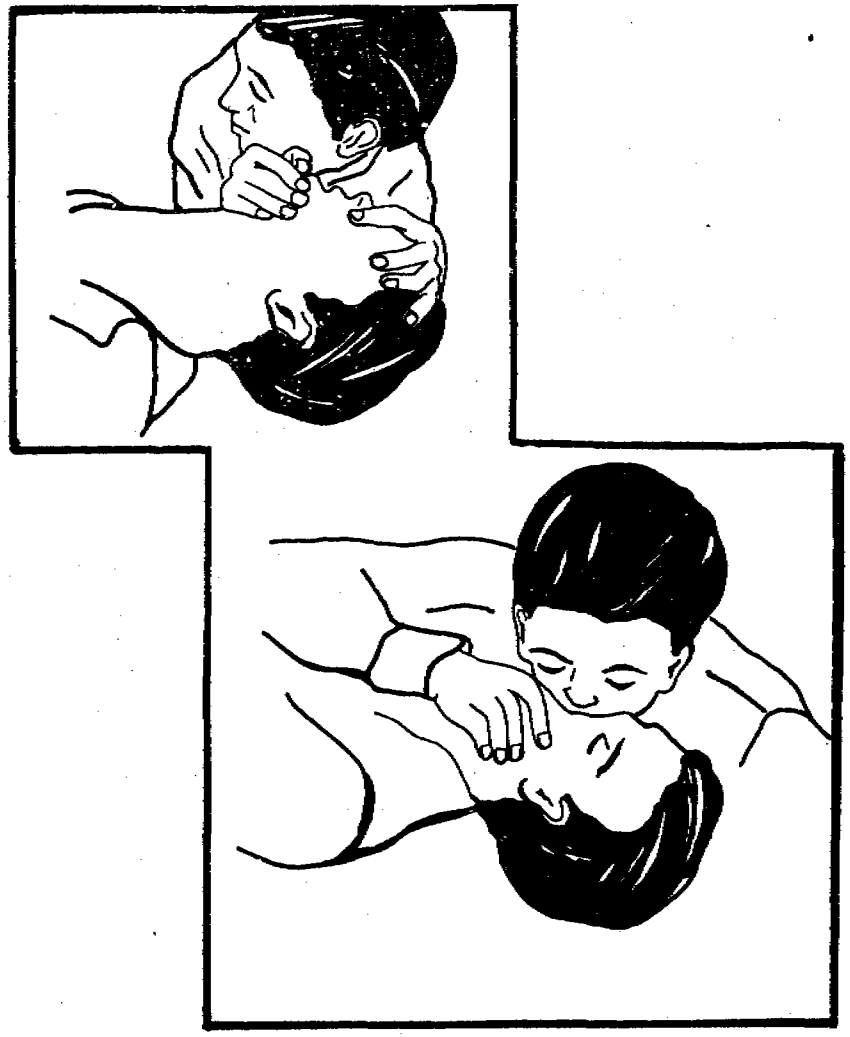
– Colocar una mano debajo de la nuca del paciente e inclinar hacia atrás la cabeza con la otra mano.

– Una vez realizado todo lo anterior, inclinar la cabeza del paciente hacia atrás, de suerte que el mentón quede hacia arriba.

– Levantar el mentón del paciente hasta que la cabeza quede totalmente inclinada hacia atrás.

Al empujar el mentón hacia arriba, la mandíbula sobresale.

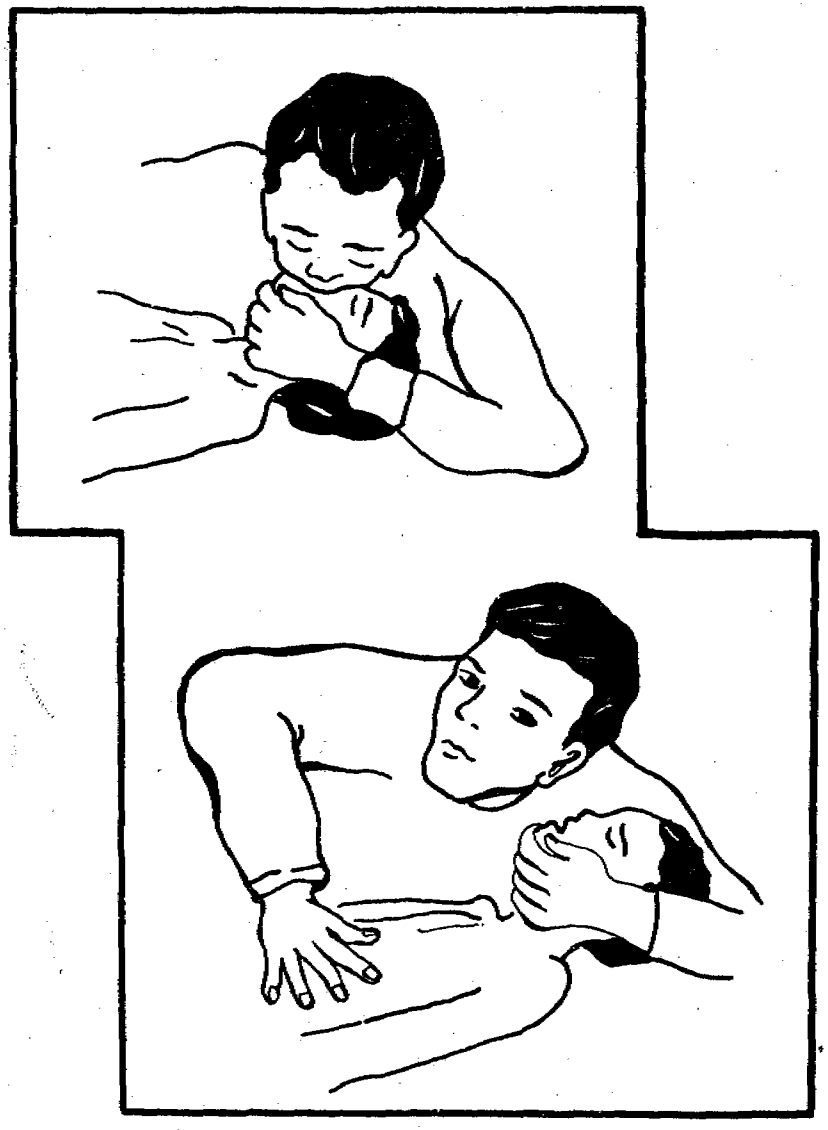
– Abrir completamente la boca, (poner un pañuelo sobre los labios, si se quiere) y colocar sus labios sobre los de la persona. Cerrar la nariz con una mano y soplar fuertemente hasta ver que entra aire en el pecho de la víctima.



– Retirar sus labios de la boca de la persona y dejar salir el aire.

Revisar si el paciente expulsa aire, si no rectificar la posición de la cabeza y mirar si la lengua no está impidiendo el paso del aire, pues si está doblada hacia atrás hay que sacarla. Repetir la maniobra de cerrar la nariz del paciente y soplar con energía, una y otra vez, unas doce veces por minuto o sea cada cinco segundos.

Si no se puede introducir aire por la boca, cerrar bien los labios y soplar por la nariz.



SI SE TRATA DE UN NIÑO SOPLE LA BOCA Y LA NARIZ AL MISMO TIEMPO.

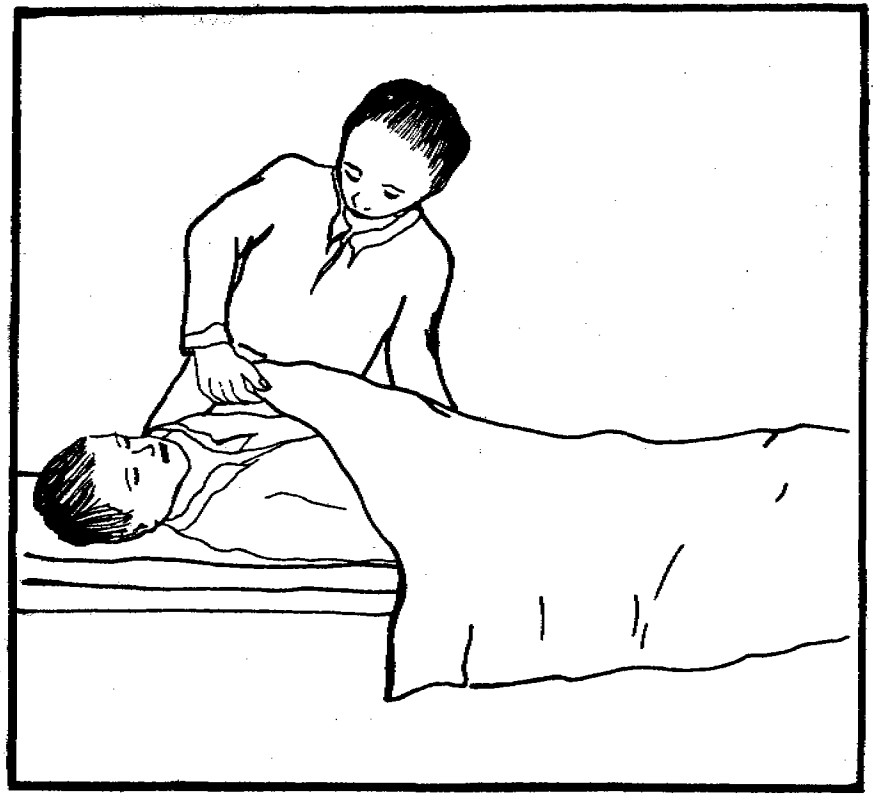
Es posible que el estómago del niño se llene de aire y se infle, en cuyo caso no hay que preocuparse. Simplemente colóquele una mano sobre el estómago y ejerza ligera presión. De esta manera expulsará el aire del estómago.

— Proseguir con la respiración artificial.

— Separar su boca de la cara del niño y escuchar si respira.

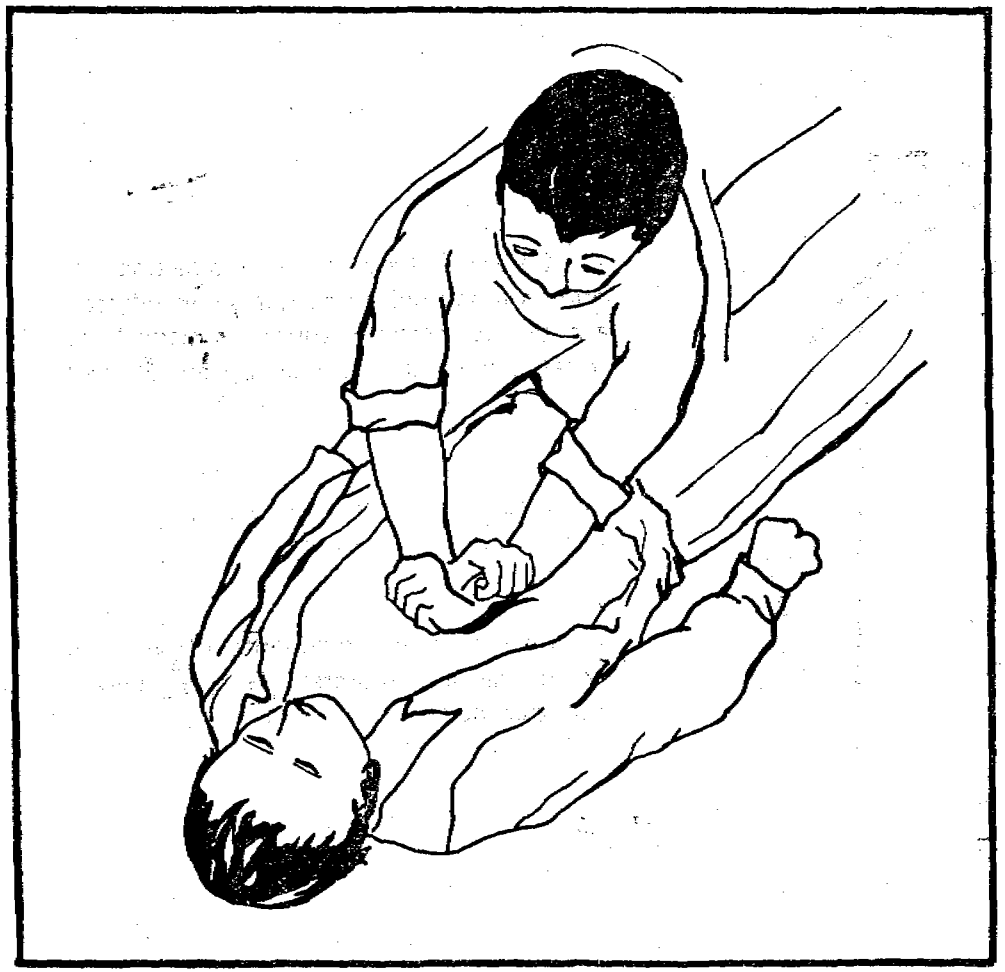
— Soplar a razón de veinte veces por minuto.

— Continuar la respiración artificial, hasta que la persona empiece a respirar nuevamente.



— Mantener abrigada a la persona. Conviene mantener en calor a la persona mientras se le da respiración artificial, pero no hay que interrumpir esta operación para abrigarlo. Dejar que otra persona se ocupe de mantener al paciente caliente y si no hay otra persona cúbrala usted mismo DESPUES de que haya comenzado a respirar.

Cuando la persona empiece a respirar manténgala quieta. Cúbralo para que esté caliente.



2. Masaje Cardíaco.

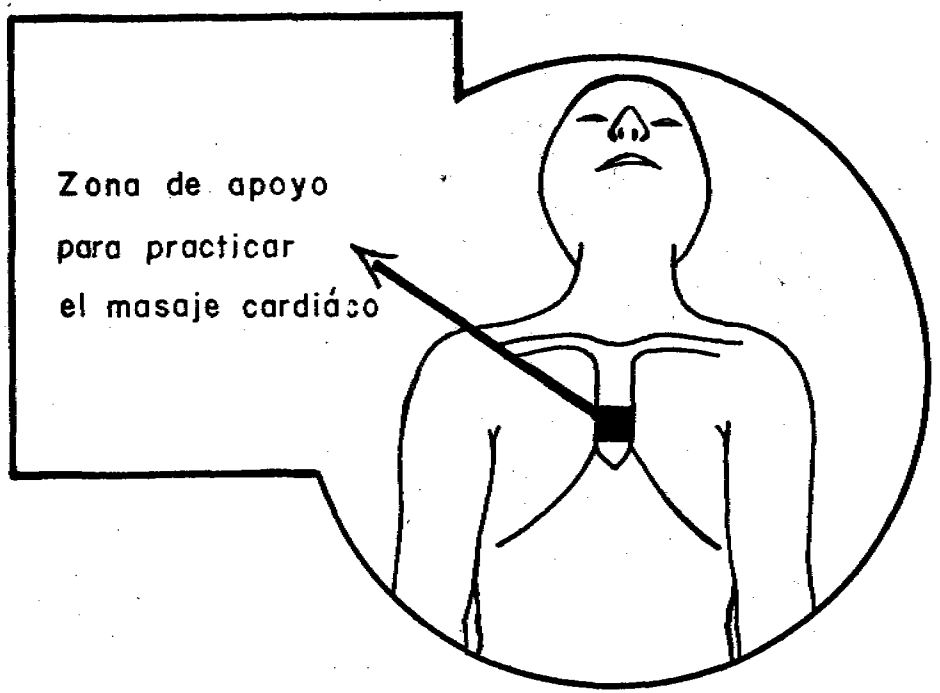
Con frecuencia cuando se deja de respirar, también el corazón deja de moverse y por lo tanto la sangre no se reparte por el cuerpo.

Cuando usted palpa las arterias y no siente que pulsan, es porque el corazón ha dejado de funcionar, entonces hay que hacer masaje cardíaco.

CONDUCTA

— Acostar a la persona en el suelo boca arriba, con los brazos y piernas estirados.

— Arrodillarse a un lado de la víctima.

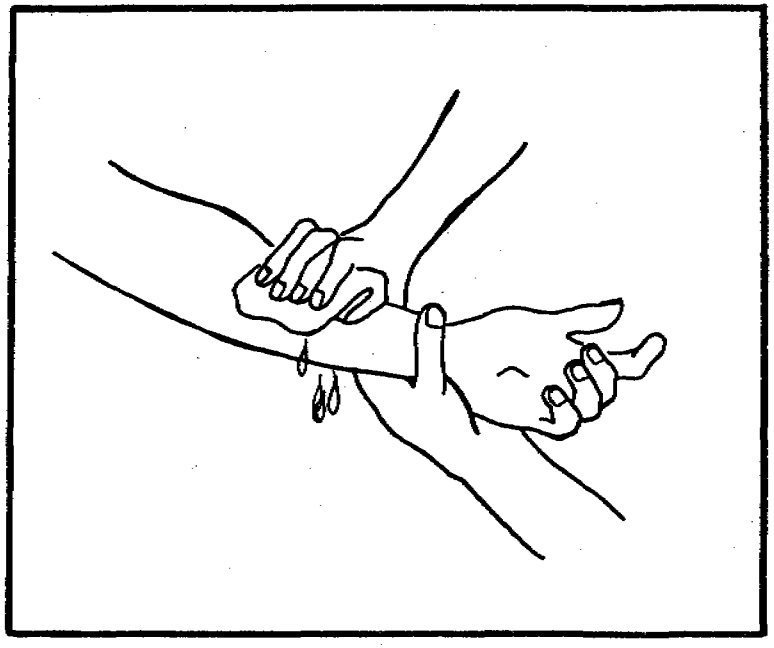


— Colocar la base de la palma de una mano sobre la mitad del hueso que se encuentra en la mitad del pecho y sobre esa mano la otra de tal manera que formen un ángulo recto.

— Mantener sus brazos rectos, la fuerza para presionar el tórax de la persona, hágala con el peso de su tronco.

— Realizar este movimiento 60 veces por minuto hasta asegurarse de que vuelve a encontrar pulso.

HEMORRAGIAS



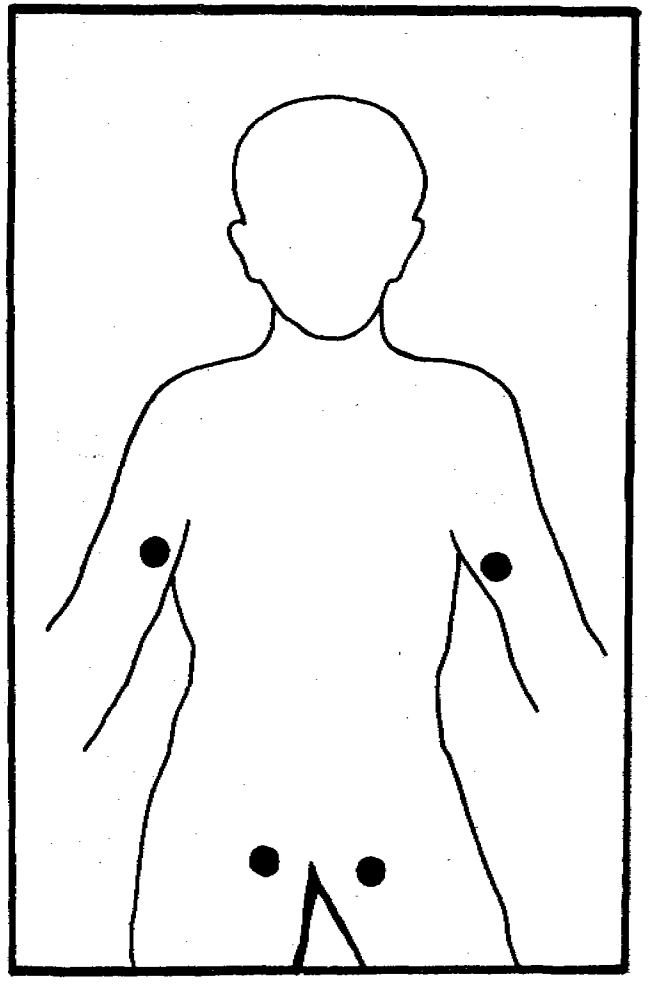
Es la salida de sangre por alguna herida en los tejidos y la piel.

La víctima de un accidente a menudo sufre de graves hemorragias.

CONDUCTA

1. Cuando la hemorragia no es muy abundante.

— Detener la hemorragia inmediatamente sin esperar a que llegue el médico, poniendo un pedazo de tela limpio directamente sobre la herida y ejerciendo presión.



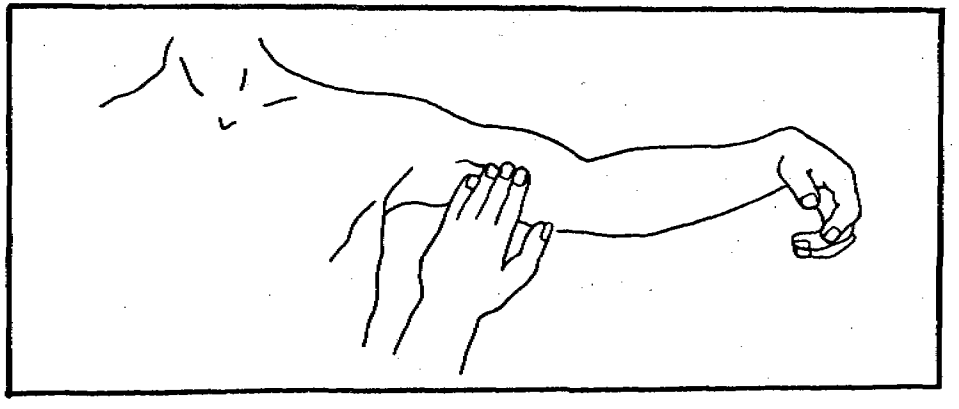
— Poner otro paño encima y continuar ejerciendo presión si el otro paño se empapa.

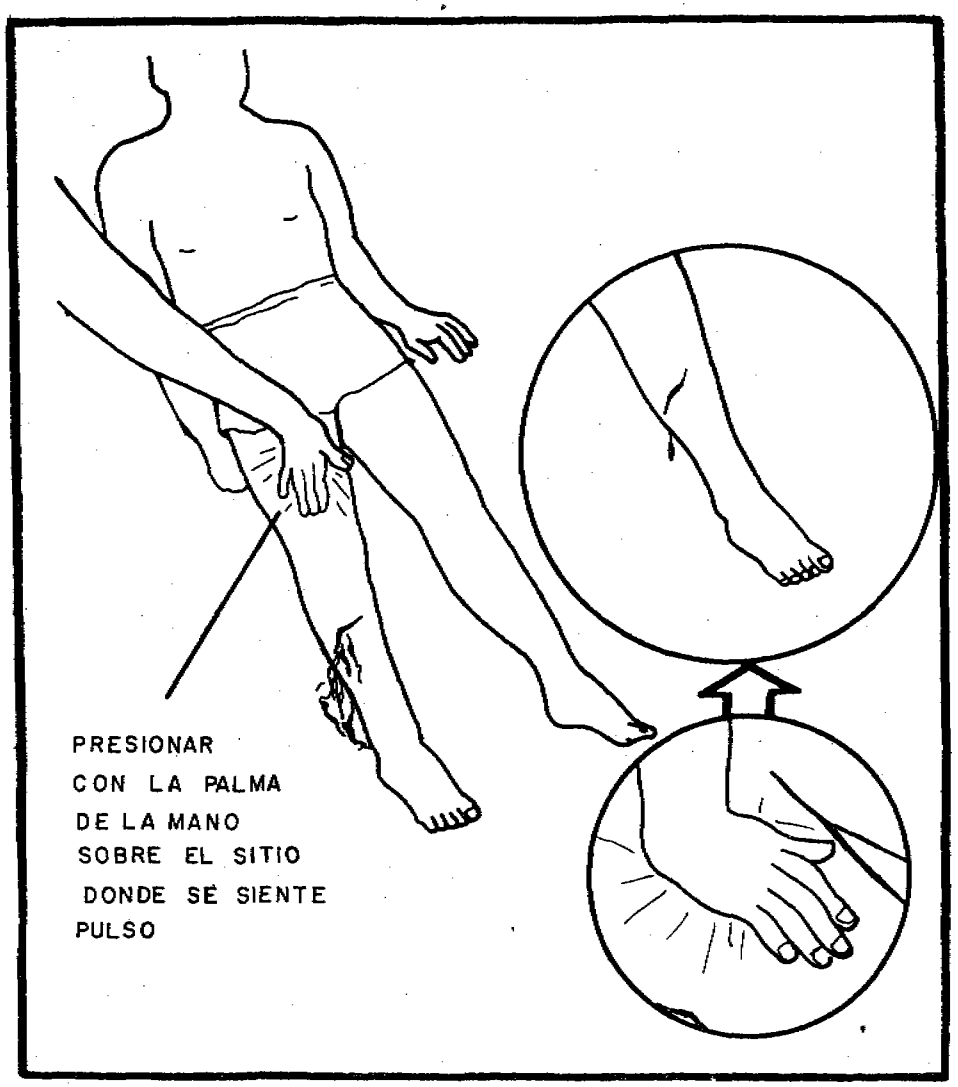
2. Cuando se presentan hemorragias muy severas en las extremidades.

Solo hay cuatro puntos de presión en donde se deben comprimir los vasos sanguíneos para disminuír la hemorragia.

El dibujo No. 9 muestra cómo se comprime el punto en el brazo izquierdo. Este punto se encuentra en la cara interna del brazo, entre el codo y la muñeca; donde se siente el pulso.

Utilice este punto de presión para detener la hemorragia del brazo.



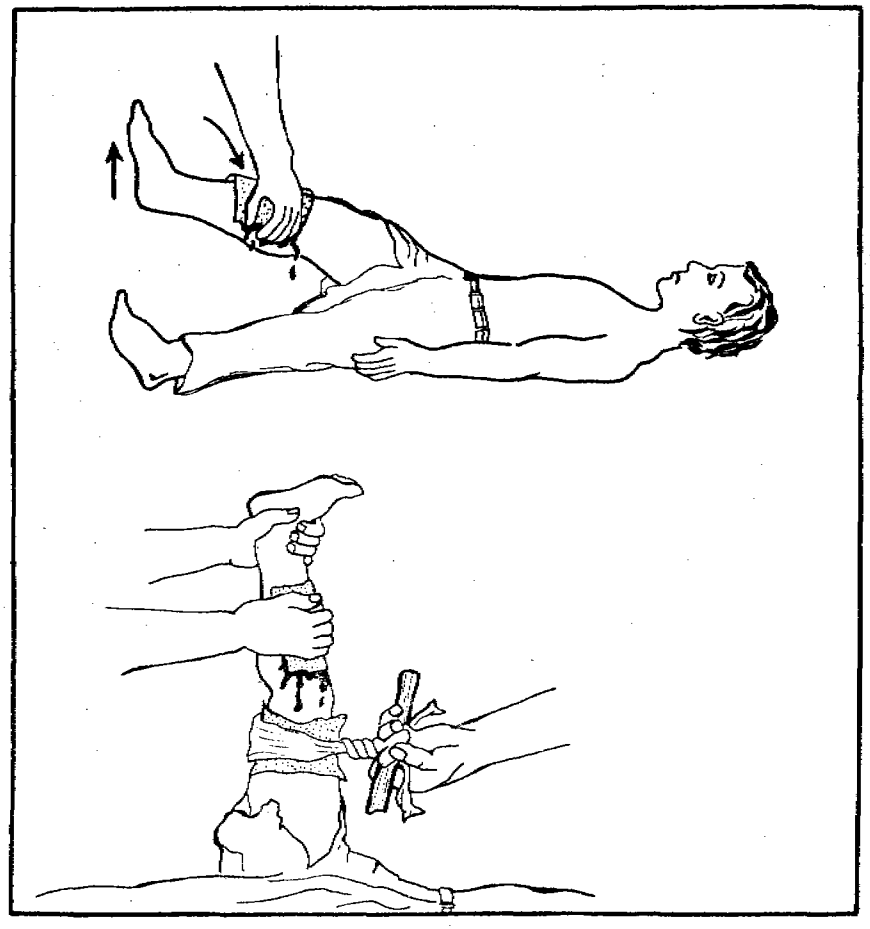


El dibujo muestra cómo se comprime el pulso para controlar la hemorragia en las piernas.

— Aplicar la presión en el punto inmediatamente superior a la herida para detener la hemorragia.

— Observar si con esta maniobra se disminuye la hemorragia.

Si la víctima sigue sangrando en abundancia por el brazo o la pierna y la presión directa no para la hemorragia habrá que utilizar un torniquete.

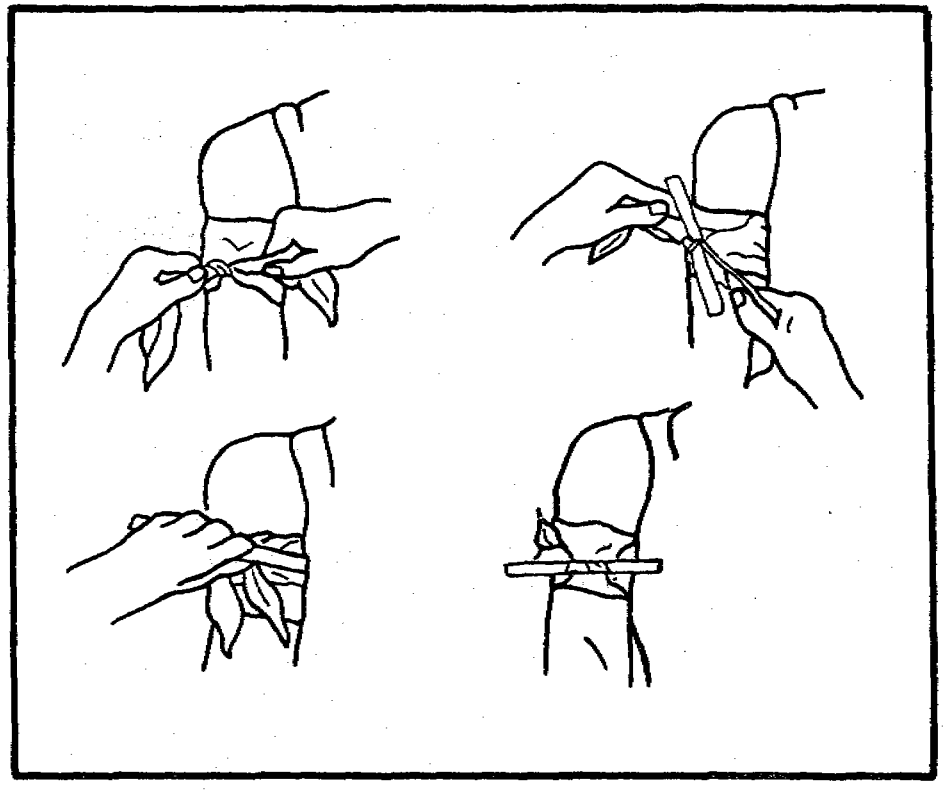


3. Uso del Torniquete.

El torniquete consiste en una tira de tela que se coloca alrededor del brazo o de la pierna bien apretado.

Si es preciso recurrir a un torniquete utilice una tira de unos 5 centímetros de ancho. Puede emplearse como torniquete una corbata, una bufanda, una media o cualquier pedazo de tela.

— Colocar el torniquete por encima de la herida dándole vuelta al palo, apretando hasta que la sangre deje de salir.



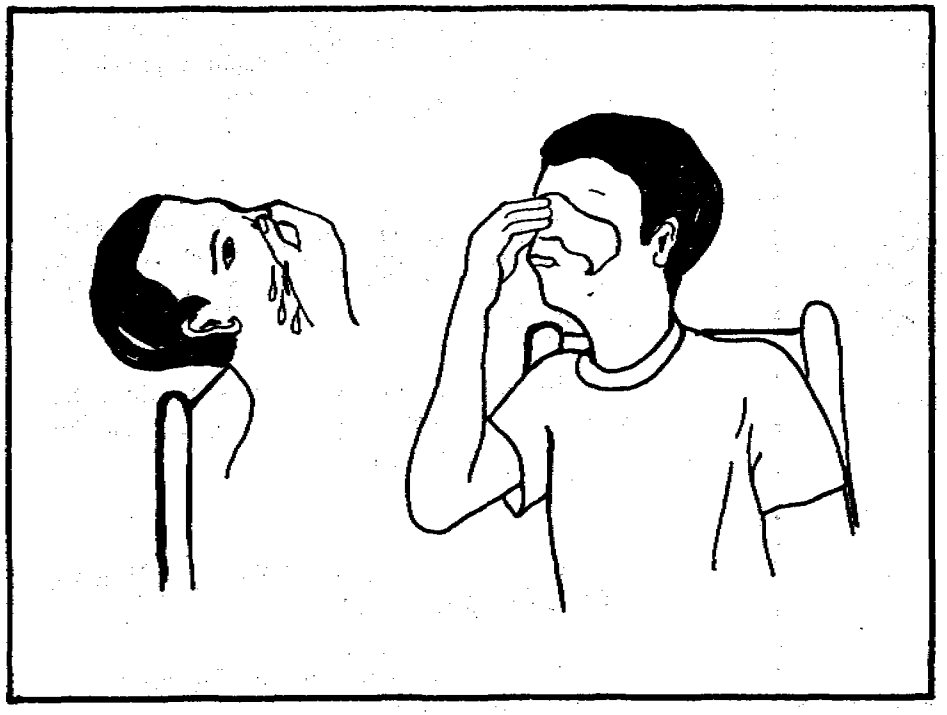
— Aflojar el torniquete cada 15 minutos para observar si la hemorragia sigue igual en tal caso vuélvalo a apretar.

— Vigilar que la parte del cuerpo situado por debajo del torniquete no se vuelva de color morado, en tal caso aflojar un poquito el torniquete.

No olvide que el torniquete sólo debe emplearse en caso de hemorragia grave en los brazos o piernas.

NUNCA UTILICE TORNIQUETE EN LAS HERIDAS DEL CUELLO.

— Trasladar a la persona al Organismo de Salud más cercano.



4. **Hemorragia Nasal.**

Es la salida de la sangre por la nariz.

— Sentar a la víctima, e inclinarle la cabeza hacia atrás hasta que cese la hemorragia.

— Apretar la parte superior de las ventanas de la nariz durante unos minutos.

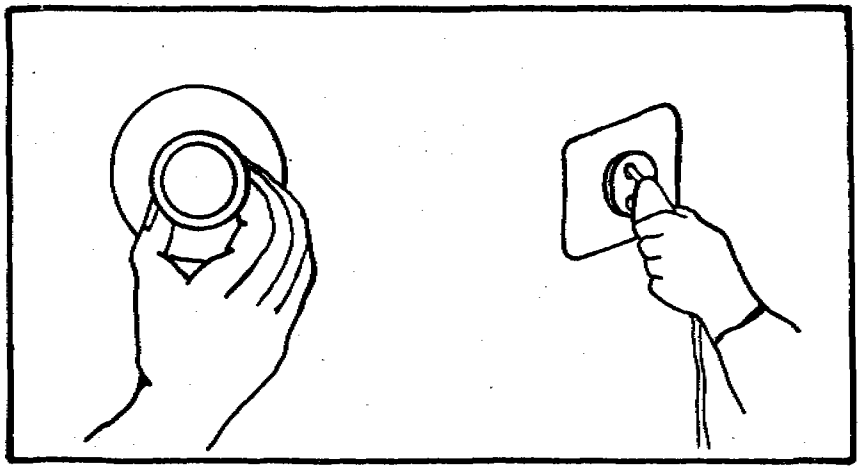
— Al apretar la nariz se ejerce una presión que ayuda a contener la hemorragia.

— Aplicar un paño empapado en agua fría sobre la nariz y la frente lo que ayudará a contener la hemorragia.

NUNCA suene la nariz mientras persiste una hemorragia porque ésta se aumentará.

— Remitir la persona al médico si la hemorragia no se detiene.

QUEMADURAS



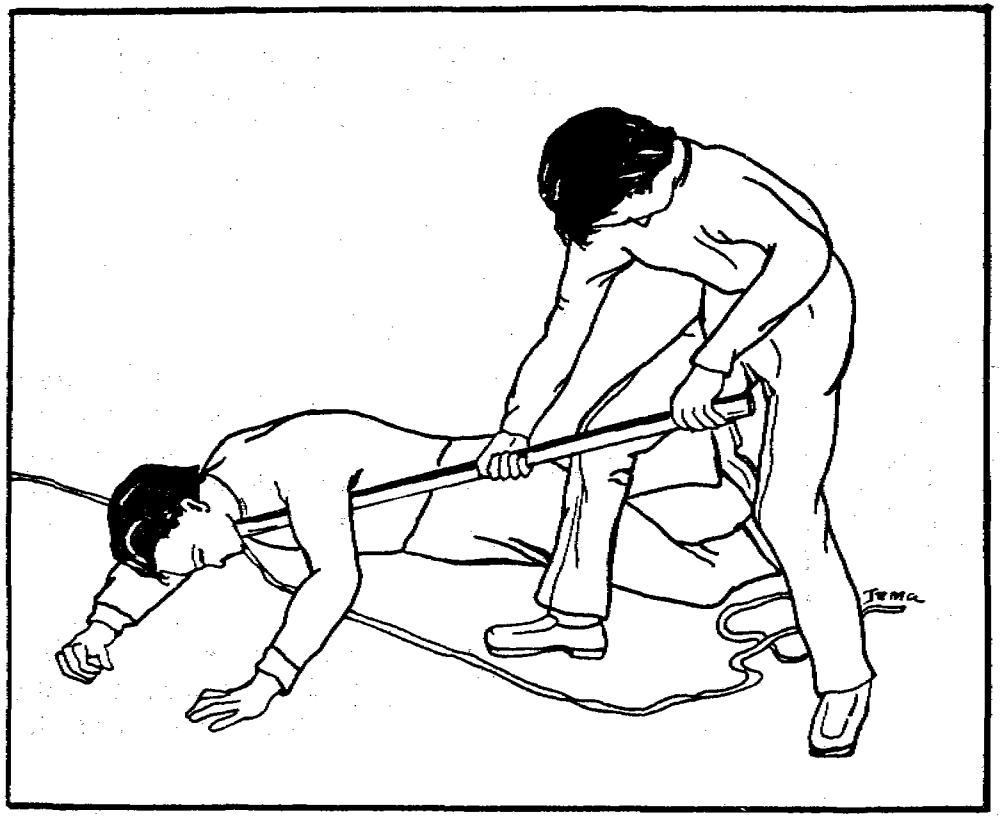
Quemadura es la lesión causada en alguna parte del cuerpo, por corriente eléctrica, sustancias químicas, calor o frío excesivo.

CONDUCTA

1. Por corriente eléctrica.

Es la lesión causada en parte o todo el cuerpo, por el paso de corriente eléctrica que afecta a una persona cuando se pone en contacto con ella. Proviene de un cable eléctrico, un enchufe o un rayo, cuando hay tempestad atmosférica.

— Interrumpir inmediatamente el contacto de la víctima con la electricidad (cerrando el interruptor más cercano o aflojando los fusibles.



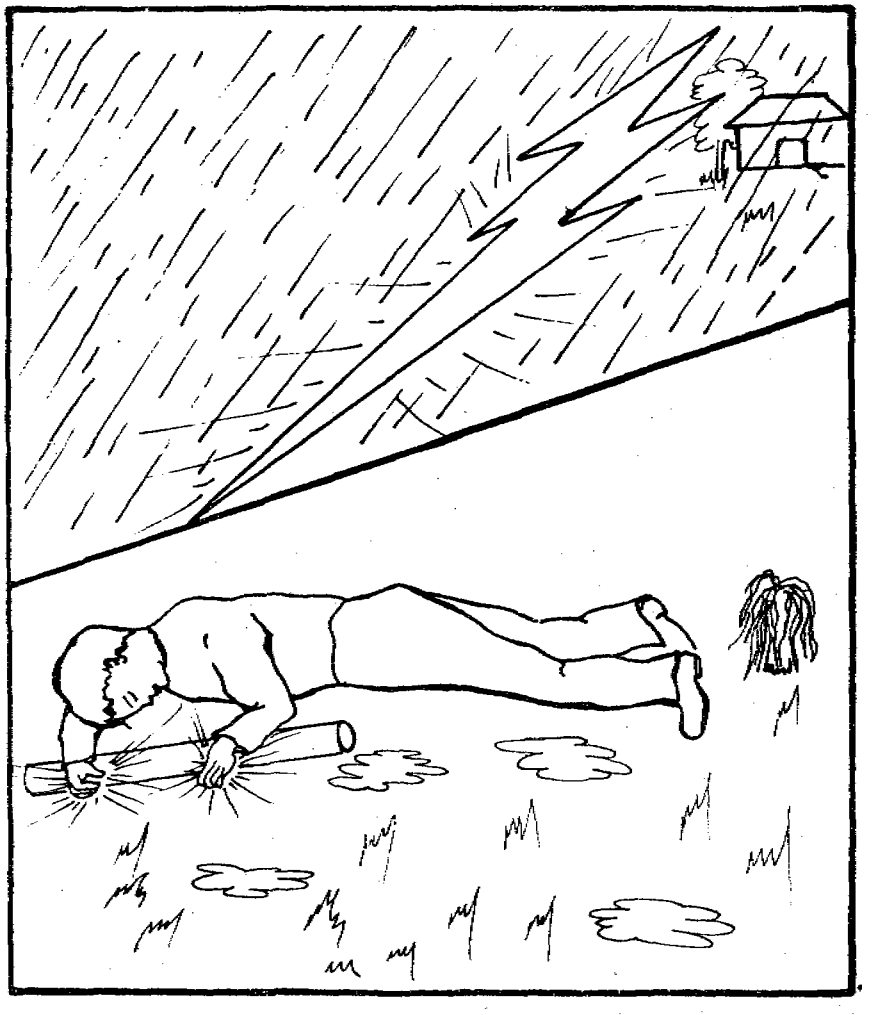
— Si no puede cortar la corriente, utilice una vara de madera larga para separar a la víctima del contacto con la electricidad, asegurándose de que el palo y la superficie debajo de sus pies, estén secos, para su propia protección.

Una vez desconectada la corriente, usted ya no corre peligro de lesionarse.

Si la persona ha quedado inconsciente ejecute los primeros auxilios (respiración artificial y masaje cardíaco).

Transportar a la persona al Organismo de Salud más cercano.

Si la persona queda consciente, déjela reposando en el sitio donde cayó, abríguela y espere hasta cuando se tranquilice.



2. Por descargas eléctricas atmosféricas (le cayó un rayo).

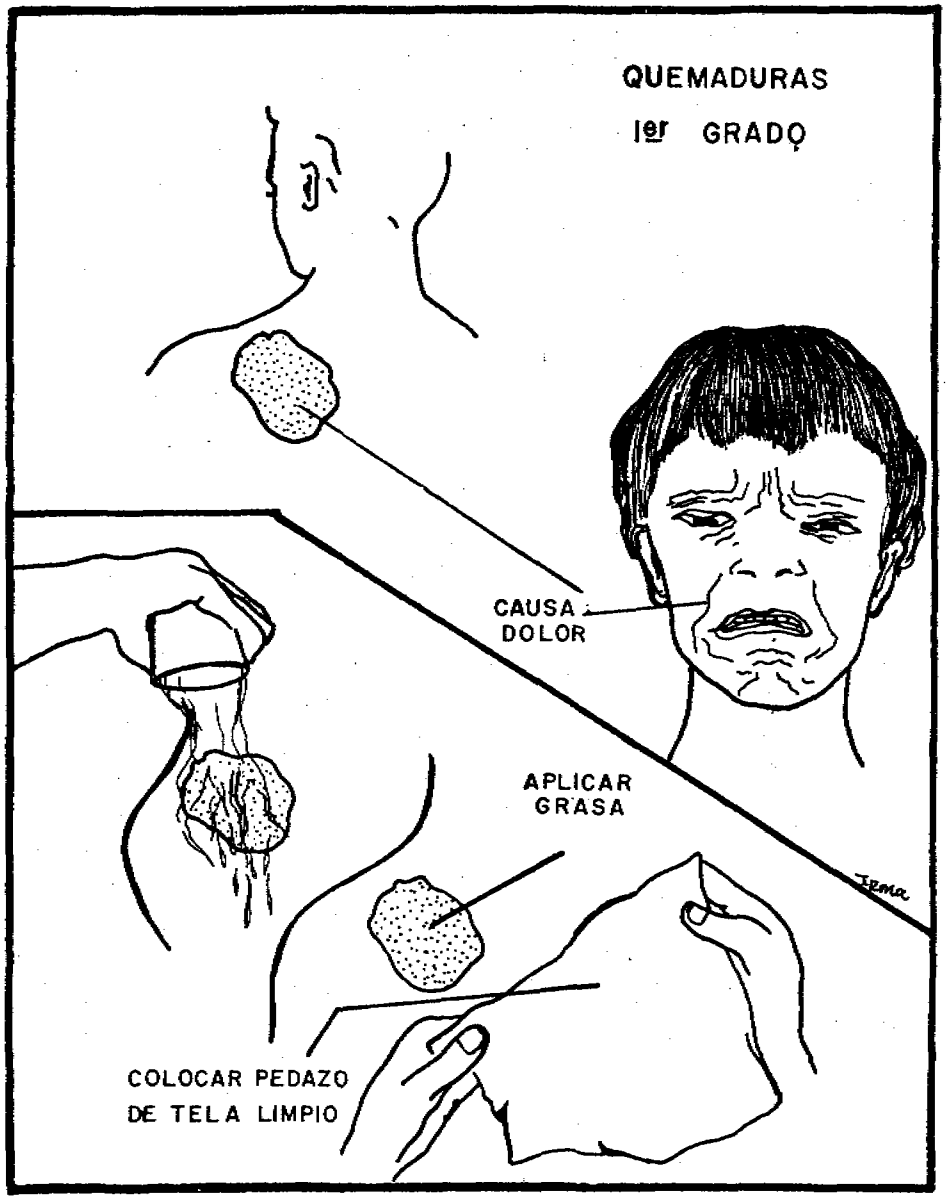
— Arrojar un objeto metálico, un tubo, un alambre etc., para que la víctima la coja con una mano y así descargue la electricidad que pueda tener.

Si está inconsciente arrojar el objeto sobre el cuerpo.

NO LA TOQUE ANTES DE EJECUTAR ESTE PROCEDIMIENTO.

— Retirar de la víctima el objeto metálico con una vara de madera que esté seca.

— Ejecutar las dos últimas conductas para quemaduras por corriente eléctrica.



3. Por calor.

Son aquellas lesiones sufridas en la piel causadas por el sol o un agente muy caliente que pueden causar heridas y cicatrices permanentes.

Según su gravedad las quemaduras pueden ser:

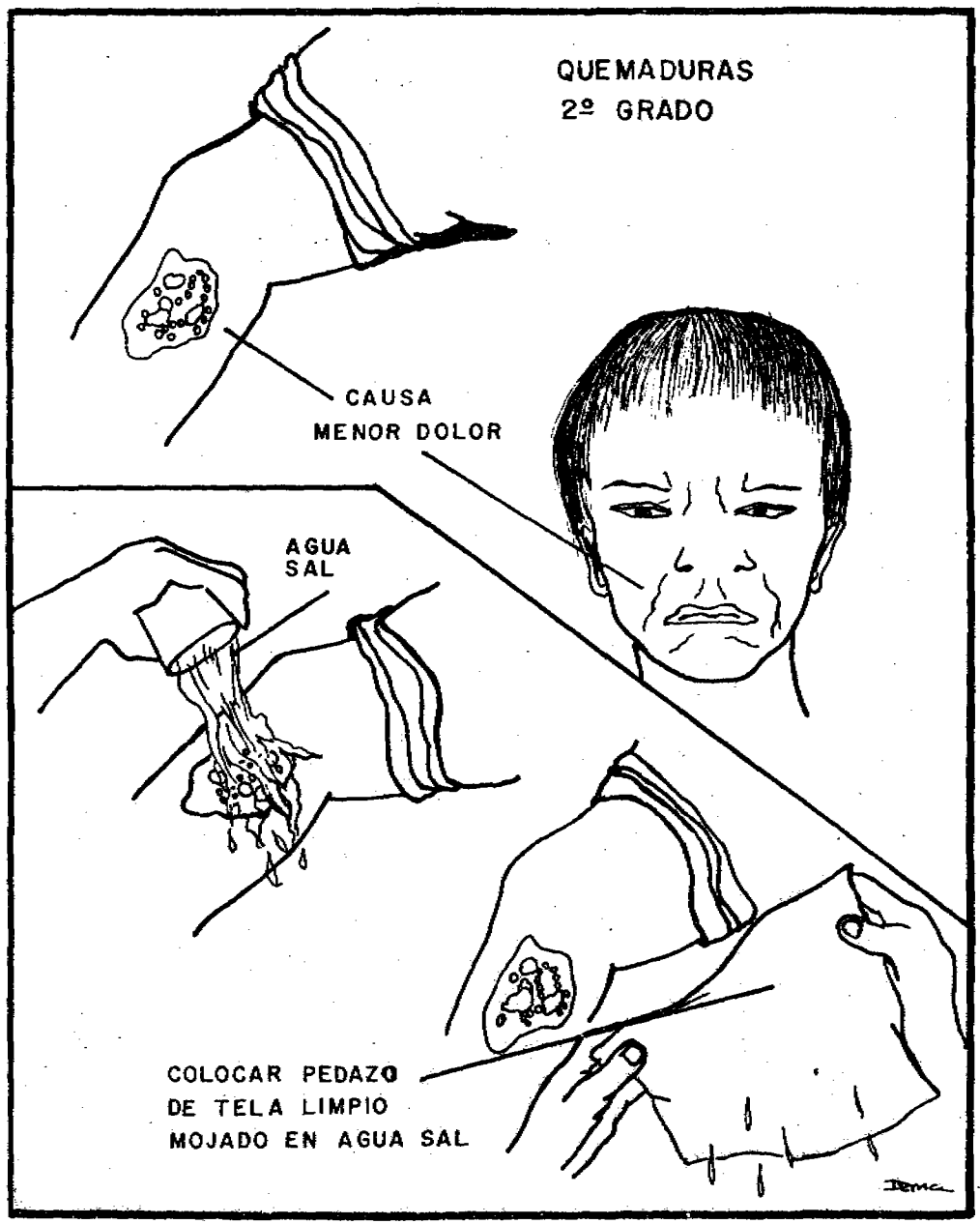
3.1. De primer grado. Es la menos grave; hiere la superficie de la piel causando dolor y enrojecimiento.

CONDUCTA

— Dejar correr agua fría por encima de la quemadura para disminuír el dolor.

— Aplicar cualquier grasa sobre la zona enrojecida.

— Cubrir la zona quemada con un pedazo de tela limpio, para evitar que el aire reseque más la piel y cause mayor dolor.



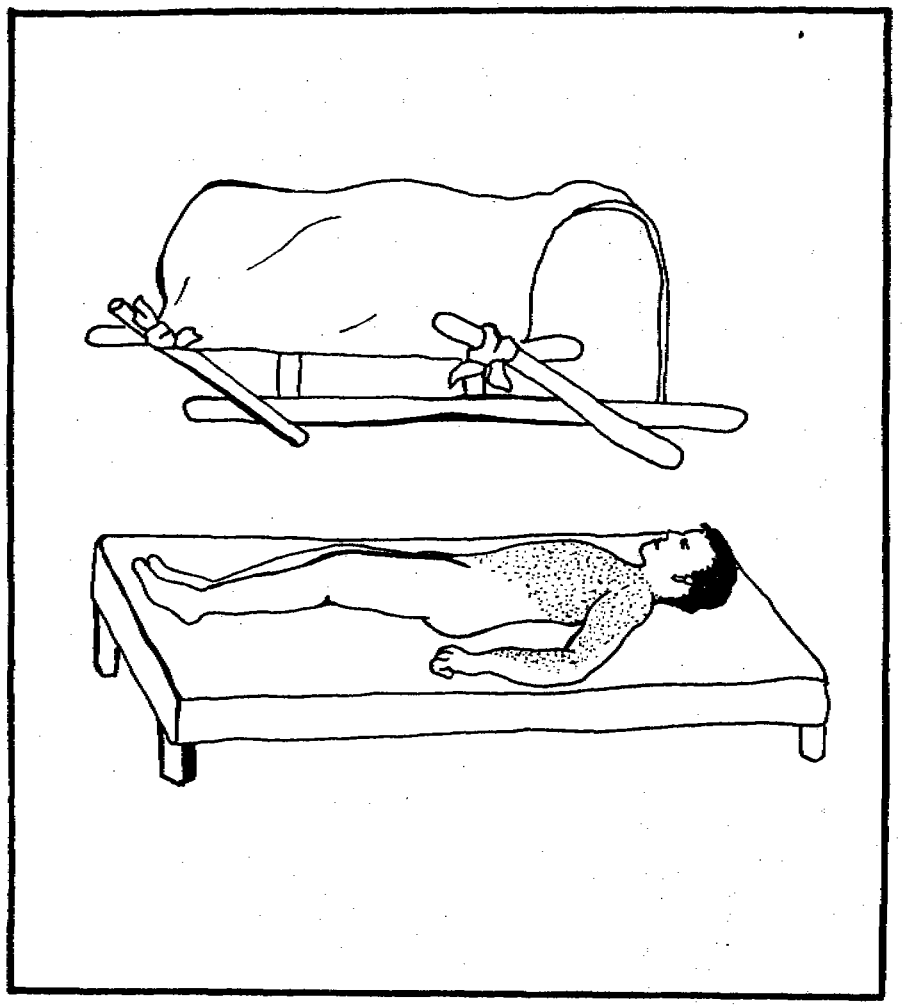
3.2. De segundo grado. Son las heridas causadas por calor en donde se forman ampollas sobre la piel quemada.

Si la zona quemada es pequeña:

— Dejar correr agua limpia fría y mezclada con sal.

— Cubrir la quemadura con un pedazo de tela limpio que esté mojado con agua-sal, manténgalo húmedo para que no se pegue.

— Llevar a la víctima al Organismo de Salud más cercano.



Si la herida es grande:

— Acostar a la víctima.

— Retirar la ropa que cubre la zona quemada cortándola o rasgándola, para evitar que al quitarla se arranque la piel.

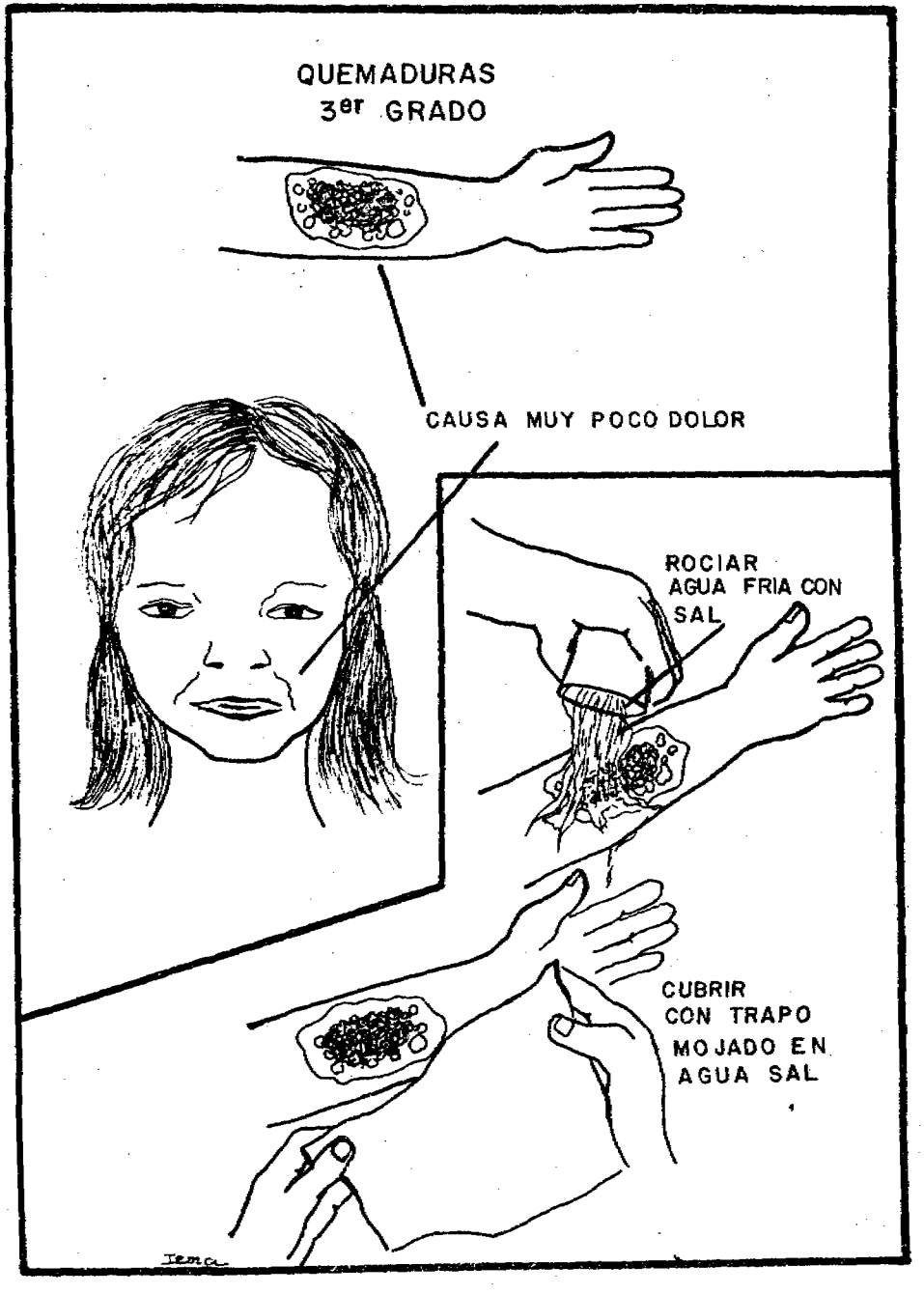
Si la ropa está pegada humedézcala con agua-sal para despegarla.

— Lavar muy bien las manos.

— Dejar chorrear sobre el área quemada abundante agua con sal.

— Cubrir a la víctima con una sábana muy limpia amarrándola a los bordes de la camilla de manera que abrigue a la víctima, pero que no quede sobre la herida para que no se pegue.

— Brindar abundantes bebidas con sal y con dulce y asegurarse que la persona no sienta sed.



— Mantener a la víctima abrigada.

— Observar el color y la cantidad de orina y asegurarse de que está orinando en forma suficiente.

— Llevar a la víctima al Organismo de Salud más cercano.

3.3. De tercer grado. Son quemaduras que producen heridas más graves y más profundas. La piel se ve dura y de color negruzco, casi no duele.

— Evitar toda causa de infección.

— Actuar en la misma forma que con la quemadura de segundo grado.

— Llevar a la víctima inmediatamente al Organismo de Salud más cercano.

4. Por sustancias químicas.

4.1. Sustancias líquidas. Son heridas causadas sobre la piel y sus tejidos vecinos por ácidos fuertes, u otras sustancias como: ácido sulfúrico, soda cáustica, etc.

— Lavar rápidamente el área quemada con grandes cantidades de agua, que deben chorrear sobre la herida para diluír y remover completamente el ácido, chorree agua hasta estar seguro que no queda nada de ácido sobre la piel, o sea cuando se quita la picazón.

— Quitar cualquier ropa que esté mojada con el ácido, tenga cuidado de que usted no se unte y se queme también.

Observar si hay ampollas o heridas.

— En tal caso, colocar una tela limpia sobre la herida, para protegerla de infecciones.

— Dar un calmante (Aspirina) si la persona tiene dolor.

Si es un niño, dar la mitad de la dosis de Conmel o Aspirina.

4.2. Productos químicos en polvo. Los productos químicos también pueden venderse en polvo. Cuando éstos caen sobre la piel también la pueden quemar.

— Soplar el polvo que ha caído sobre la piel.

TENGA CUIDADO DE QUE NO CAIGA POLVO SOBRE LOS OJOS O ENTRE EN SU NARIZ.

— Acabar de retirar el polvo, sacudiéndolo con trapo limpio y seco.

— Remitir al médico en caso de quemadura profunda o extensa.

5. Por congelación.

El demasiado frío, así como el demasiado calor, puede causar también quemaduras.

— Despegar la parte del cuerpo de la víctima que está en contacto con el objeto frío, chorreando agua fría sobre el objeto.

— Observar si hay entumecimiento, contrólelo derramando agua sobre la parte del cuerpo lesionada, hasta que éste recupere el movimiento.

— Abrigar bien a la víctima.

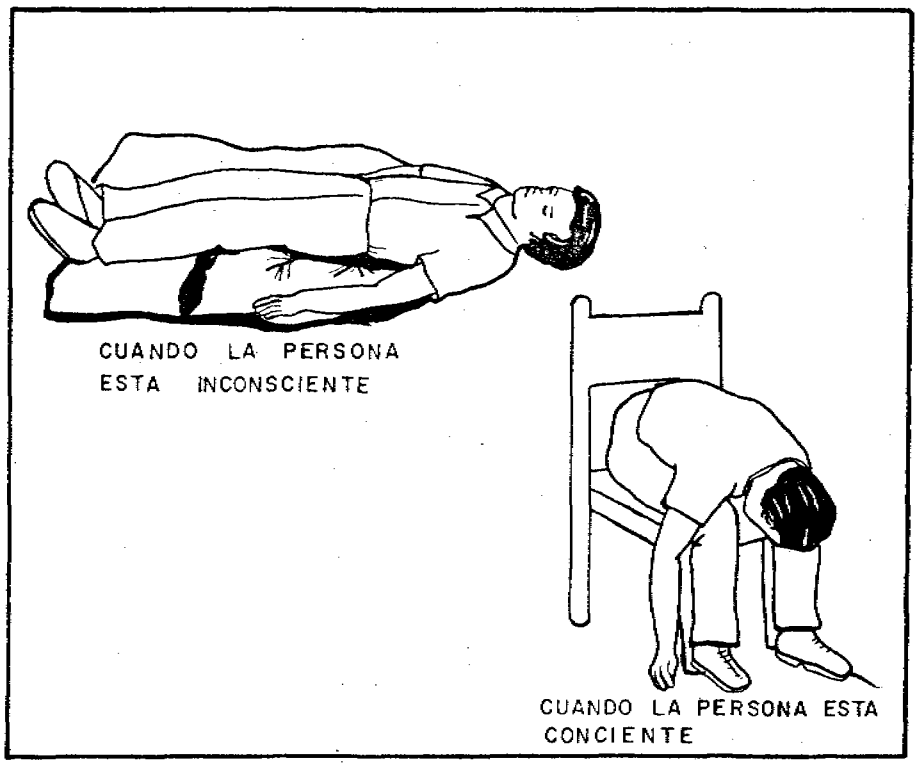
— Dar de beber líquidos calientes.

— Cubrir con un trapo limpio para evitar que se infecte, si se ve herida en la piel.

— Remitir a la persona al Organismo de Salud más cercano, si la quemadura es grave.


DAR DE BEBER
LIQUIDOS CALIENTES

DESMAYO O DESVANECIMIENTO



El desmayo o desvanecimiento es la pérdida momentánea del conocimiento que puede deberse a varias causas como: dolor fuerte, tensión arterial baja, ayunos prolongados, hemorragias fuertes, falta de suficiente aire puro para respirar.

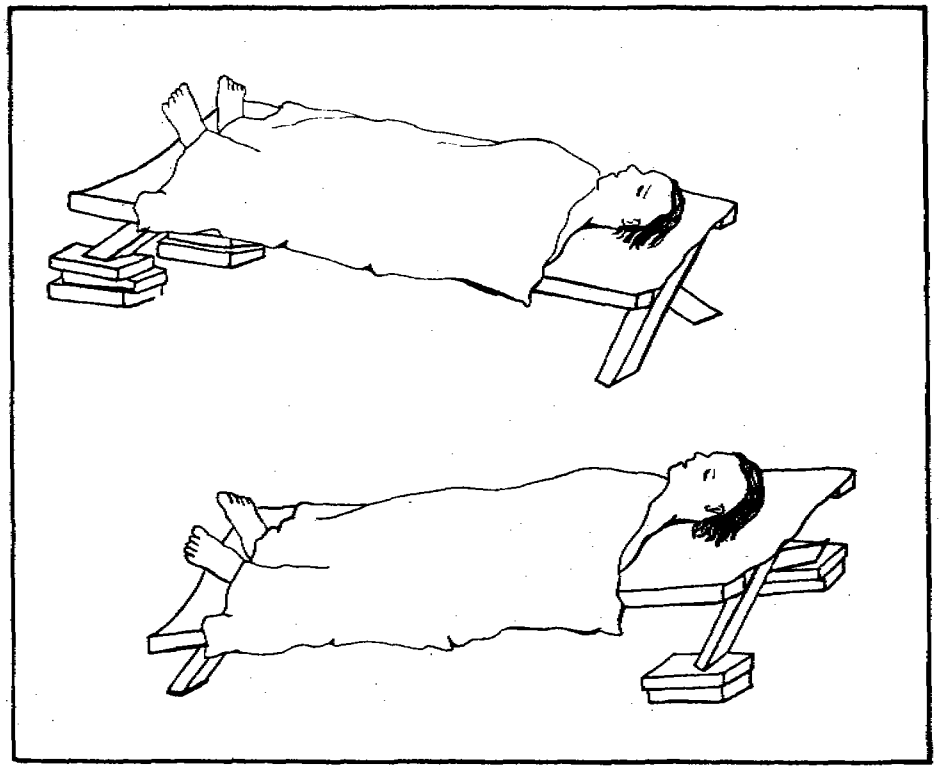
La persona que está próxima a desmayarse se siente débil, está fría, suda mucho y palidece; presenta pulso acelerado y débil.

CONDUCTA

1. Si la persona está consciente

Acostar a la víctima con la cabeza por debajo del resto del cuerpo, abrigándola para que no se enfríe.

— Dar agua para beber si la persona tiene sed.



NUNCA DE NADA DE BEBER SI LA PERSONA SIENTE NAUSEAS, TIENE UNA HERIDA EN EL ABDOMEN O EN LA CABEZA.

2. **Si la persona está inconsciente.**

— Colocarla boca arriba, sin tratar de moverla.

— Aflojar las prendas de vestir, como corbata, sostén o cinturón.

— Bajarle la cabeza y los hombros poniéndole algo debajo de las caderas y las piernas, para levantarlas, SI ESTA PALIDA.

— Bajarle las caderas y las piernas poniéndole algo debajo de la cabeza para levantarla, SI ESTA CONGESTIONADA.

NO SACUDA A LA VICTIMA NI ARROJE AGUA PARA REANIMARLA.

— Llevarla inmediatamente al hospital más cercano.

AGOTAMIENTO POR EL CALOR (INSOLACION)

Es el trastorno que presenta una persona que ha permanecido largo rato expuesta al calor, rayos solares o en una habitación caliente y sin ventilación.

La persona que sufre agotamiento por calor o insolación suda mucho, por lo tanto su cuerpo ha perdido agua y sal; por eso siente sed, aunque su temperatura permanezca normal; además está pálida, desfallecida y extraordinariamente cansada.

CONDUCTA

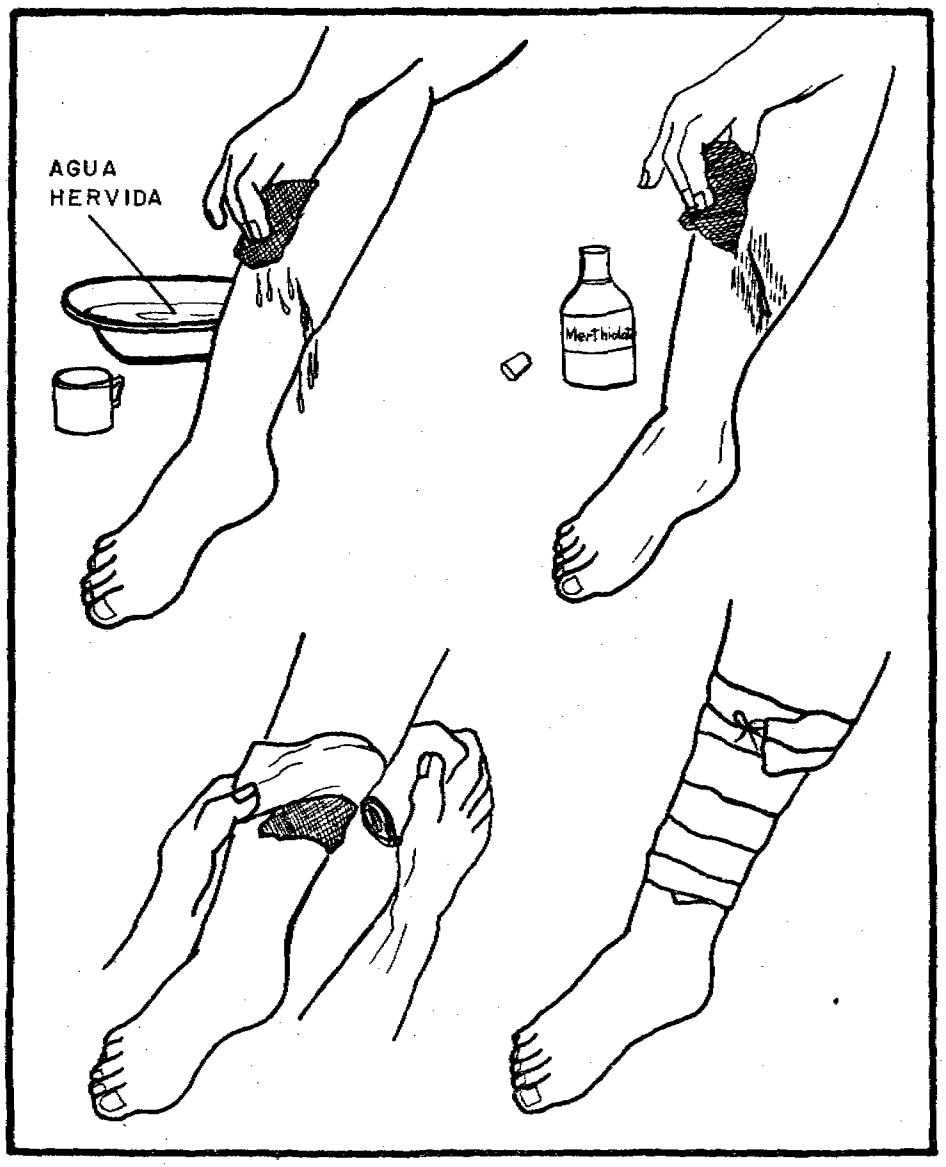
— Trasladar a la víctima a un lugar fresco y ventilado.

— Acostarla para que descanse.

— Ofrecerle bebidas frías, como suero casero, algún jugo de frutas o gaseosas. Cuanto más beba será mejor.

— Remitirla al médico, si no reacciona en más o menos 1/2 hora.

HERIDAS



Una herida es cualquier ruptura de la piel. La herida está expuesta a la infección porque la piel está abierta y permite la entrada de gérmenes que causan infección.

CONDUCTA

1. **Heridas de menor importancia, tales como pequeñas cortaduras y arañazos.**

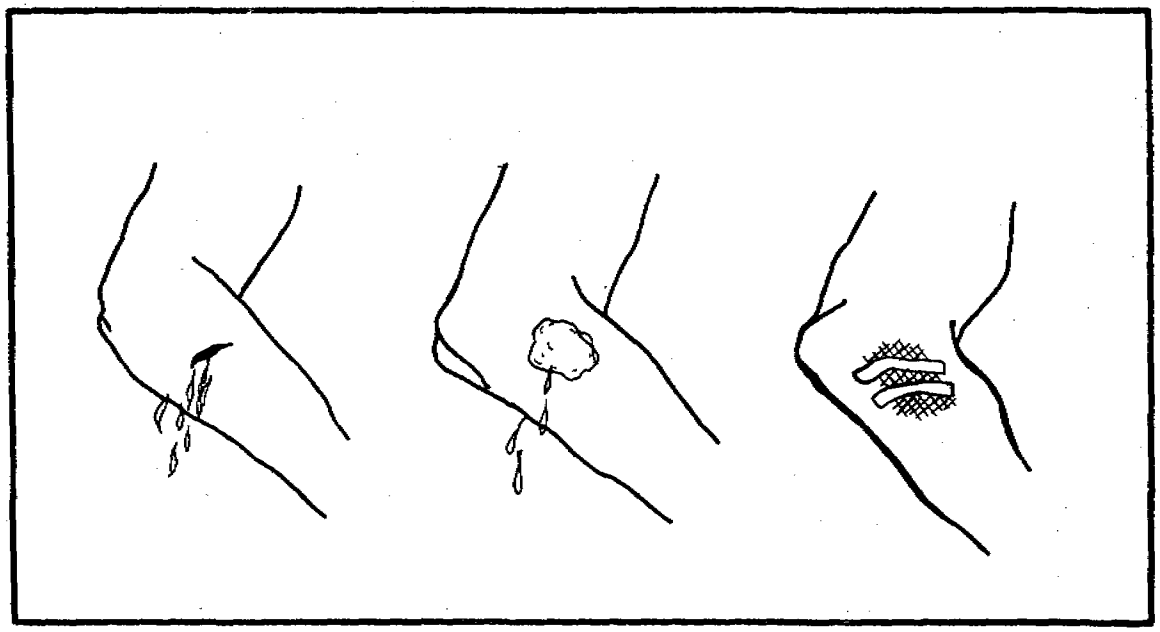
— Lavar la cortadura con agua hervida y jabón.

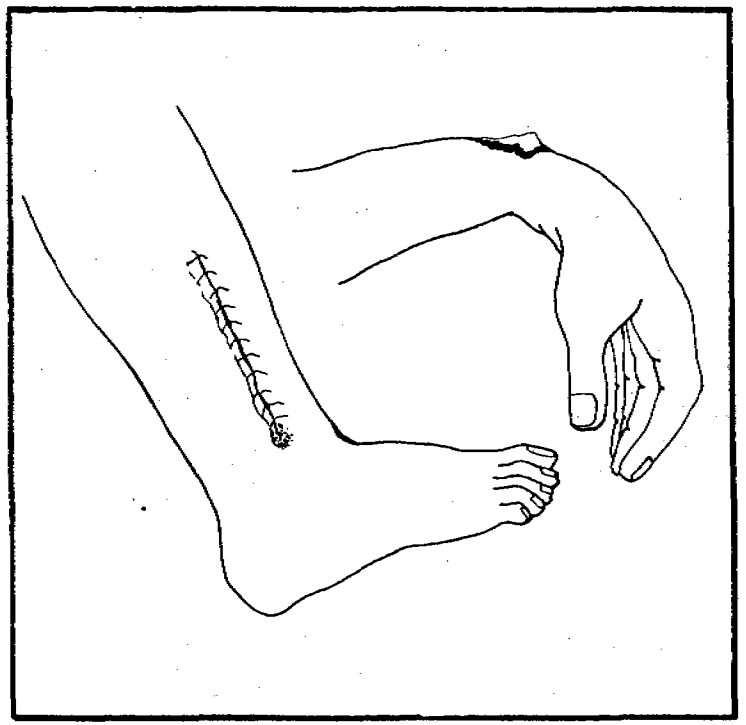
— Aplicar merthiolate sobre la herida y cubrirla con un pedazo de tela limpio sujetándolo bien.

— Observar si hay signos de infección como: piel roja, adolorida e hinchada alrededor de la herida. También se puede formar pus. El pus es un líquido denso y amarillento que se forma a consecuencia de una infección. También puede existir fiebre y "secas".

Cualquier herida es peligrosa puesto que puede permitir la entrada de una enfermedad llamada TETANOS.

— Consultar al médico si se ha introducido tierra en la herida, pues tal vez deba administrarle un tratamiento especial para prevenir el tétanos.





2. Heridas producidas por astillas o espinas.

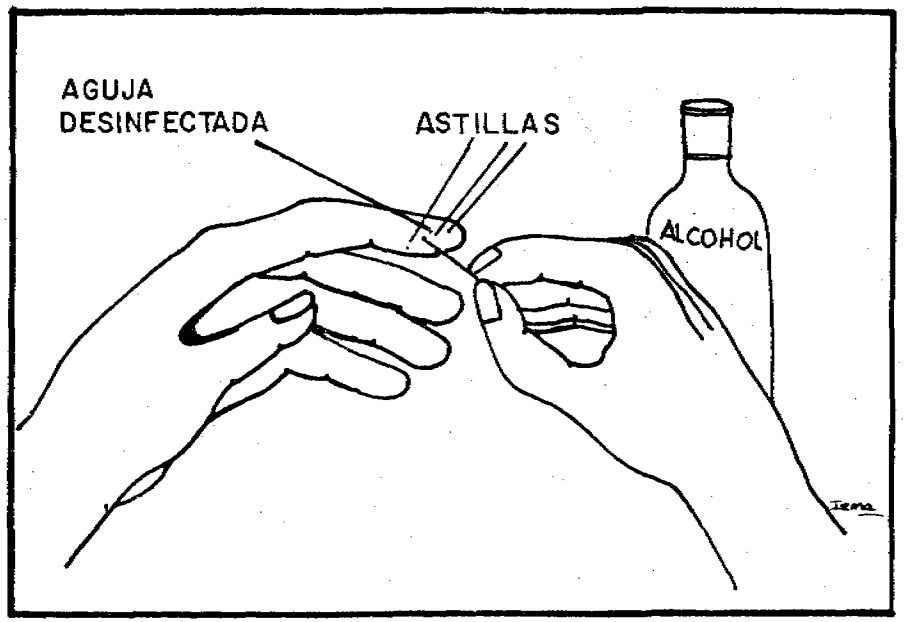
— Extraer la astilla con una aguja o pinza limpia y desinfectada.

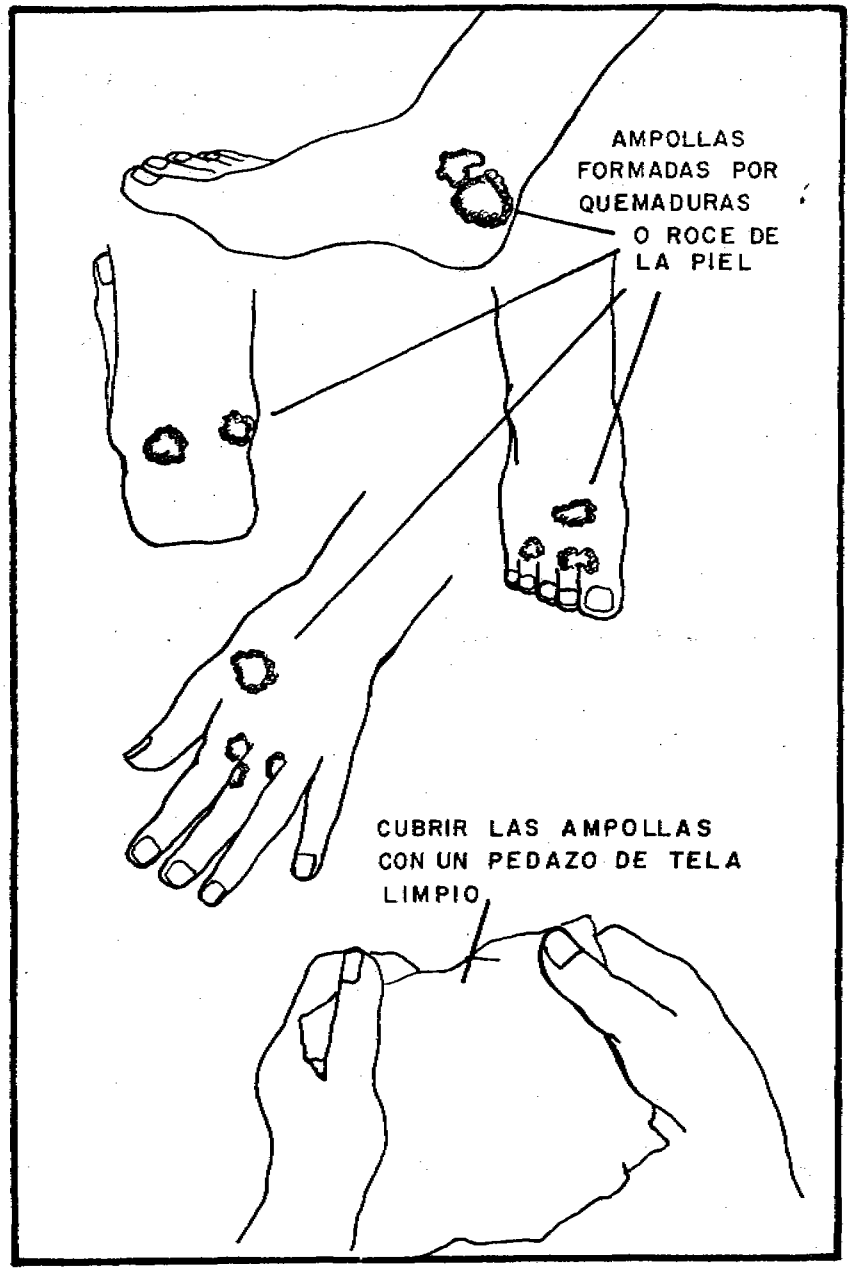
— Lavarse las manos antes de curar la herida.

— Lavar la piel alrededor de la herida con agua hervida.

— Aplicar merthiolate y cubrirla con un pedazo de tela limpia.

— Consultar al médico si la astilla ha penetrado profundamente.





3. Ampollas.

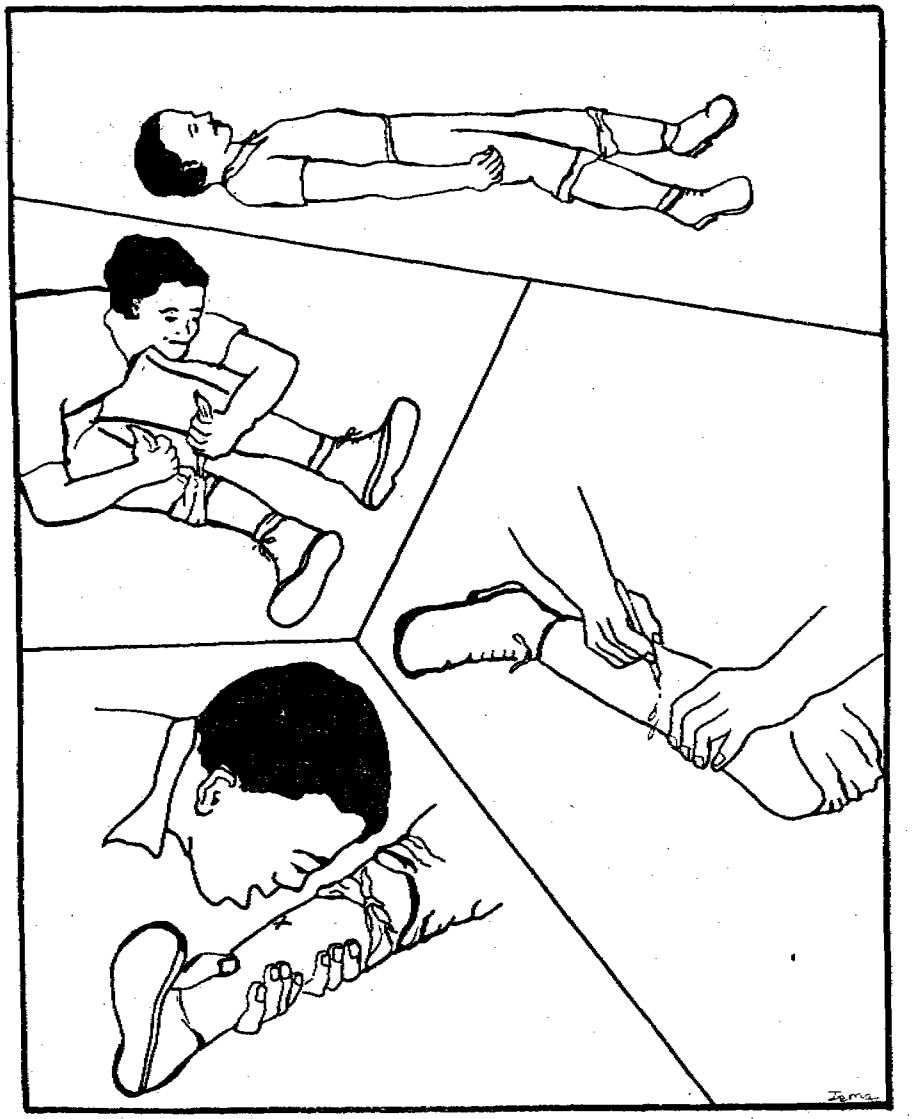
Una ampolla en la piel es una bolsa que se forma por una quemadura, golpe o por el roce de la piel con un objeto duro, en la cual se deposita un líquido.

La piel que cubre la ampolla es la mejor protección contra las infecciones.

— Dejarlas como están, si es posible.

— Cubrir la ampolla con un pedazo de tela limpio, si la ampolla se encuentra en una región expuesta a rozaduras.

MORDEDURAS



1. Mordedura de serpientes

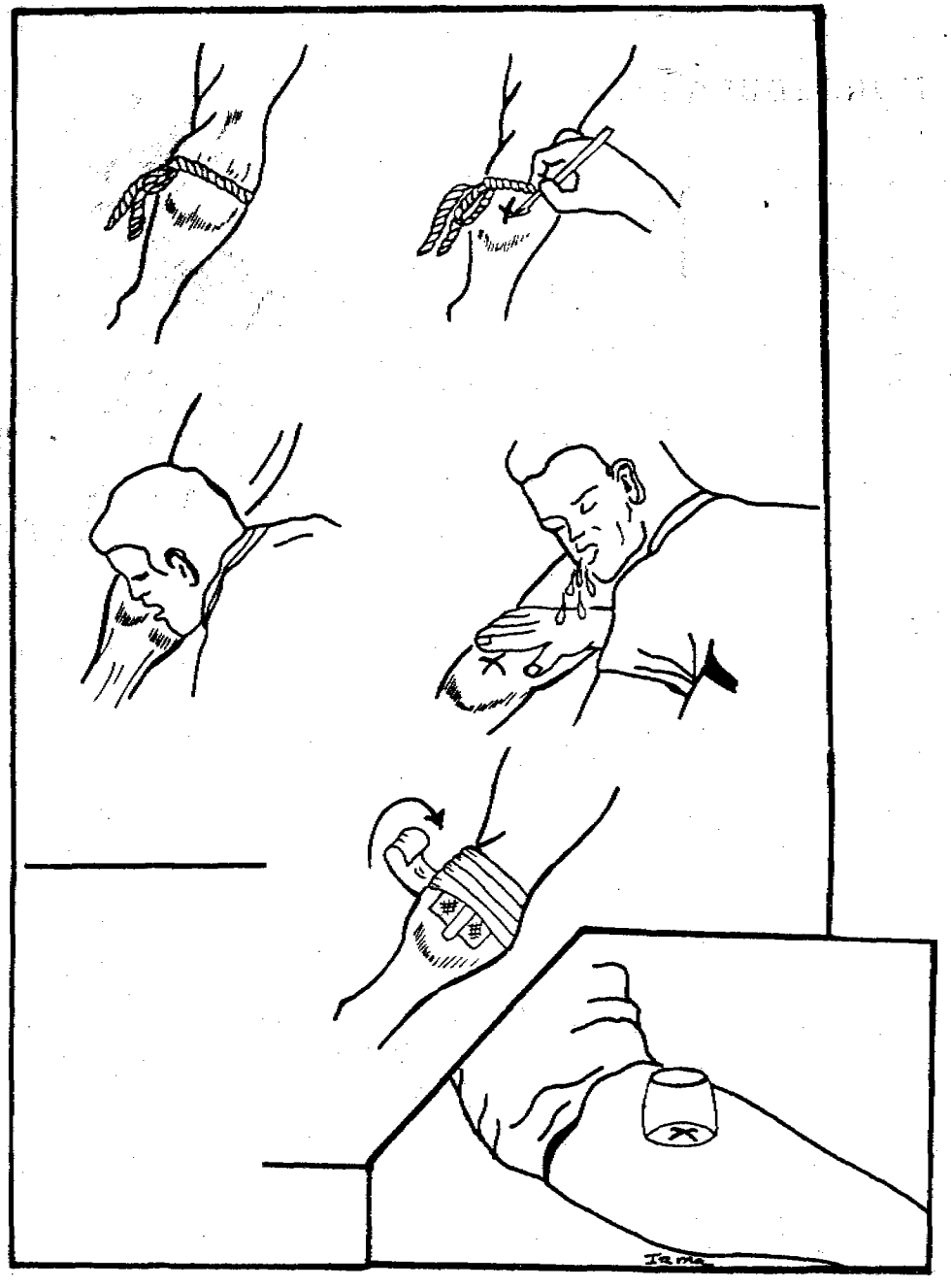
Una mordedura de serpiente es aquella producida por una culebra o serpiente de cualquier tipo; requiere inmediatamente auxilios puesto que no sabemos si es venenosa o no.

CONDUCTA

— Acostar a la víctima y mantenerla inmovilizada.

— Amarrar una venda bien apretada en la región por encima de la mordedura, utilizando lo que ténga a mano; puede ser un trapo, corbata, manga de camisa o toalla.

La venda no debe apretarse tanto como un torniquete. Cuando la venda se coloca en forma debida, continúa saliendo un poco de sangre de la herida.



— Desinfectar una navaja o cuchillo poniéndola sobre una llama.

— Hacer un corte en forma de equis (X) o cruz (+) con la navaja desinfectada, sobre cada marca de la herida dejada por colmillos de la culebra.

Estos cortes deberán tener cada uno, una pulgada de largo.

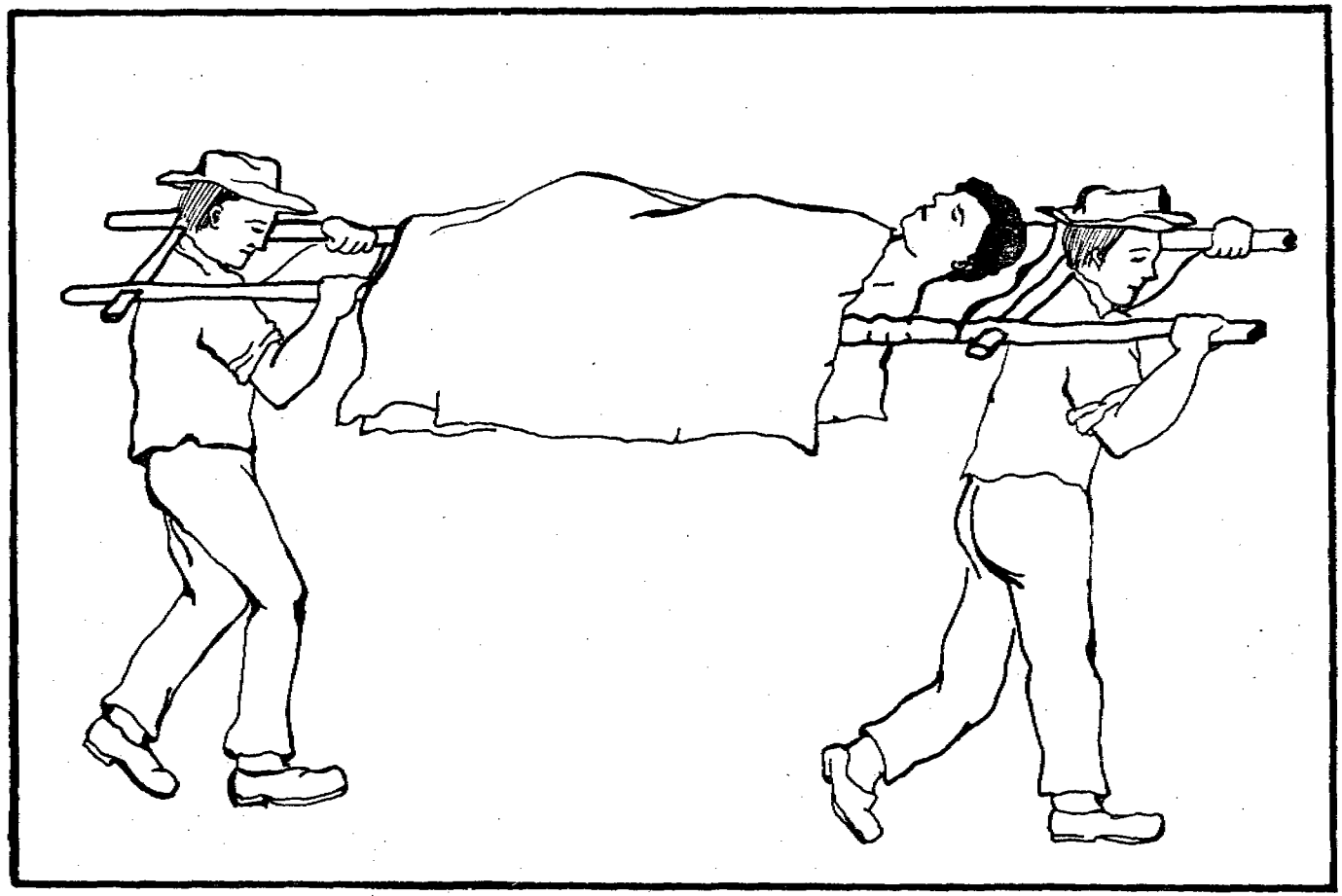
— Chupar la herida donde se hicieron los cortes para extraer el veneno. Hágalo si usted no tiene heridas en la boca.

— Escupir la sangre. No sienta temor si ha tragado un poco, es muy raro que pueda causar envenenamiento al ingerirse.

Continuar chupando durante varios minutos.

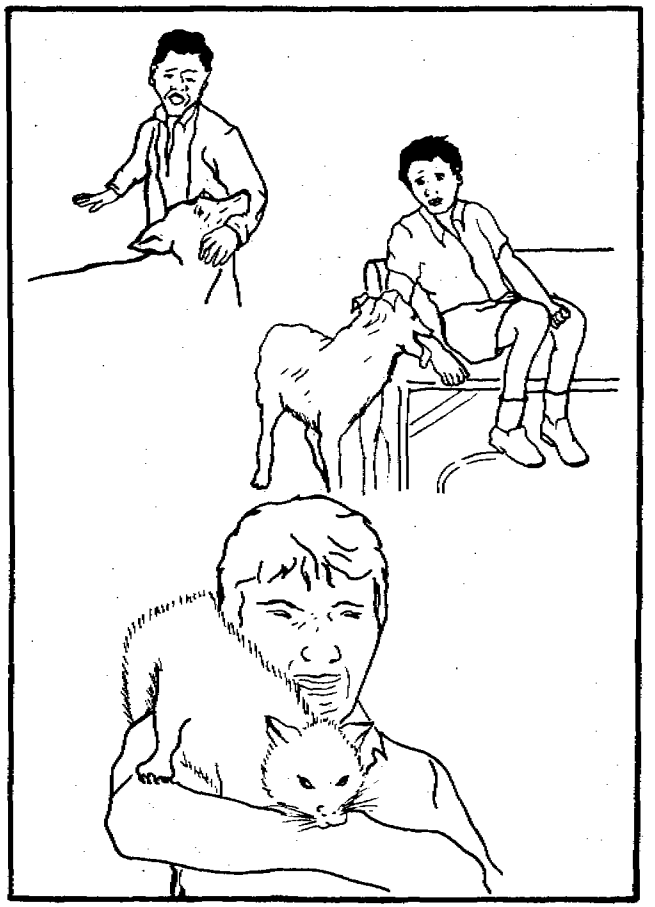
— Aplicar una ventosa para sacar la sangre y con ella el veneno, si es posible.

— Trasladar la persona mordida por una serpiente al Organismo de Salud más cercano; no suelte el torniquete.



2. Mordedura de otros animales.

Es aquella mordedura causada por un perro o gato que puede producir la enfermedad llamada Rabia.



CONDUCTA

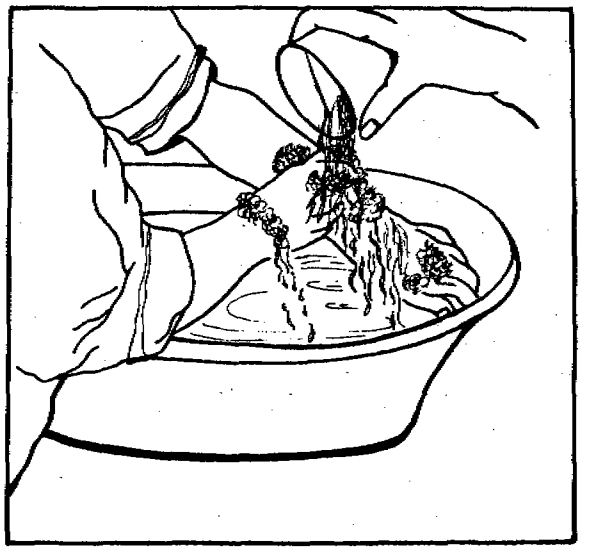
— Lavar bien la herida con jabón y agua hervida.

— Averiguar a la familia si el animal está vacunado contra la Rabia.

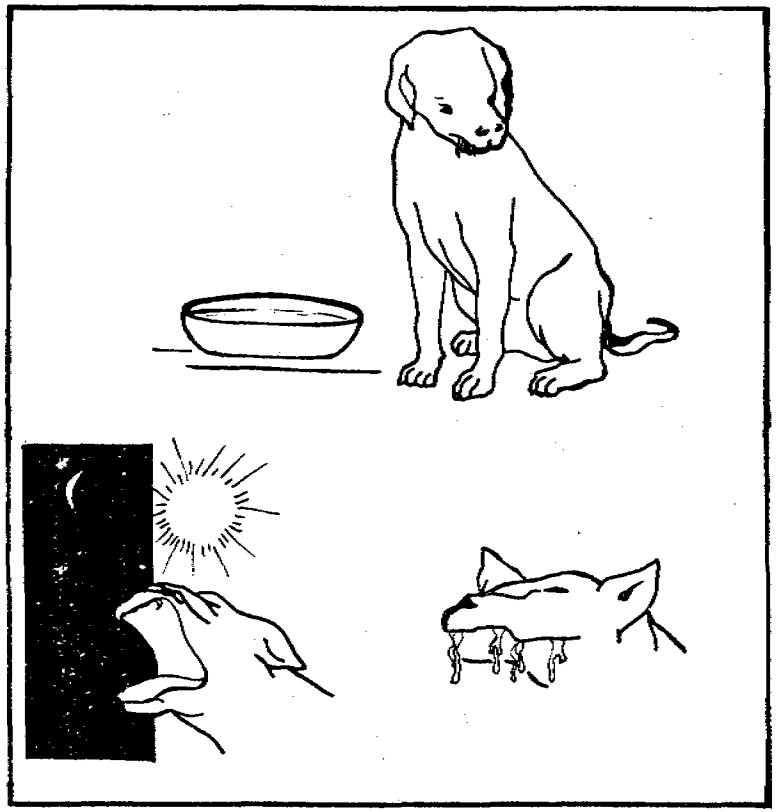
En tal caso, trate a la víctima, como cuando tiene una herida.

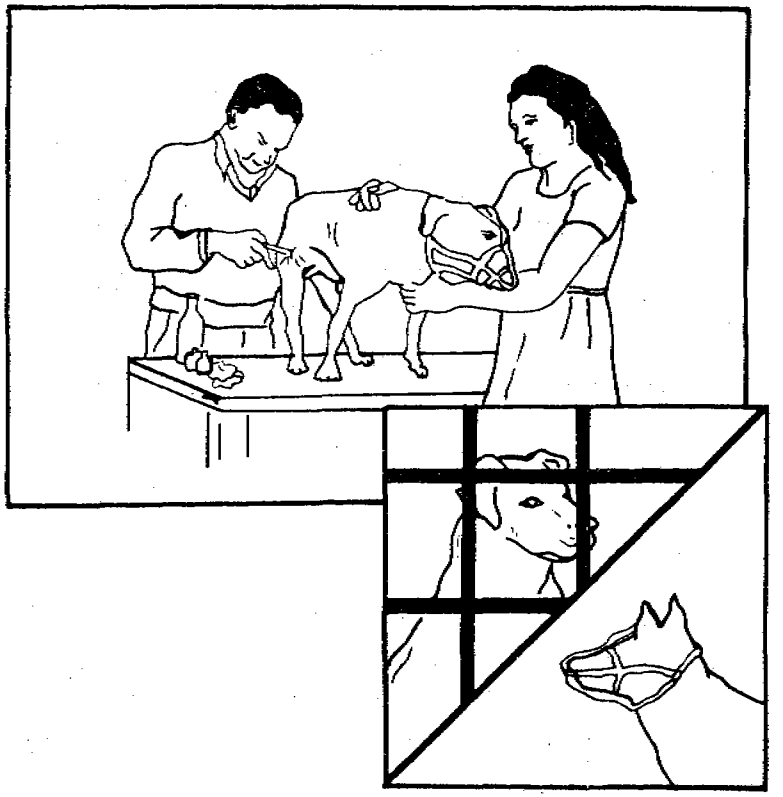
La mordedura de un animal enfermo puede prevenirse con atención médica inmediata.

— Capturar, si es posible, al animal y encerrarlo para tenerlo en observación, y ver:



Si no bebe agua, cambia de conducta o presenta babasa por la boca, si esto ocurre corte la cabeza del animal con un cuchillo, métala dentro de una bolsa plástica y ésta a su vez en otra bolsa plástica o en una caja que contenga hielo.





Llévela inmediatamente al Organismo de Salud y entréguela al Promotor de Saneamiento, quien la mandará a examinar.

— Al observar estas reacciones en el animal, traslade INMEDIATAMENTE a la persona, al ORGANISMO DE SALUD más cercano para que la VACUNEN contra la Rabia.

AHOGAMIENTO

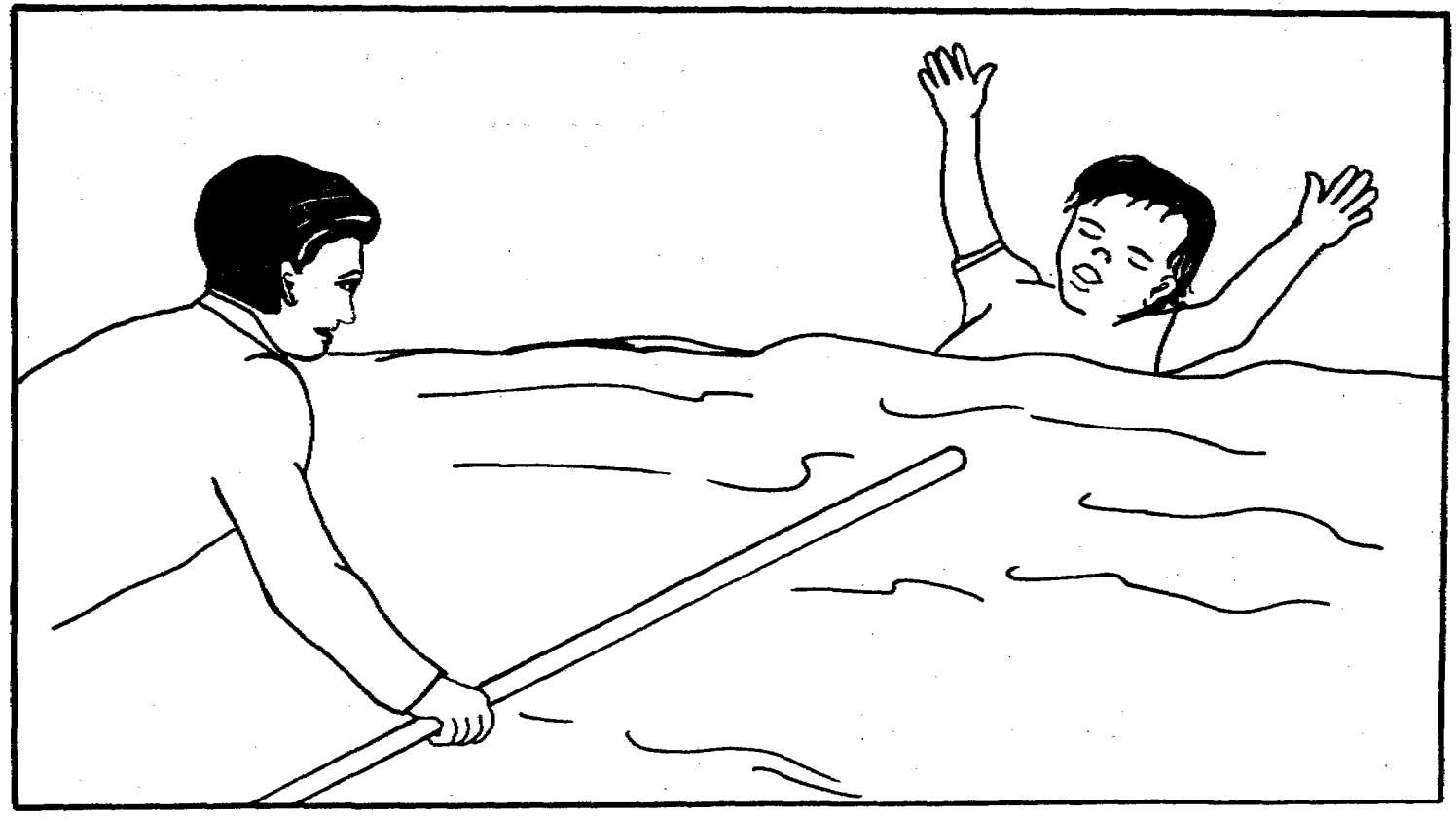
El ahogamiento es una de las principales causas de la muerte accidental.

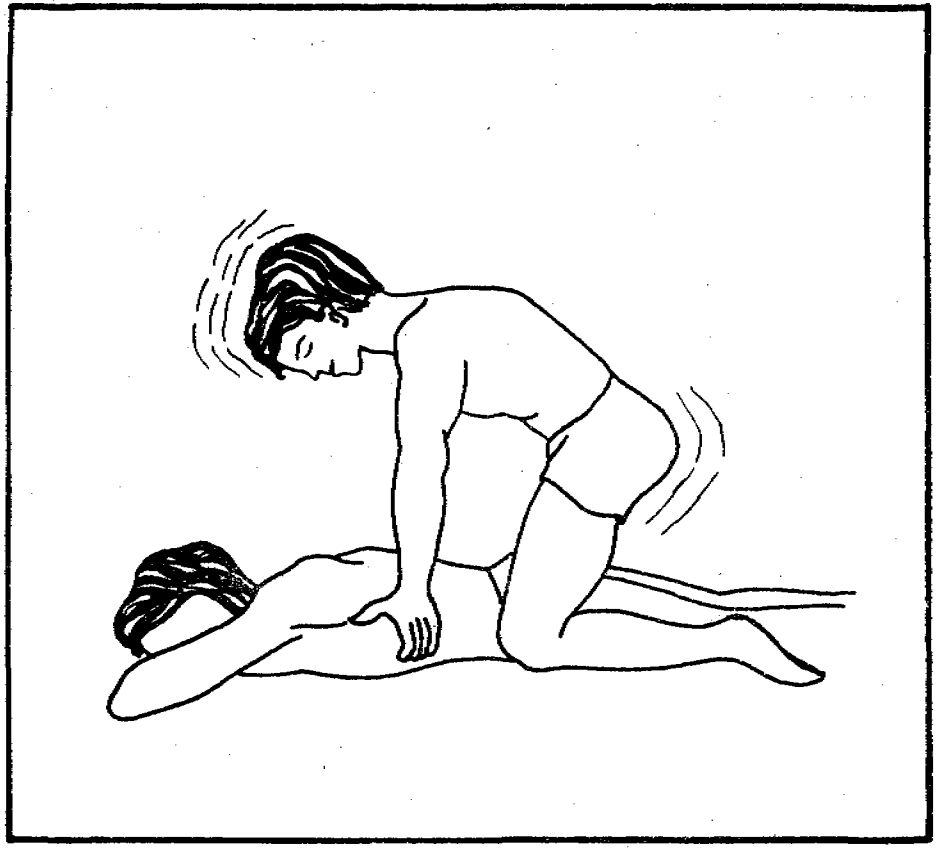
Antes de ofrecer los primeros auxilios a una persona que se está ahogando hay que rescatarla. A menos que usted sea un gran nadador o un salvavidas no trate de acercarse nadando a la persona que está en peligro.

CONDUCTA

— Sacar del agua a la víctima tendiéndole un cinturón, un lazo, o un palo largo.

Si la persona ha sido rescatada, es posible que no respire, en cuyo caso usted deberá darle inmediatamente respiración artificial.





— Colocar la víctima boca abajo, con un brazo doblado por el codo y el otro brazo extendido más allá de la cabeza.

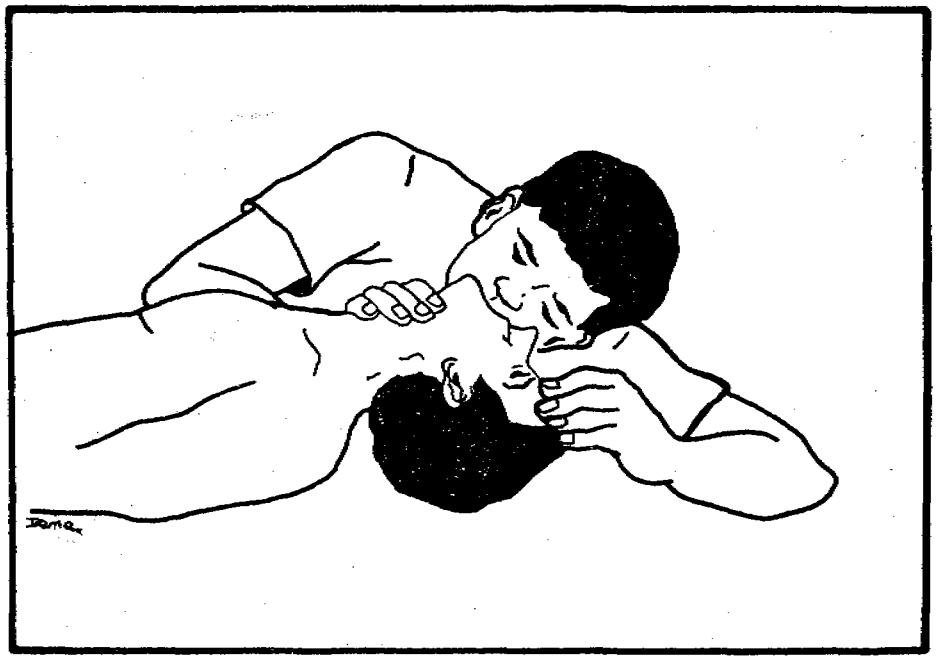
— Volver la cara de la víctima hacia un lado y dejarla que descanse sobre la mano o antebrazo doblado.

— Arrodillarse a horcajadas, poniendo sus rodillas a cada lado de las caderas de la persona.

— Poner las manos en la parte baja de la espalda de la persona, sobre las últimas costillas, rozando los pulgares hacia adelante.

Con los brazos extendidos y sin doblar los codos, échese hacia adelante hasta que queden los brazos casi en forma vertical mientras cuenta 1-2-3.

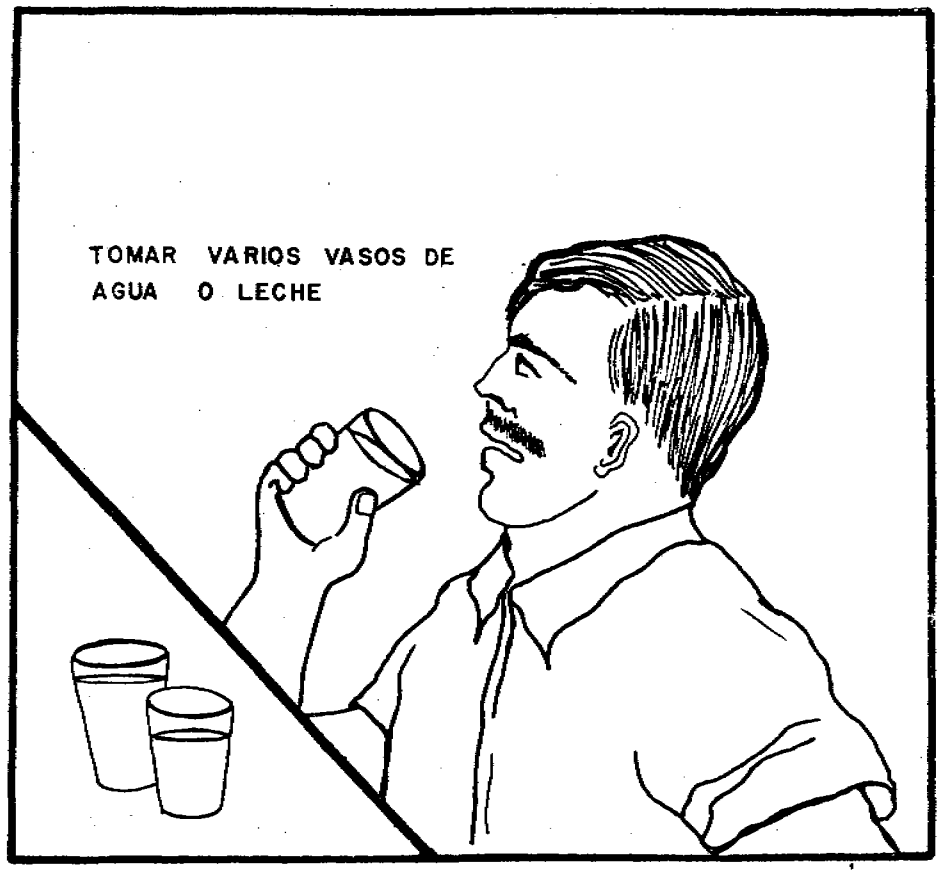
Aflójese y échese hacia atrás, mientras cuenta 1-2-3. Echese nuevamente hacia adelante. Repita los movimientos hasta cuando el paciente respire normalmente.



Este método es importante en la parte inicial del tratamiento de los ahogados, para hacer expulsar el agua.

— Continuar la atención de la persona, dando respiración artificial.

INTOXICACIONES



Las intoxicaciones son aquellos accidentes producidos al tomar sustancias tóxicas.

CONDUCTA

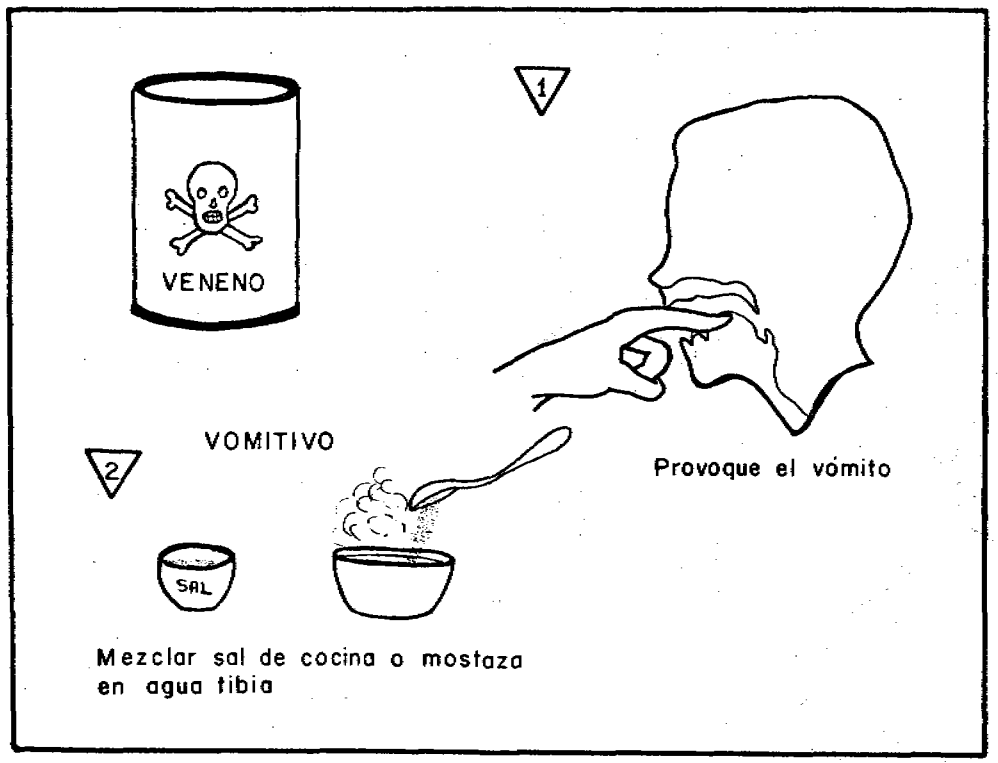
Examinar la etiqueta del envase que contiene la sustancia tóxica. Es posible que la etiqueta contenga instrucciones sobre lo que se debe administrar a la víctima para contrarrestar el efecto del tóxico.

Los tóxicos pueden ser de distintas clases. A veces es conveniente hacer vomitar a la víctima de una intoxicación, pero en otros casos los vómitos provocados pueden causar daños.

1. **Si la persona está consciente.**

— Haceria beber varios vasos de agua o de leche.

El agua y la leche diluirán el veneno en el estómago de la víctima.



— Hacer vomitar a la persona a fín de que desaloje del estómago el tóxico, dándole abundantes líquidos, suministrándole vomitivos como sal de cocina o mostaza en polvo (la que se usa para cocinar) mezclada con agua tibia.

— Si no puede conseguir que la víctima beba la solución acuosa de sal o mostaza, ensaye otro método para provocar el vómito. Introduzca en la garganta de la víctima el dedo índice o una cuchara.

Si el veneno contiene un ácido fuerte o lejía, no provoque el vómito.

Los ácidos y la lejía cuando se ingieren queman la boca, la garganta y las paredes del tubo digestivo. Si esta sustancia se vomita pueden ocurrir otras lesiones.

Si el tóxico es:

Acido

Dé leche de magnesia o bicarbonato de sodio diluído en agua.

Lejía

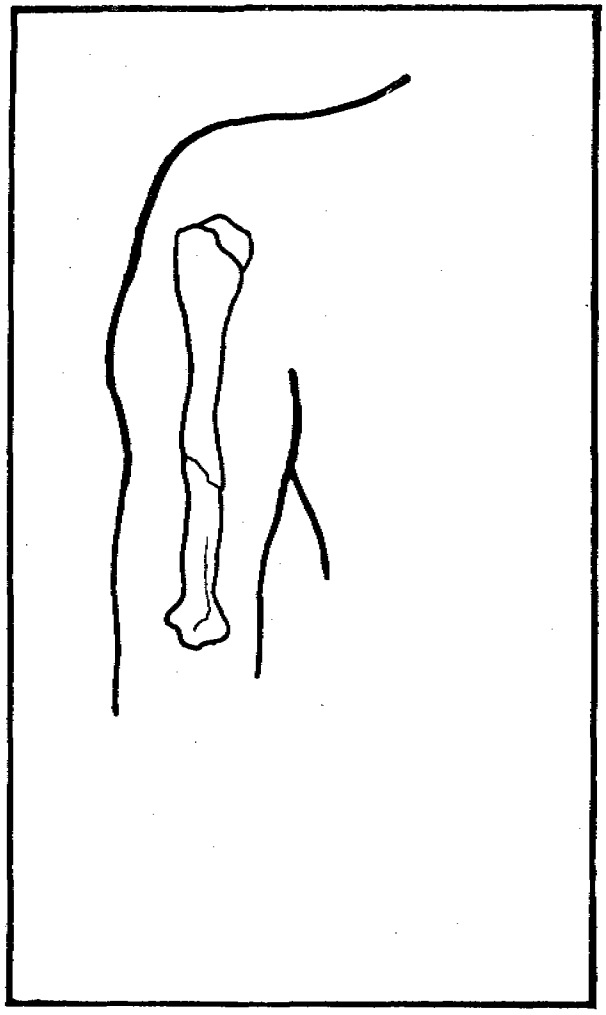
Dé vinagre o jugo de limón diluído en agua.

Después de suministrarle lo anterior dele leche, aceite de oliva o claras de huevo.

2. Si la persona está inconsciente

— Llevarla inmediatamente al Organismo de Salud más cercano.

FRACTURAS



Se entiende por fractura la ruptura de un hueso debido a caídas, porrazos, golpes o accidentes de tránsito.

Las fracturas pueden ser simples y complicadas.

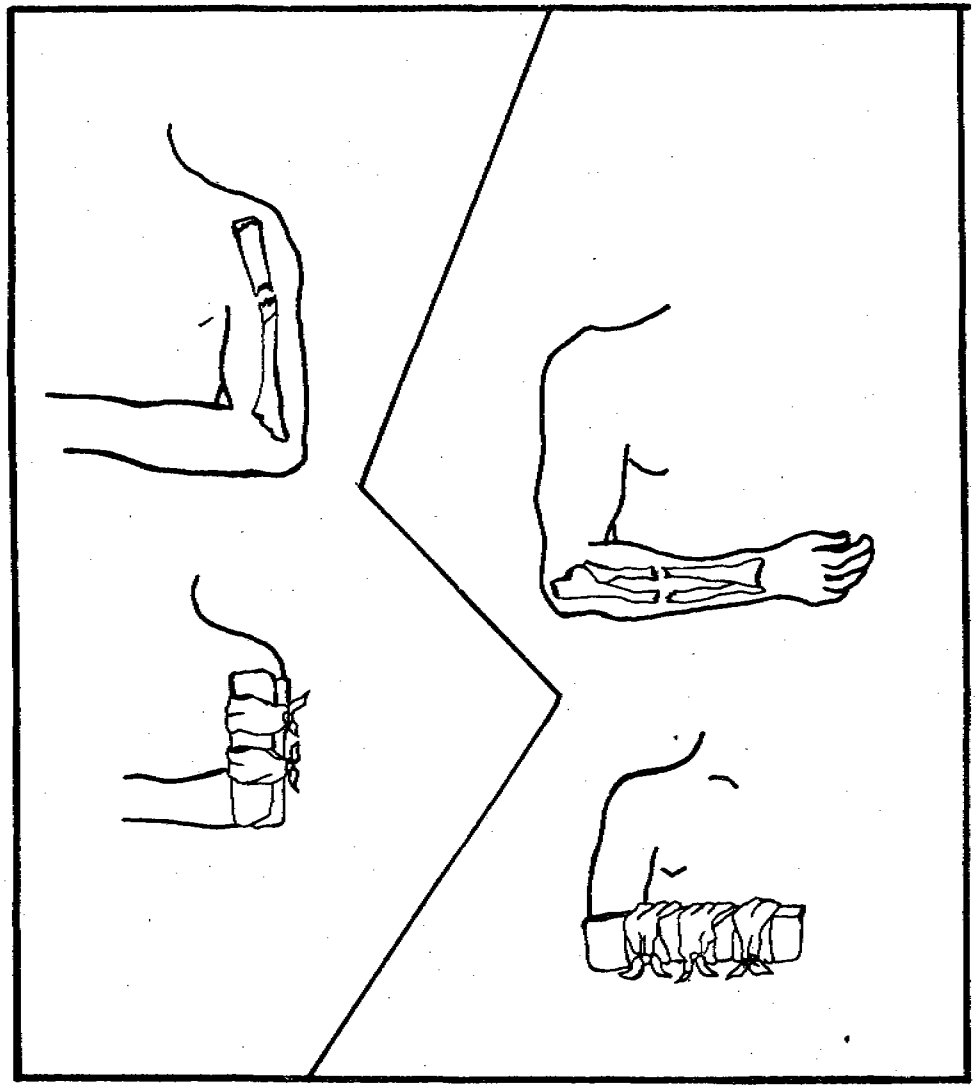
CONDUCTA

1. Fractura simple.

Sucede cuando se rompe el hueso pero no hay ruptura de la piel.

— Observar si hay inflamación, deformidad y dolor del sitio donde está la fractura.

Si usted no está seguro de que se haya producido una fractura, lo más importante es ofrecer los primeros auxilios como si hubiera ocurrido.



— Mantener a la persona acostada. Cubrirla para que no sienta frío.

— Inmovilizar la parte lesionada, utilizando un cartón duro o tabla.

Cuando se inmoviliza la parte lesionada se sostiene bien a fin de que los extremos rotos del hueso no puedan moverse.

Las férulas y los cabestrillos se utilizan para este fín.

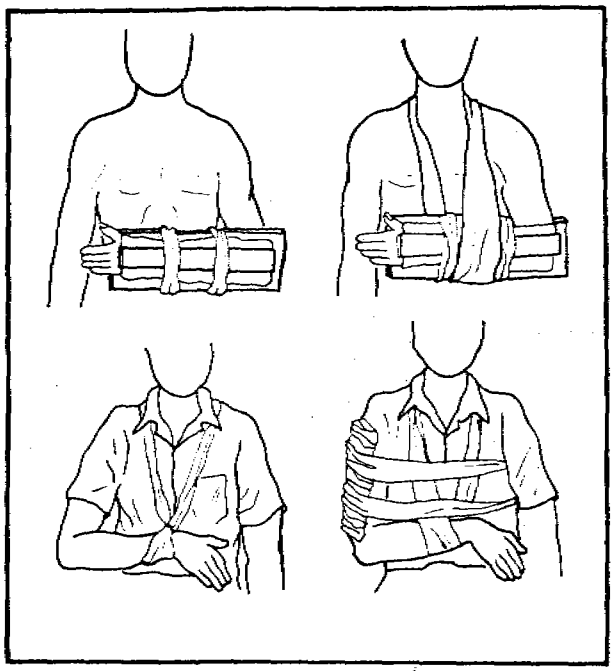
Se puede improvisar una férula fácilmente utilizando un material rígido como por ejemplo, tablillas o cartones. La férula debe ser más ancha que la parte a la que se va a aplicar, así como suficientemente larga para evitar el movimiento de las articulaciones cerca de la fractura.

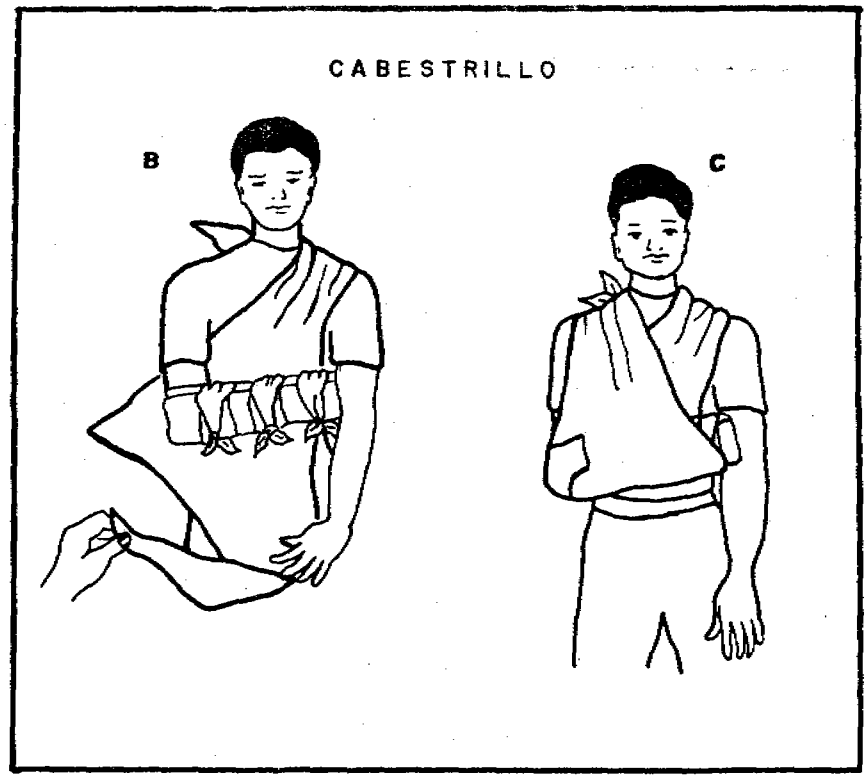
— Antes de colocar la férula coloque una almohadilla de tela, algodón, lana, gasa o una tela gruesa.

— Sujetar bien las férulas por encima y por debajo de la fractura.

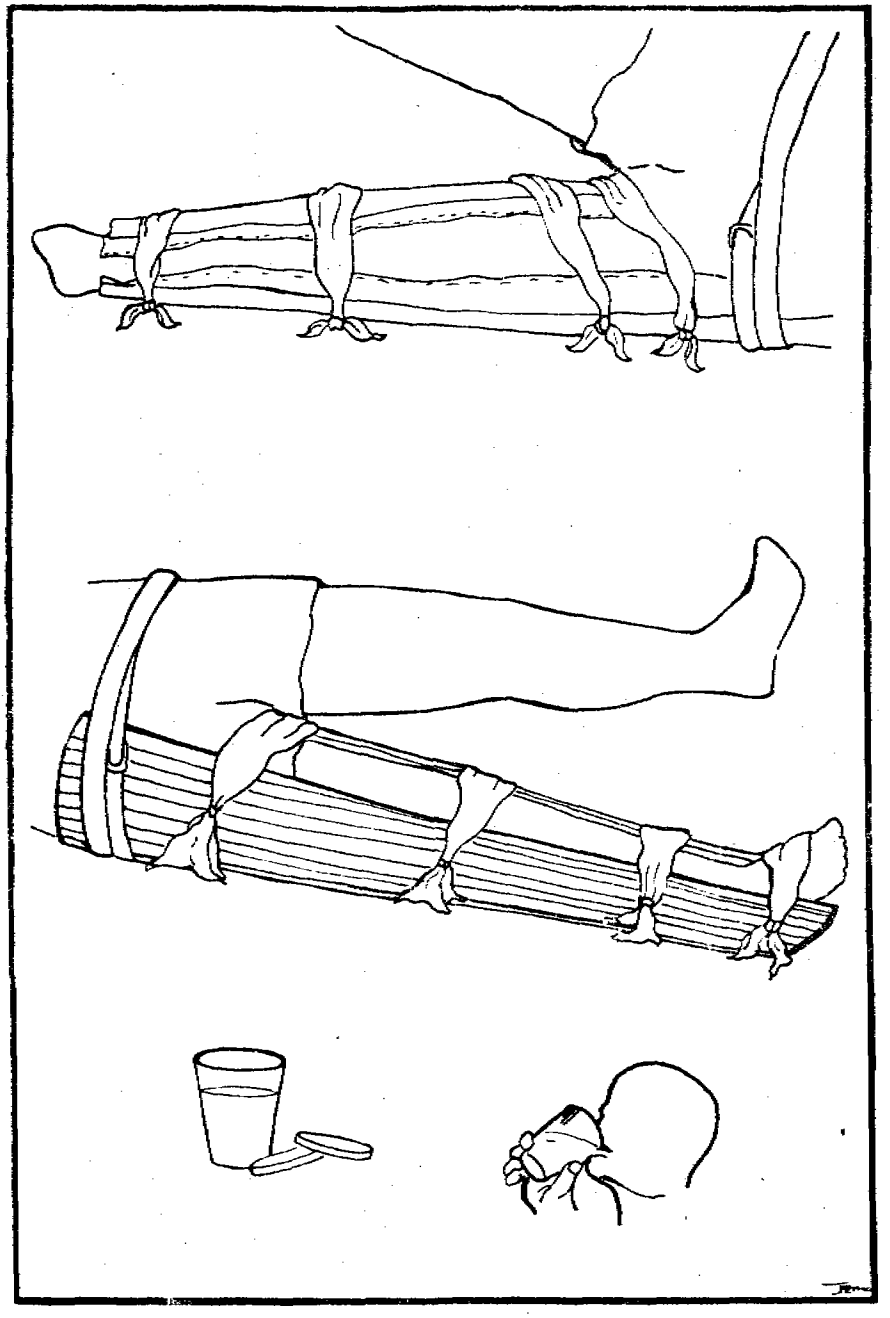
1.1. Para entablillar una fractura del antebrazo

— Utilizar dos férulas. Una de ellas se pone a la cara interna del brazo, desde el codo hasta los dedos, y la otra en la cara opuesta.





Una vez aplicada la férula a una fractura del antebrazo, coloque también un cabestrillo a la víctima. Con una venda triangular se puede hacer un cabestrillo.



Ate el cabestrillo de manera que la muñeca quede un poco más alta que el codo.

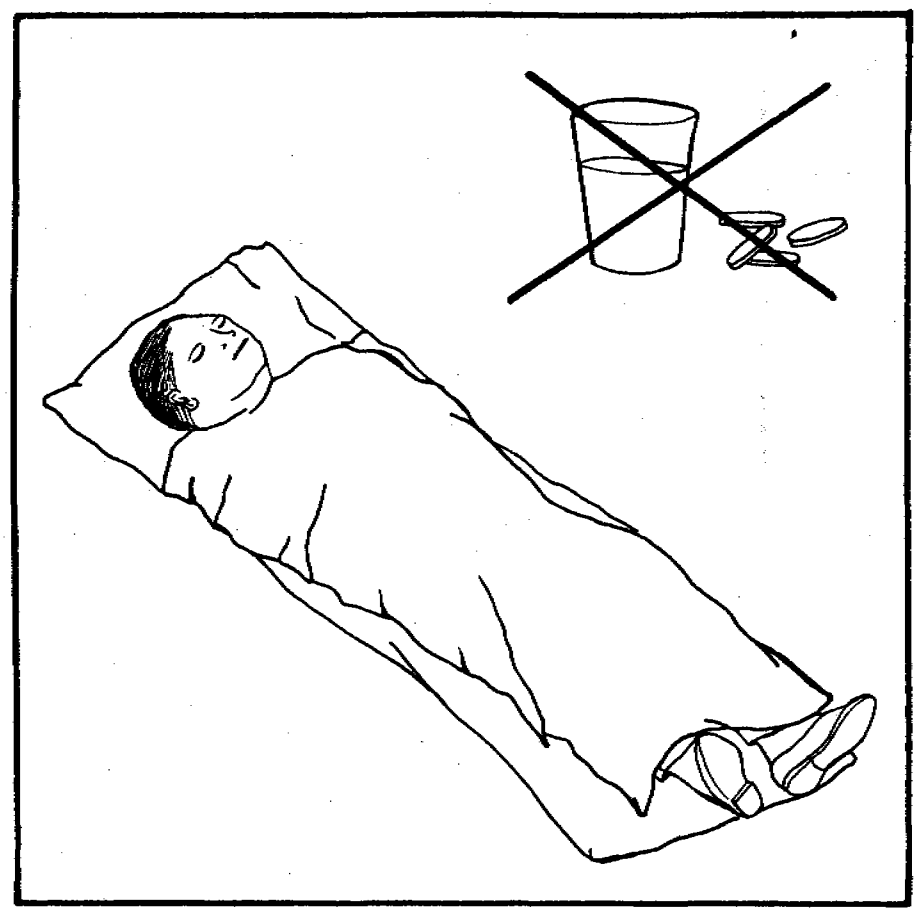
1.2. Para entablillar una fractura de fémur o de la cadera.

— Acostar a la persona, no permita que realice movimientos.

— Inmovilizar la pierna con cartones, o tablas, una colocada en la parte externa y otra en la interna, amárrelos como se indica en el dibujo.

— Suministrar algún calmante que quite el dolor.

— Remitir a la víctima al Organismo de Salud más cercano.

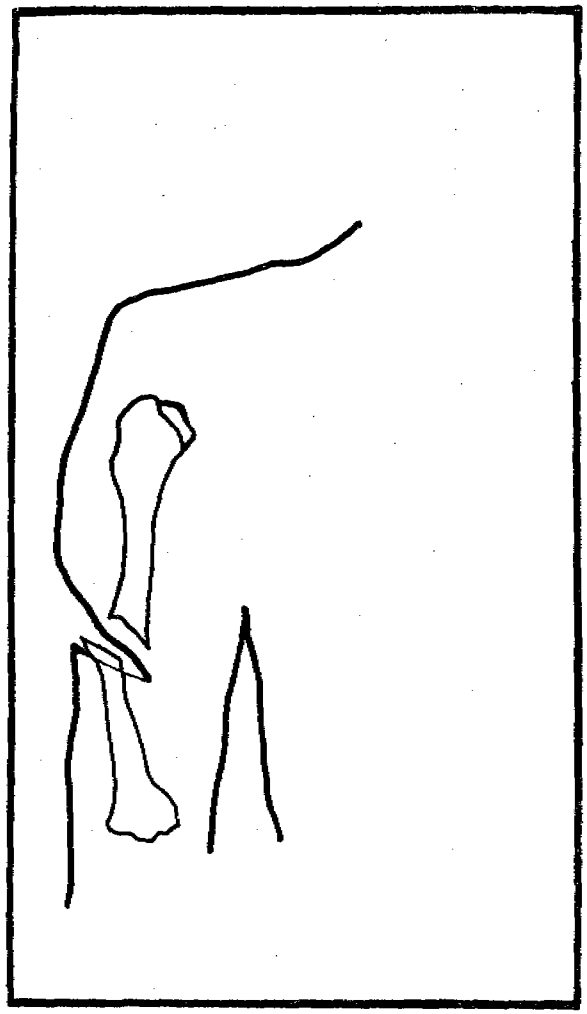


1.3. Si usted sospecha una fractura de cráneo, cuello o espalda.

— Mantener inmóvil y abrigada a la víctima.

— Trasladarla inmediatamente al Organismo de Salud más cercano.

— No dar agua ni droga para el dolor.



2. Fracturas complicadas.

Es la fractura donde además de romperse el hueso, se rompe también la piel.

— SI HAY HEMORRAGIA, seguir la conducta indicada en los primeros auxilios para hemorragias.

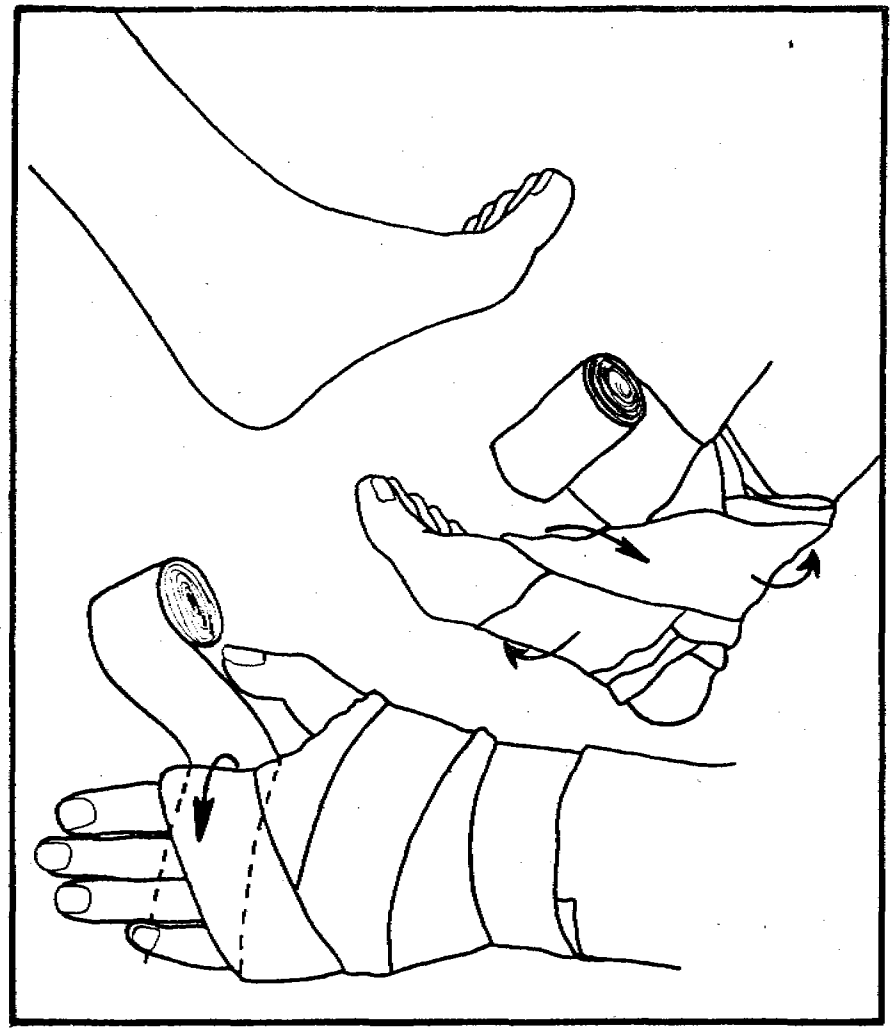
— Lavar la herida con agua hervida.

— Derramar sobre la herida un poco de merthiolate.

— Cubrir la herida con un pedazo de tela limpio.

— Realizar las conductas indicadas para fractura simple.

— Remitir la víctima inmediatamente al hospital más cercano, siguiendo las conductas indicadas para el traslado de un accidentado.



3. Esguinces y luxaciones

(Esguince - Torceduras) es la lesión de los tejidos blandos en torno a una articulación; comúnmente ocurren esguinces en el tobillo, la rodilla y la muñeca.

Luxación es la salida de un hueso de su articulación. Una caída también puede causar una luxación.

Los esguinces y las luxaciones causan dolor e inflamación; a menudo es difícil distinguir entre un esguince, una luxación y una fractura.

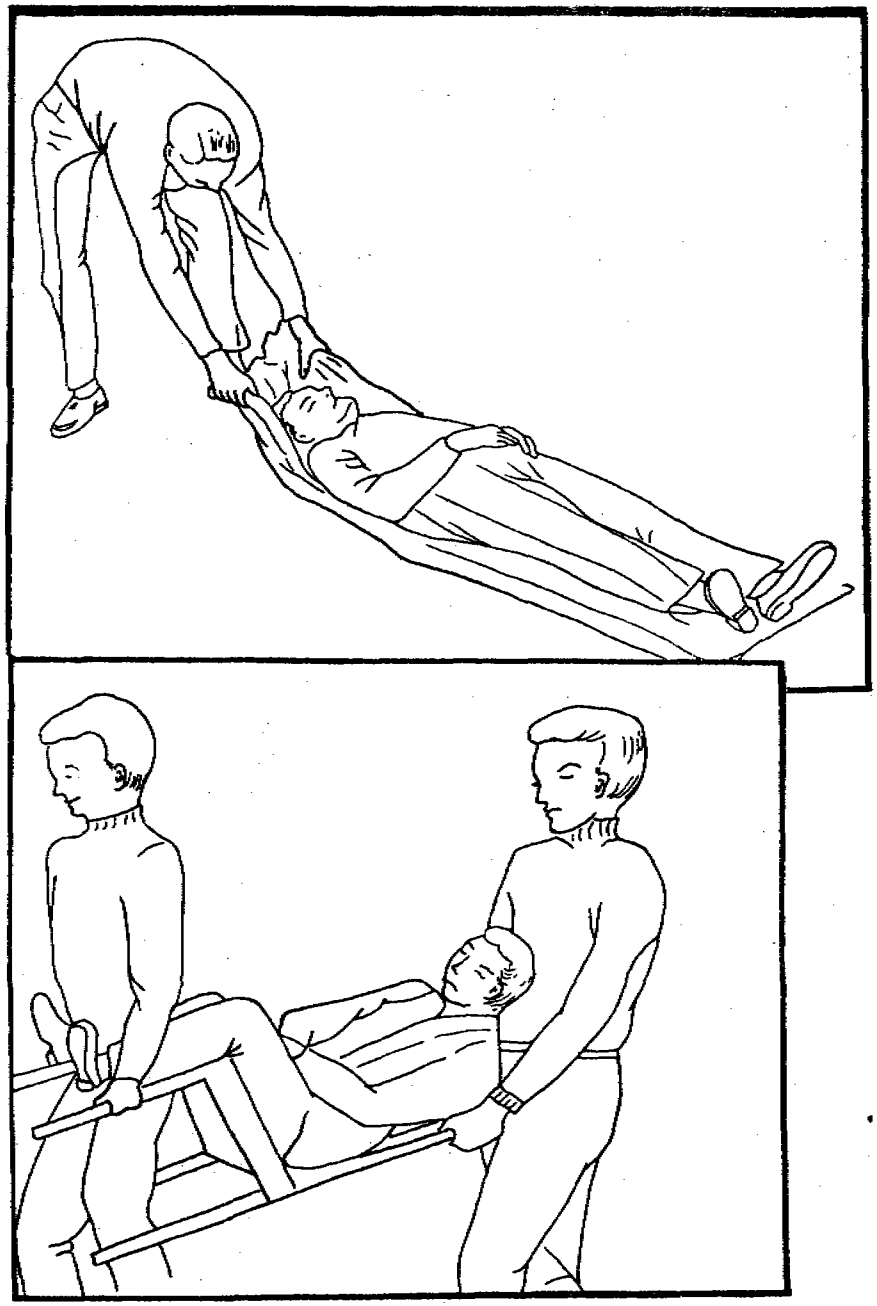
CONDUCTA

— Suministrar o aplicar un calmante para aliviar el dolor y aplicar sobre la lesión una bolsa de hielo o un paño frío para evitar la hinchazón.

— Levantar la parte lesionada para así evitar la inflamación.

— Inmovilizar a la persona con un vendaje alrededor de la articulación lesionada.

— Remitir la persona al médico.



TRANSLADO DE UN ACCIDENTADO

Consiste en el conjunto de precauciones que se deben tener para movilizar a una persona cuando no lo puede hacer por sí misma, sin causarle molestias ni empeorar su estado.

ASEGURESE DE LO QUE SUCEDE

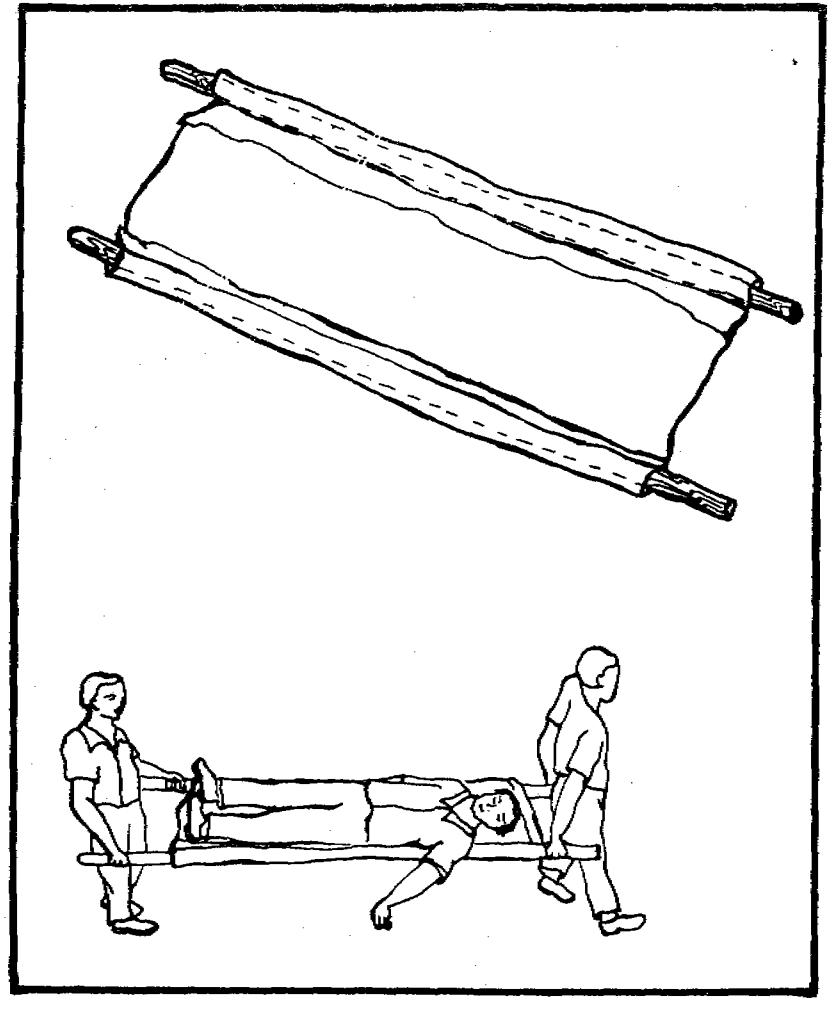
CONDUCTA

1. **Si la persona está consciente y no tiene fractura.**

— Colocar por debajo de la víctima una cobija o sábana y tirar de ésta para moverla.

— Sentarlo en una silla y sujetarlo para que no se caiga.

— Cargar la silla entre dos personas.



2. Cómo armar una camilla.

2.1. Con una cobija y dos palos.

— Extender una cobija sobre el suelo.

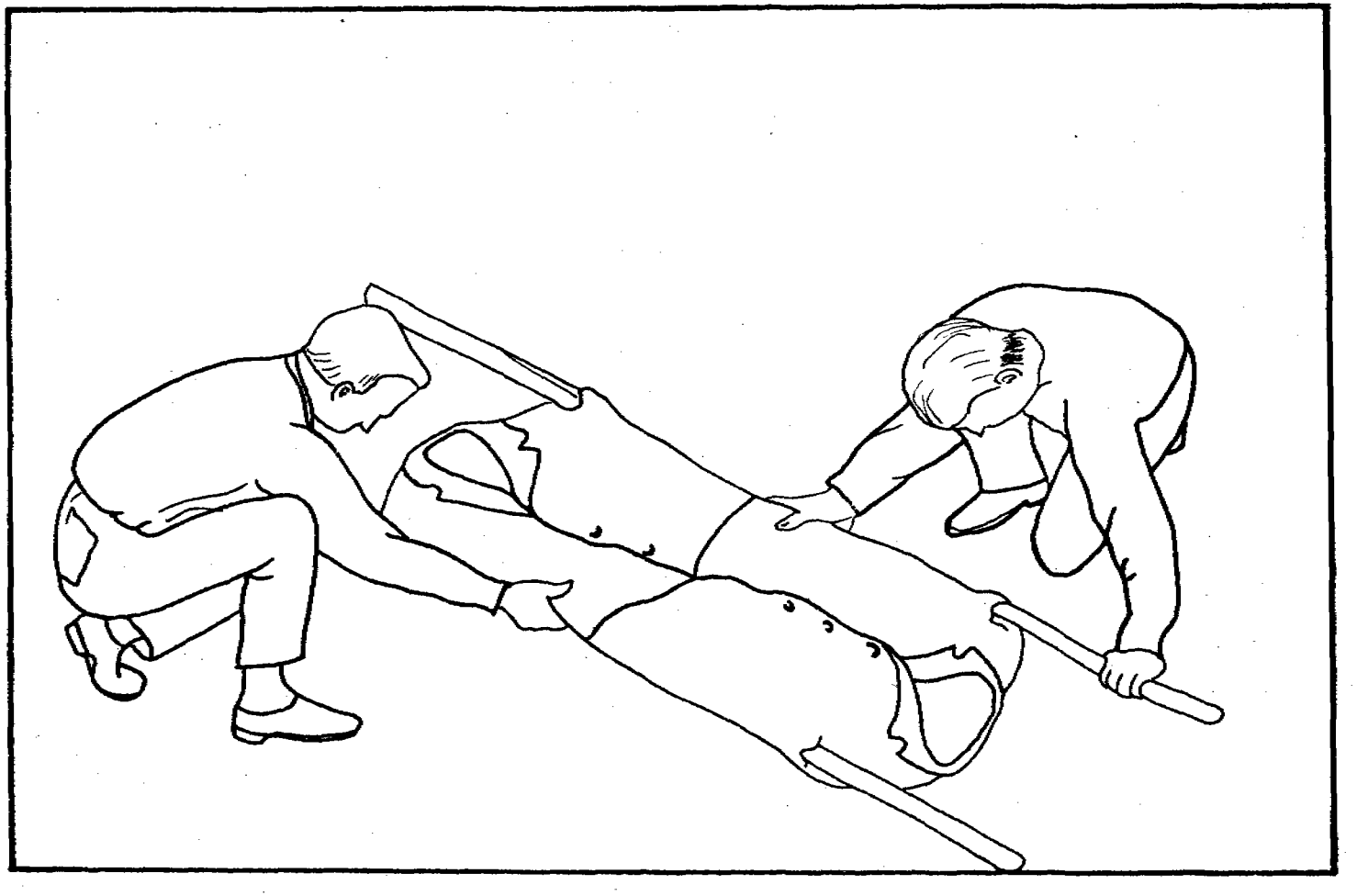
— Colocar sobre la cobija, dos palos largos y sin espinas, con un metro de distancia entre ellos.

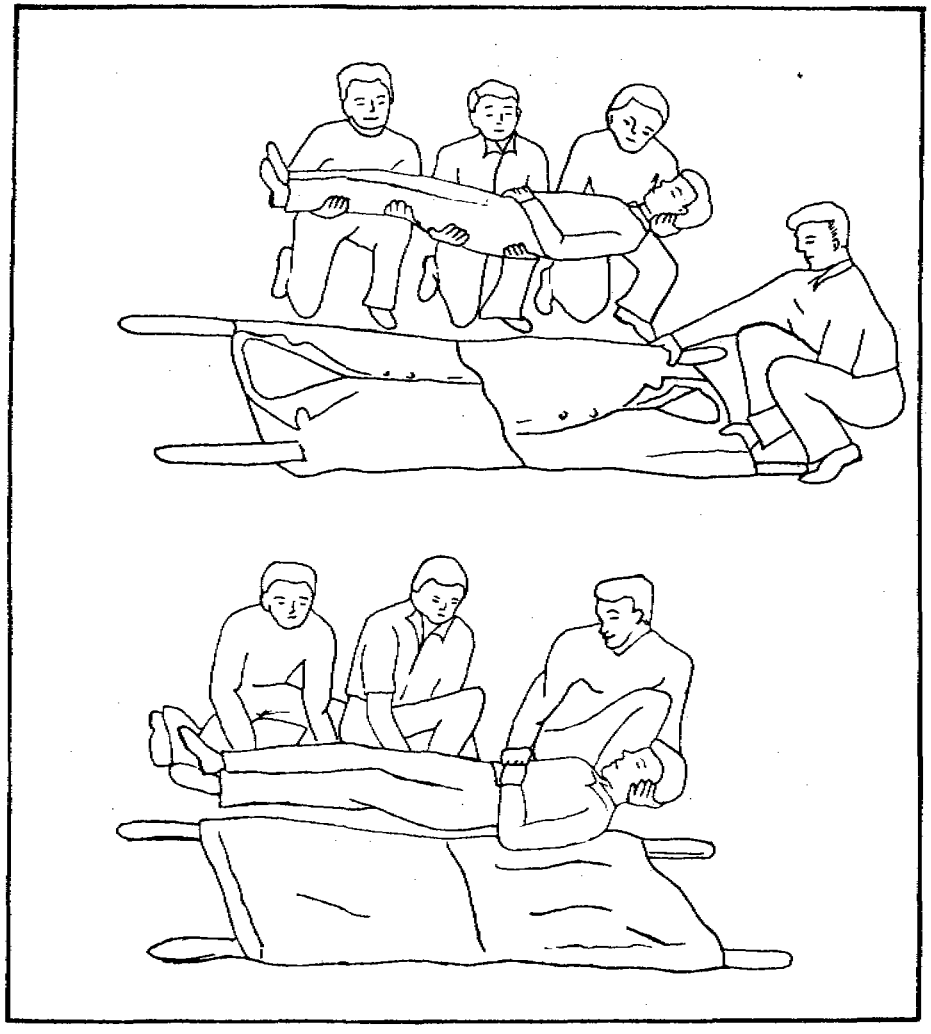
— Sobre cada palo, doble cada uno de los lados de la cobija, teniendo la precaución de que el borde de la cobija quede cerca al palo de en frente.

2.2. Con dos camisas y dos palos.

— Doblar las mangas de las camisas hacia adentro y abotonar las camisas.

— Meter cada uno de los palos a lo largo de las mangas.





3. Si la persona está fracturada e inconsciente.

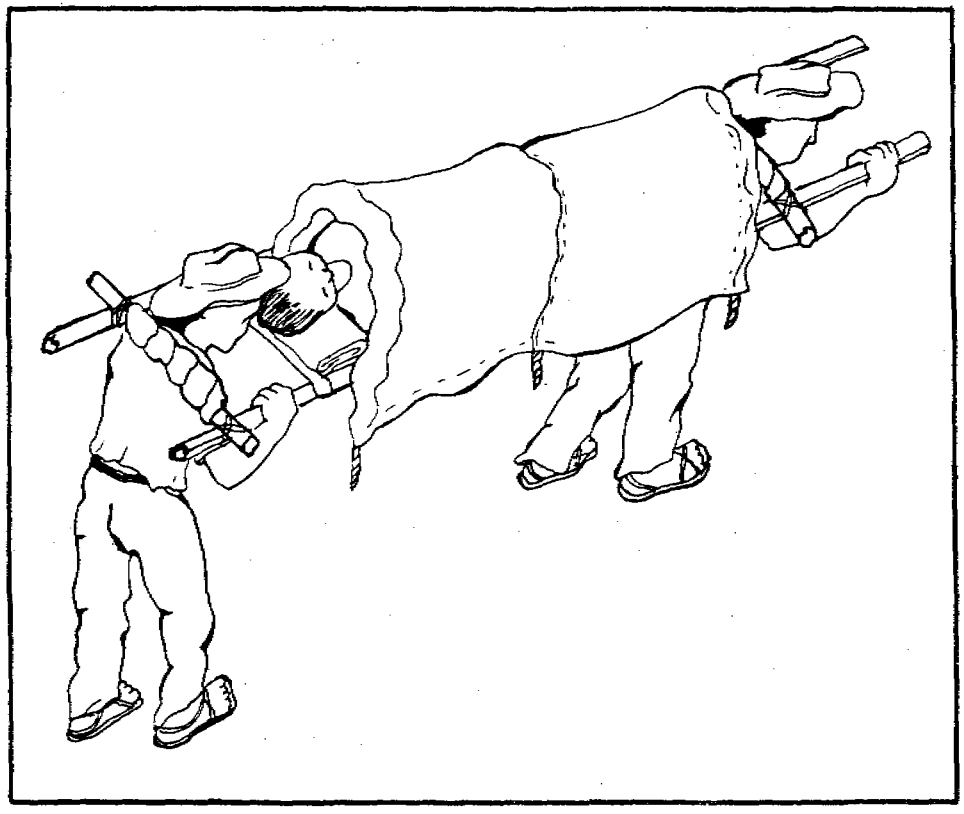
— Arrimar una camilla.

— Llamar tres personas.

— Hacer que las tres personas se coloquen del mismo lado de la persona, una frente a la cabeza, otra frente al tronco y otra frente a las rodillas.

Los tres ponen una rodilla en tierra (la derecha, si están a la derecha del enfermo, o la izquierda, si está a la izquierda).

La primera persona pasa un brazo bajo la nuca y la cabeza, y el otro brazo bajo la parte superior de la espalda. La persona del centro pasa un brazo a la parte baja de la espalda, y el otro brazo por debajo de los muslos.

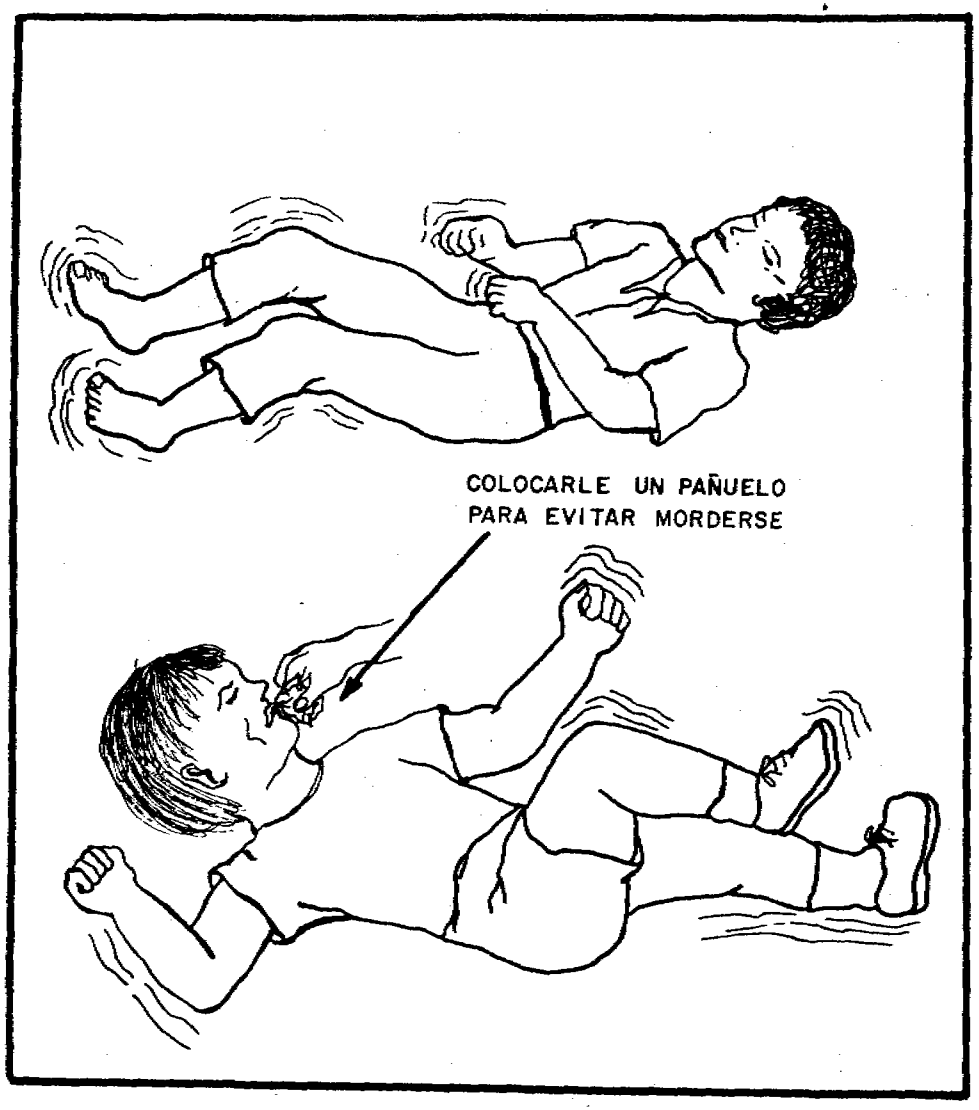


La tercera persona pasa un brazo [illegible] las rodillas del accidentado, y el otro brazo [illegible] bajo los tobillos.

El que dirige la acción pregunta a [illegible] compañeros si están listos para levantar [illegible] enfermo y les dice que cuando cuente [illegible] todos deben levantar al mismo tiempo [illegible] descansar al accidentado sobre sus rodillas mientras la cuarta persona corre la camilla y la coloca contra los pies de los [illegible]

Al tiempo las tres personas deben [illegible] y colocar a la víctima sobre la camilla. [illegible] transportar la camilla las personas que la cargan deben empezar a caminar con el [illegible] pie.

CONVULSIONES



Las convulsiones son sacudidas violentas que se presentan en el cuerpo en algunas ocasiones y la persona termina por perder el conocimiento durante un período corto. Si una persona sentada en una silla empieza a tener convulsiones, póngala en el suelo para que no se caiga y no se lastime.

CONDUCTA

— Apartar cualquier mueble con el que pueda lastimarse.

— Colocar algún objeto entre los dientes; como pañuelo enrrollado o algún objeto blando para prevenir que el paciente se muerda.

— Dejar mover libremente a la persona, SIN detener sus movimientos.

Después de pasadas las convulsiones.

— Voltear la cabeza hacia un lado para que le salga la saliva y extráigale suavemente la lengua para que respire adecuadamente.

El paciente no puede tragar normalmente, y la saliva podría atragantarle.

— Trasladarlo a un lugar cómodo para que pueda descansar.

— Remitirlo al médico.

VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA

VIGILANCIA EPIDEMIOLOGICA

Consiste en averiguar la existencia de enfermedades contagiosas que estén afectando a mucha gente de la comunidad, para avisar al Organismo de Salud y definir la conducta a seguir con el fín de evitar que se siga propagando el contagio.

AVISE AL CENTRO DE SALUD CUANDO:

— Se presenten varios casos de diarrea en una misma casa o escuela.

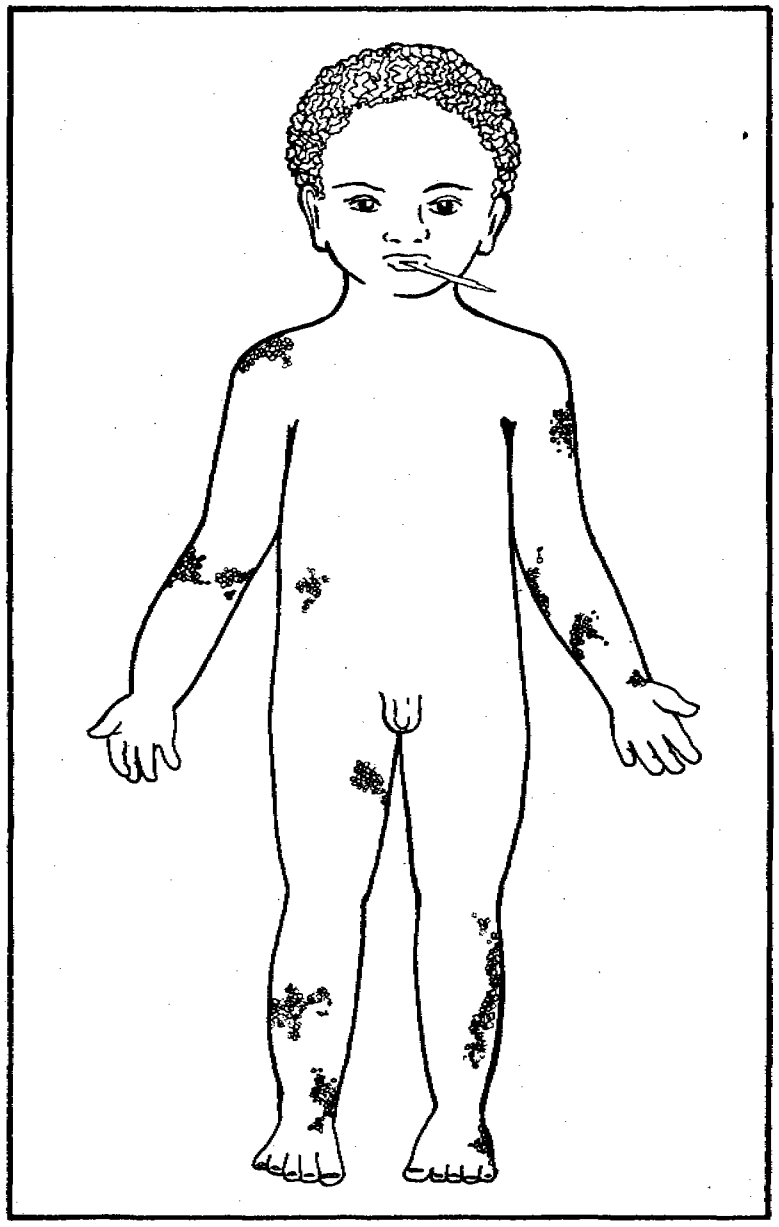
Se presente un caso de: **Tétanos, Difteria, Parálisis Infantil, Tuberculosis, Tosferina, Sarampión** o **Viruela.** Todas estas enfermedades son contagiosas y se pueden prevenir con vacunas.

— Se presenten o sospechen [illegible]les con rabia, (animales locos).

Enseñe a los dueños de perros [illegible] gatos, que los deben vacunar, para evitar que se enfermen.

— Se encuentren en la comunidad personas enfermas de la cabeza o de los nervios, por lo cual se comportan de una manera diferente o rara.

— Se encuentren personas enfermas de paludismo.



BROTES DE LA PIEL

1. Brotes sin fiebre.

1.1. Sarpullido.

Es un brote en forma de punticos que sale cuando hay mucho calor, produce comezón y piquiña.

CONDUCTA

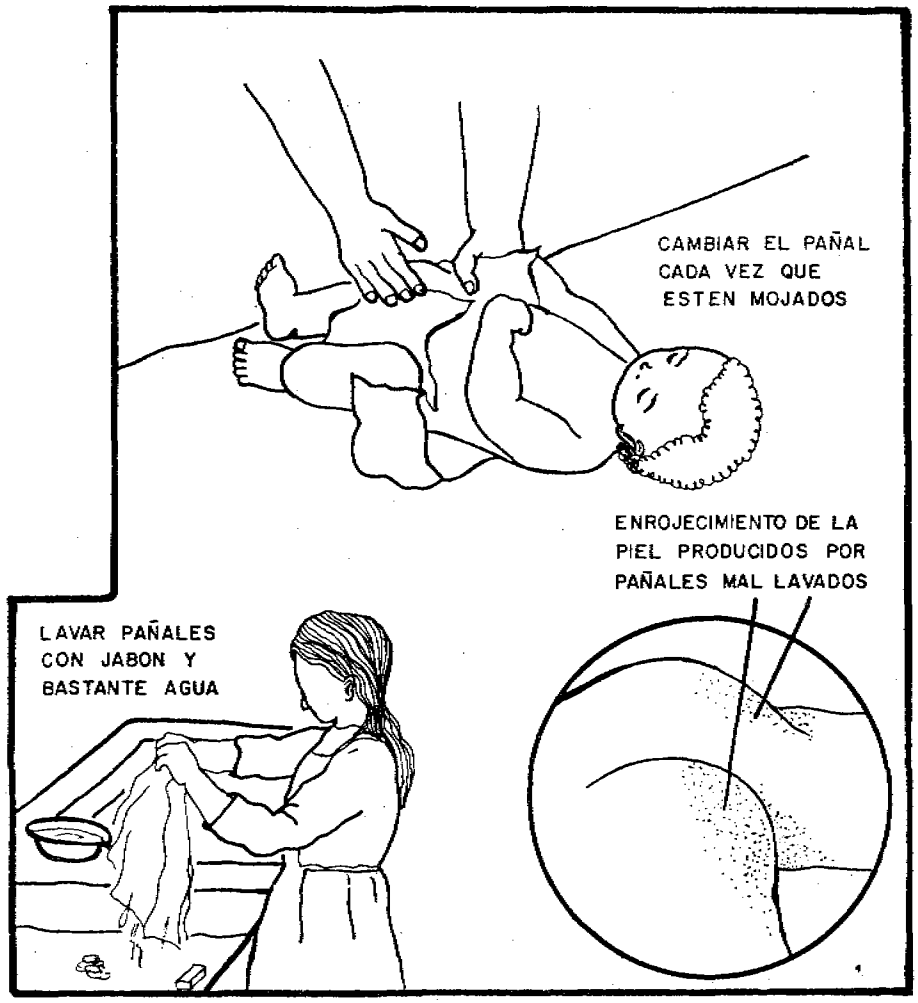
— Haga que la persona se bañe por lo menos 2 veces al día con agua fresca.

— Explique que seque bien el cuerpo y luego se aplique polvos.

Si es un niño:

— Indique a la madre que realice las 2 conductas anteriores.

— Aconseje que mantenga al niño con ropas frescas y uñas recortadas.



1.2. Pañalitis.

Es el enrojecimiento de la piel de las nalgas y las piernas producido por colocar al niño pañales mal lavados o por no cambiarlo con frecuencia.

CONDUCTA

— Enseñe a la madre que cambie los pañales del niño cada vez que estén mojados o sucios.

— Explíquele que lave los pañales con jabón y los enjuague muy bien.

— Dígale que limpie con agua al niño antes de ponerle el pañal limpio.

1.3. Sarna, Siete Luchas o Cancha.

Es un brote producido por un microbio que se mete en la piel. Aparece generalmente debajo de los brazos, entre los dedos y entre las piernas.

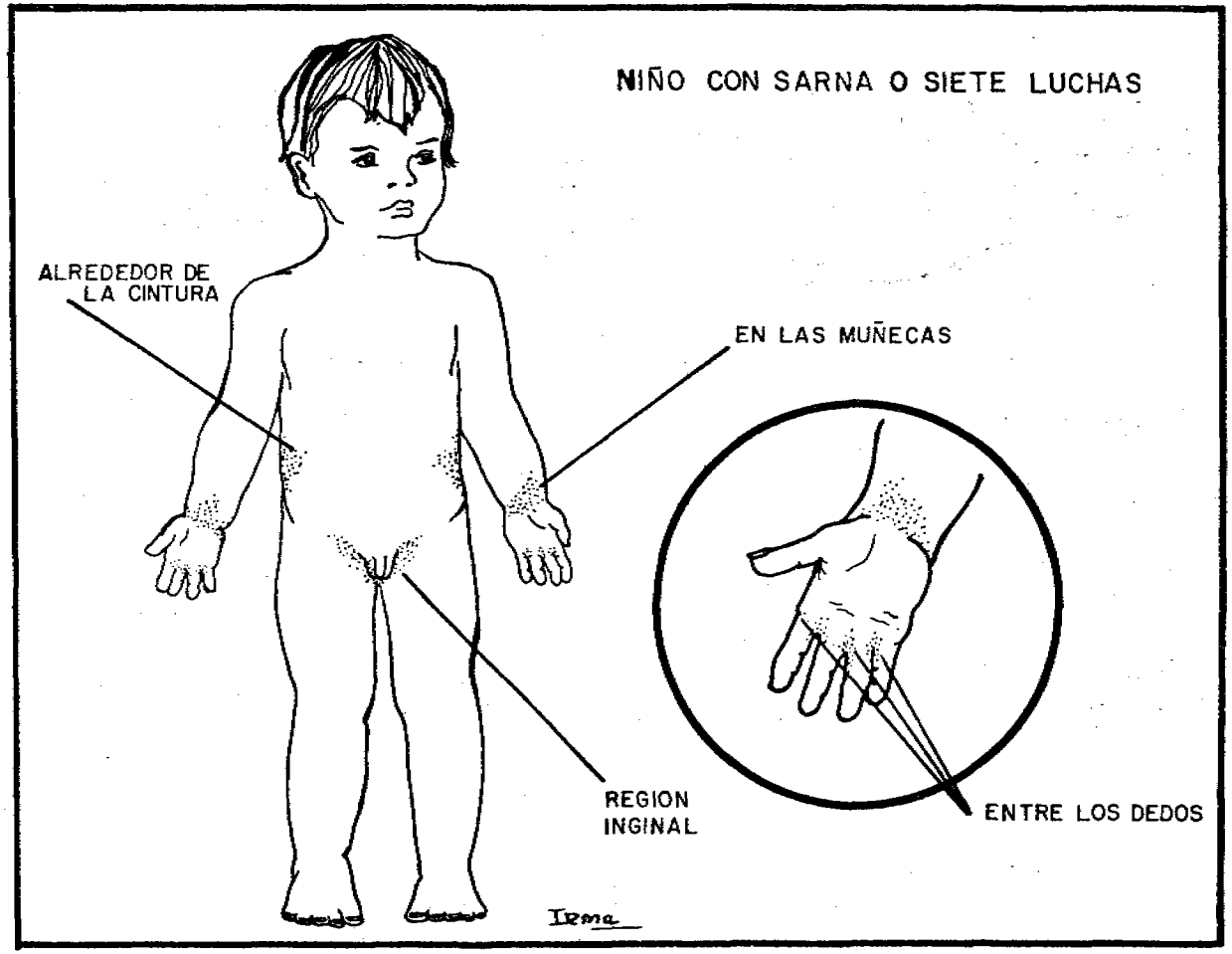
Esta es una enfermedad contagiosa, y se pasa a otras partes del cuerpo o a otra persona al rascarse.

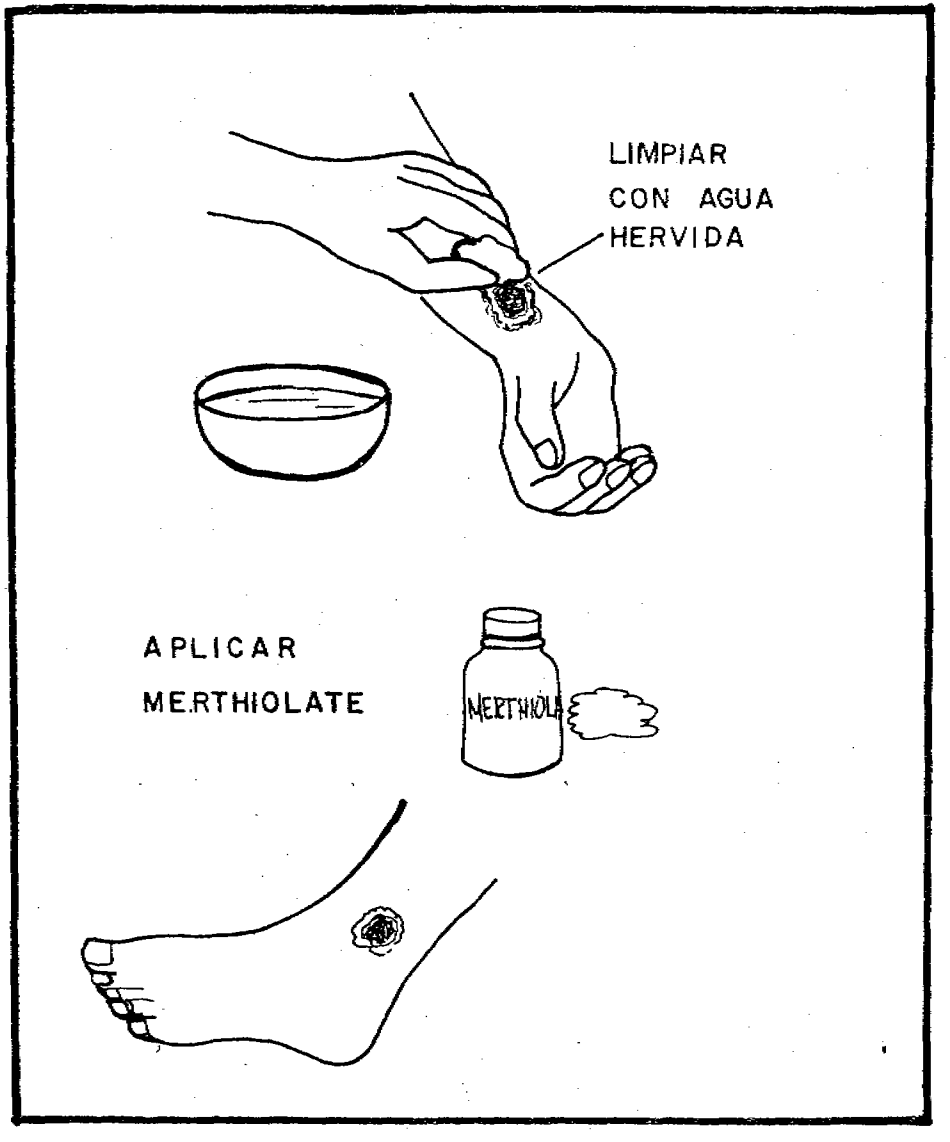
CONDUCTA

— Lavar bien la parte del cuerpo que está brotada, con agua corriente y jabón.

— Untar sobre el brote Benzoato de Bencilo, con un algodón limpio durante cinco días, aunque desaparezca el brote antes.

— Lavar la ropa del enfermo con agua hirviendo, aparte de la demás ropa y secarla al sol.





1.4. Piodermitis o Granos.

Es un brote que se localiza en una sola parte del cuerpo, un brazo, o una pierna, en forma de vejigas que llenan de pus.

CONDUCTA

— Limpiar las vejigas con agua hervida tibia y luego aplicar merthiolate.

— Tomar la temperatura, si hay fiebre dar un mejoralito por la mañana, al medio día y por la noche.

— Cortar bien las uñas para evitar que la persona se rasque y se siga infectando.

— Dar ampicilina durante 5 días seguidos en la siguiente forma:

Niños menores de 2 años 1 cucharadita por la mañana, al medio día y por la noche.

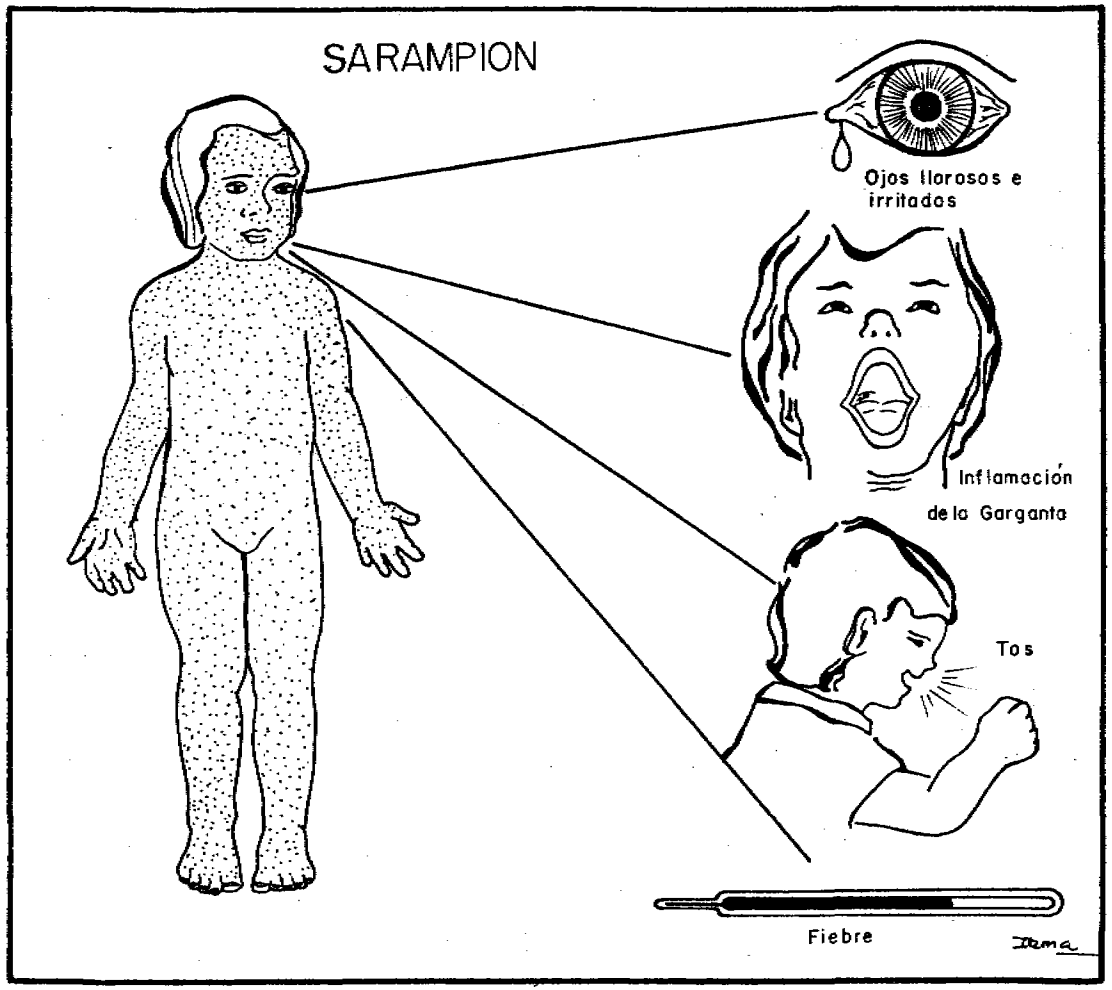
Niños mayores de 2 años 1 cucharadita cada seis horas.

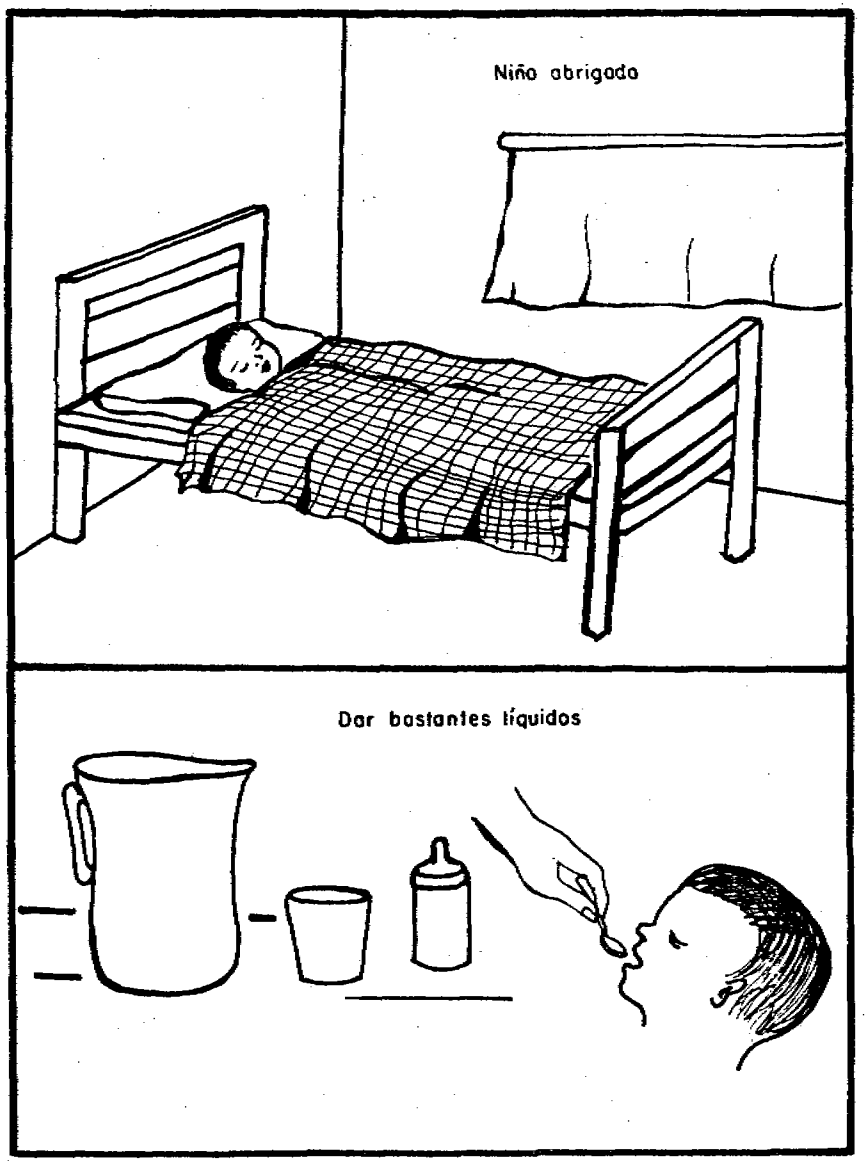
2. Brotes con fiebre.

2.1. Sarampión.

Es una enfermedad contagiosa que comienza con catarro, enrojecimiento de los ojos, dolor de garganta y fiebre.

Luego de 3 o 4 días de esta situación, aparece un brote en la cara, que después se extiende a todo el cuerpo, en forma de manchas rojas que se convierten en ronchas. Cuando el enfermo se mejora de la piel, se descama.





CONDUCTA

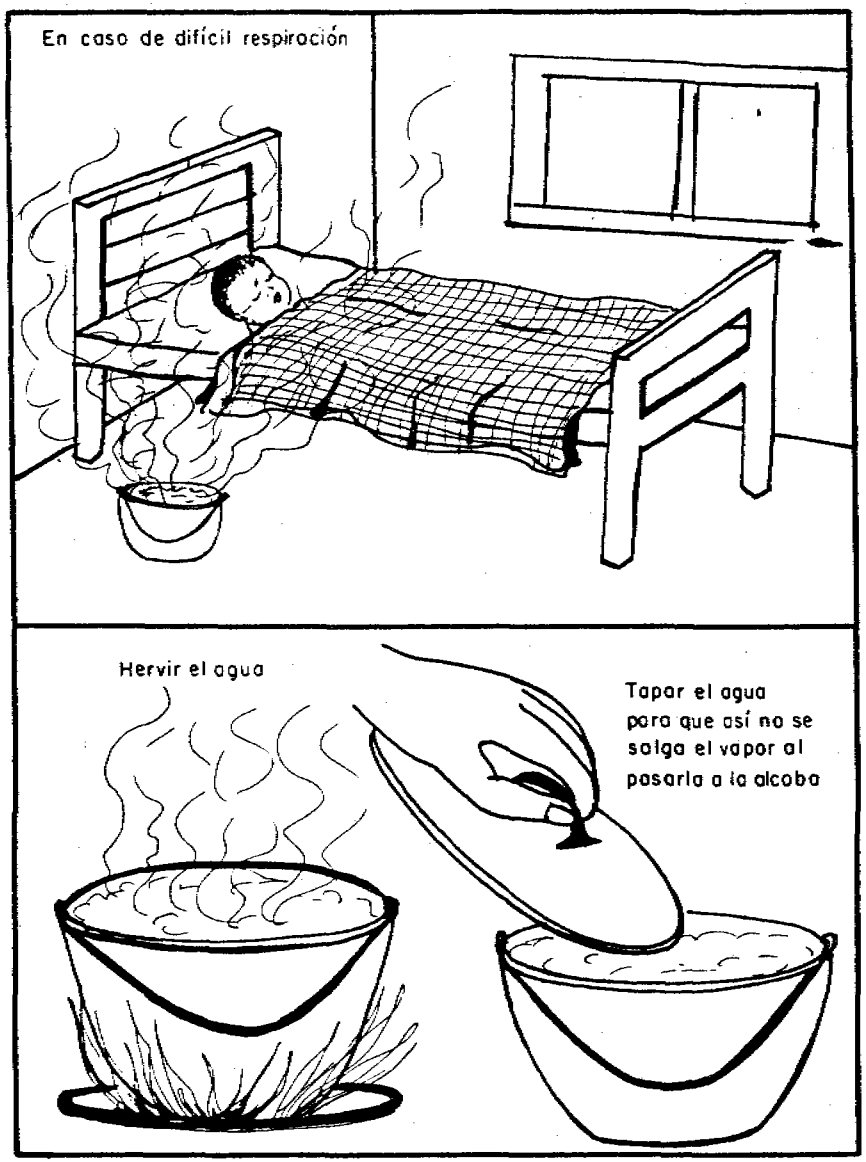
— Tener al niño abrigado en la cama y evitar las corrientes hasta que la piel se descame.

— Dar abundantes líquidos.

— Bajar la fiebre dando 1 mejoralito por la mañana, al medio día y por la noche, hasta que la temperatura sea normal.

— Dar ampicilina durante 5 días seguidos así:

Menores de 2 años	1 cucharadita cada 6 horas.
Mayores de 2 años	1 cucharada cada 6 horas.

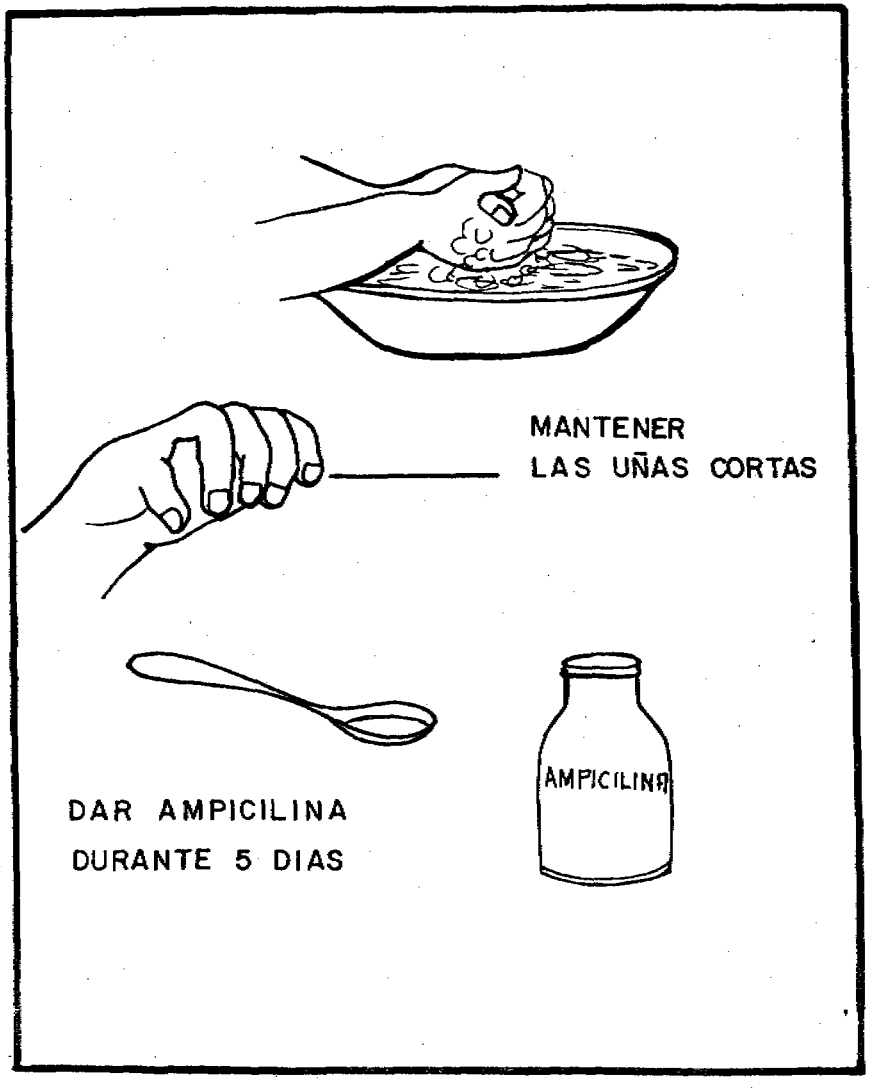


— Observar si el niño enfermo presenta dificultad para respirar, en tal caso ponga en el cuarto una olla de agua a hervir, así se conserva el ambiente húmedo y ayuda a que el niño respire mejor.

— Llevar el niño al médico, en caso que presente dificultad respiratoria.

— Recordar a la madre que el sarampión es contagioso y que se puede evitar vacunando a los niños.

— Avisar al Organismo de Salud, si varias personas de su comunidad, estan enfermas de sarampión.



2.2. Varicela.

Es una enfermedad contagiosa que empieza con fiebre moderada y brote de la piel en forma de ronchas, vejigas que pueden tener pus o costras.

CONDUCTA

— Mantener al niño con las manos limpias y las uñas cortas para evitar que se rasque y así prevenir cicatrices.

— Dar ampicilina durante 5 días, en la siguiente forma:

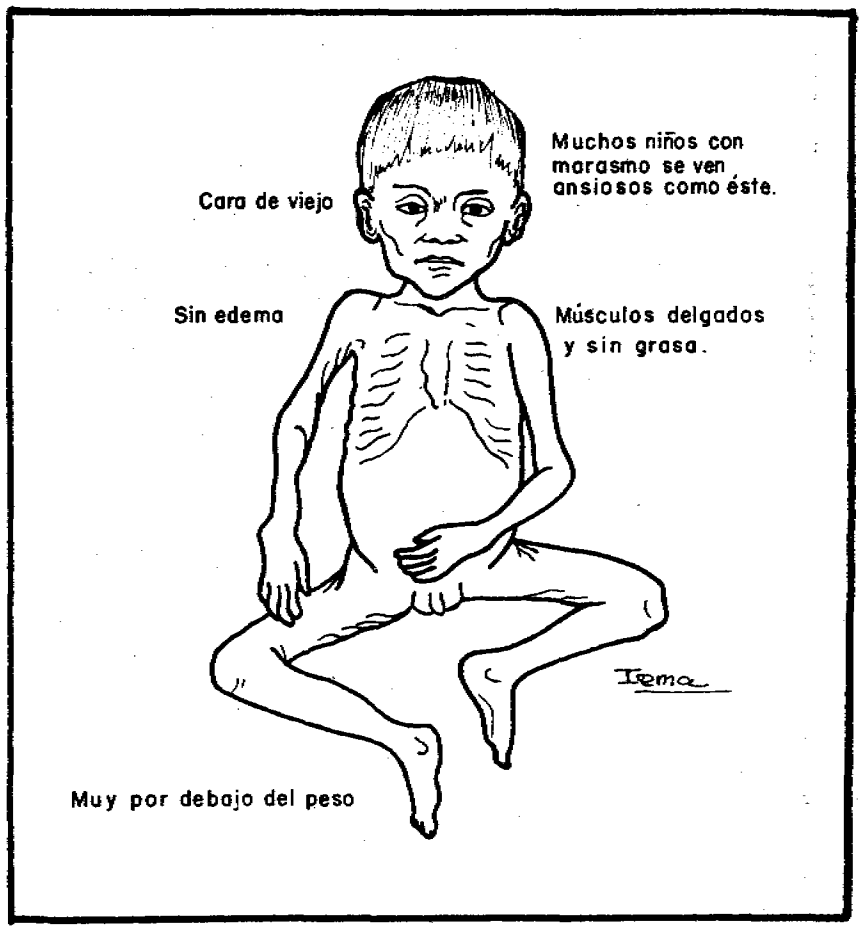
Niños menores de 1 año una cucharadita por la mañana, al medio día y por la noche.

De 1 a 2 años una cucharada cada 6 horas.

Mayores de 2 años una cucharada cada 6 horas.

— Remitir al enfermo al médico si presenta tos, dificultad para respirar o fiebre muy alta.

DESNUTRICION O MAL NUTRICION



La desnutrición es una enfermedad producida por falta de alimentos adecuados para mantener la salud, la cual impide que los niños crezcan normalmente.

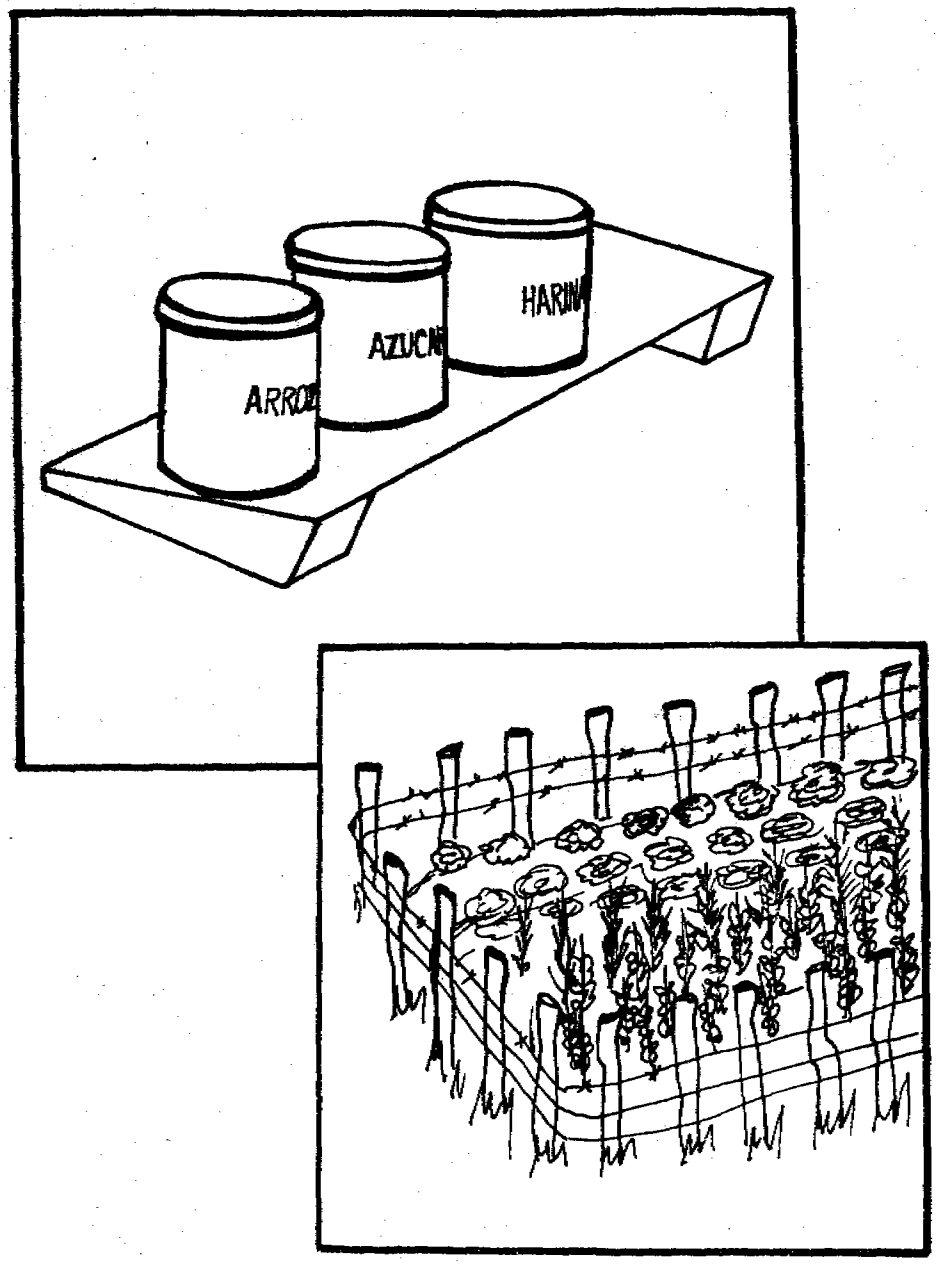
1. Desnutrición Leve.

CONDUCTA

— Observe si el niño come poco, está flaco y pequeño, está decaído, no juega, es llorón y su piel es seca y áspera.

— Explique a la madre sobre los alimentos que debe dar al niño según su edad, la forma de preparación y cómo dárselos.

— *Dígale a la madre que lleve el niño al* Organismo de Salud más cercano, para que lo controlen en su crecimiento.

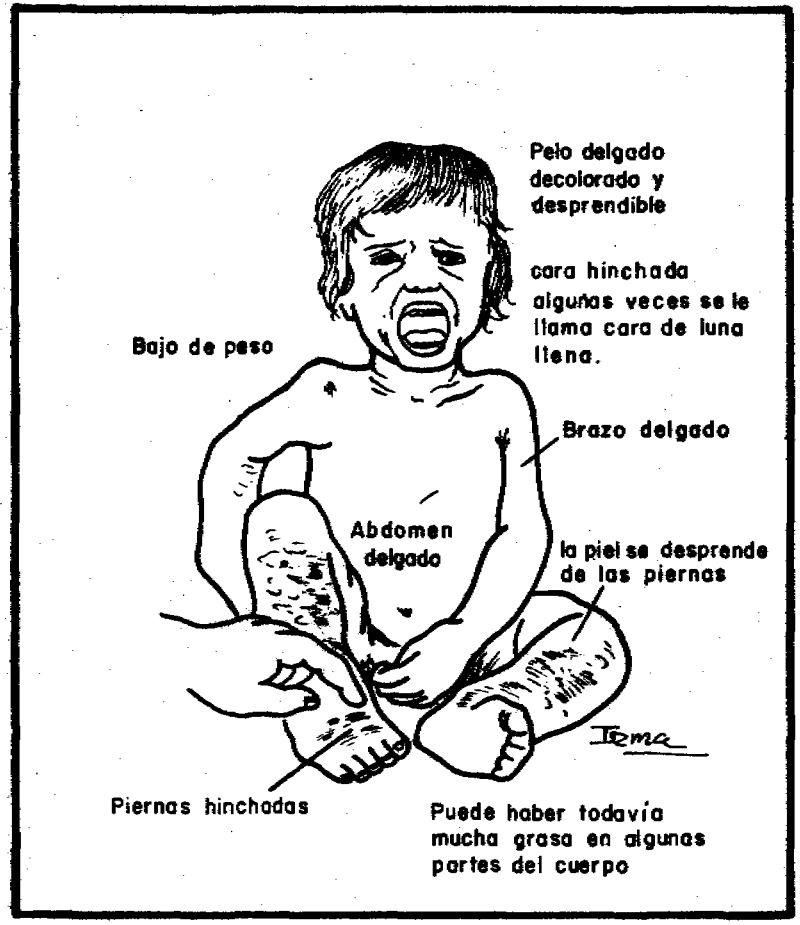


— Explique a la madre sobre la importancia de asistir a las charlas de nutrición, que dicta la auxiliar de enfermería en el Centro de Salud.

— Visite a la madre cada 2 meses, y observe si guarda los alimentos tapados, en un lugar limpio y seco. Si los prepara adecuadamente y la familia los come.

Si encuentra algún problema en el manejo de alimentos o su preparación, dé la educación que la madre necesite.

— Observe si la familia dispone de un terreno para establecer la huerta casera o criar animales pequeños. En tal caso instrúyala sobre el tema, y póngala en contacto con la auxiliar de enfermería, para que ella establezca los contactos que pueden ayudar a la familia a organizar la huerta y el criadero de animales.



2. Desnutrición grave.

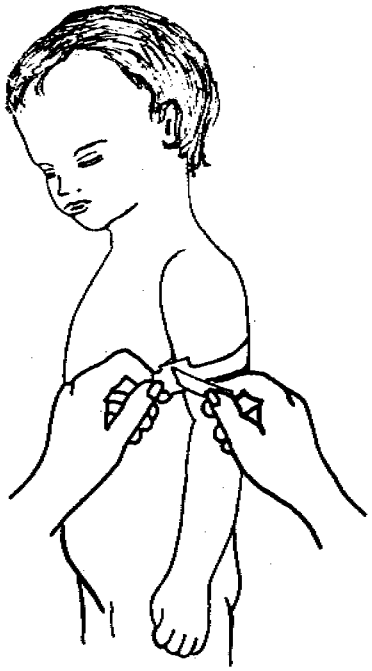
La desnutrición puede ser grave y llevar a la muerte.

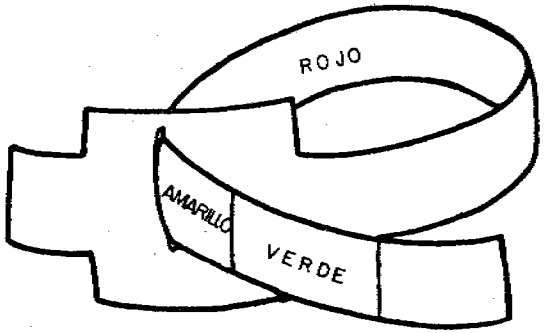
— Observe si el niño come poco, tiene pelo delgado, descolorido y se le cae fácilmente, la piel se despelleja, está flaco, barrigón e hinchado, además está triste y decaído.

— Remítalo inmediatamente al médico.

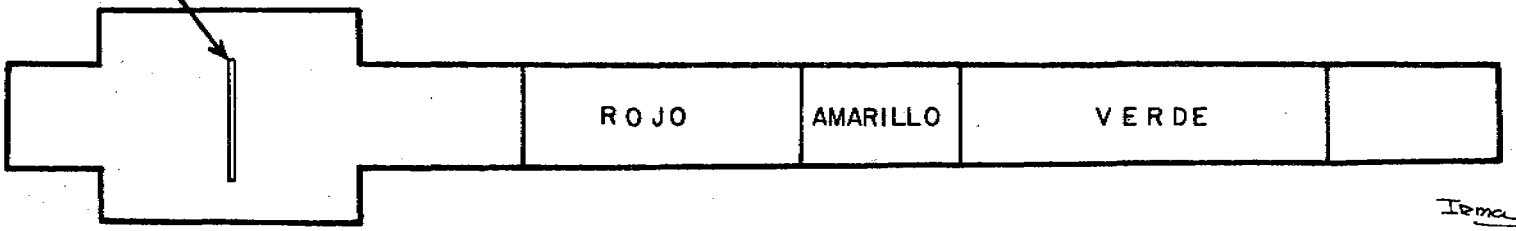
3. Uso de la cintilla para ver si el niño está desnutrido.

Existe una cintilla de 3 colores que nos puede ayudar a saber si el niño está o no desnutrido.





LA EDAD QUE ESTA IMPRESA EN LA CINTILLA DEBE QUEDAR ENFRENTE DE LA PERSONA QUE HACE LA MEDICION.



MODO DE UTILIZAR LA CINTILLA

— Fíjese la marca de la cinta, para utilizar la indicada según la edad del niño.

— Ponga la cinta alrededor del brazo del niño, en la mitad entre el hombro y el codo.

— Ajuste la cinta sin apretarla.

— Mire el color que señala el ojal de la cinta, si señala:

Rojo: Está desnutrido

Amarillo: Está con principio de desnutrición

Verde: Está bien nutrido.

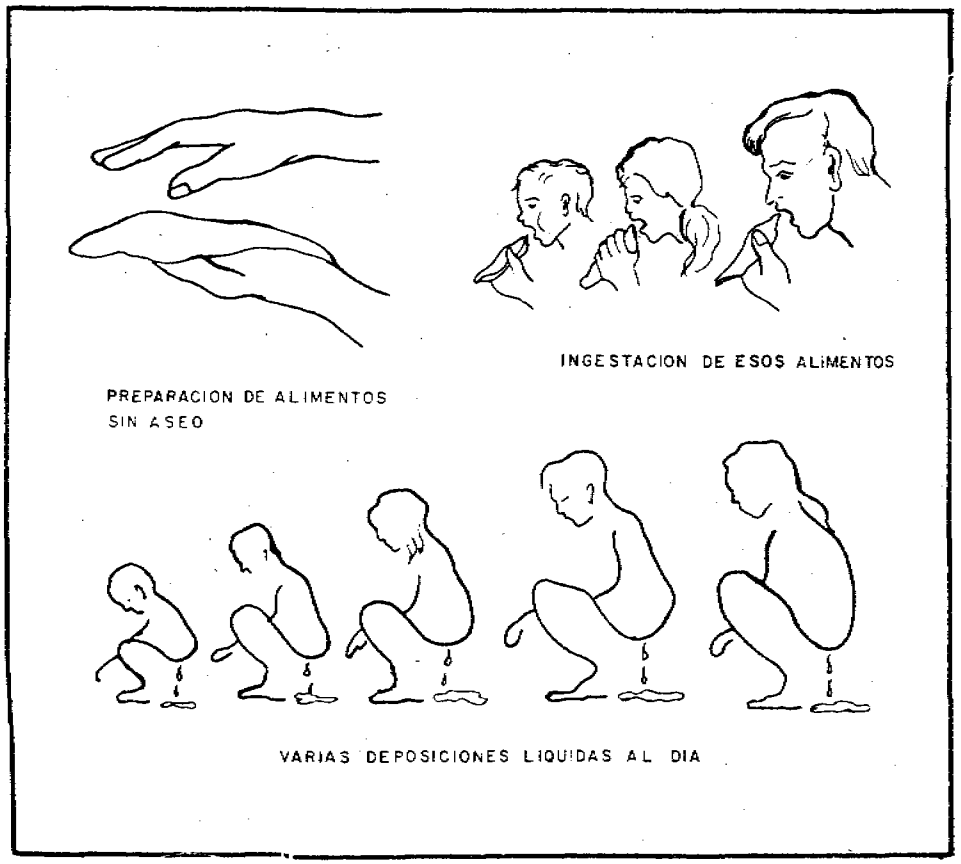
NOTA: Las cintillas están marcadas para ser usadas de acuerdo a la edad del niño, ejemplo:

La marcada de 0 - 3 se usa para niños de 0 a 3 meses.

La marcada de 4 - 7 se usa para niños de 4 a 7 meses.

Y así sucesivamente, hasta llegar a la marcada de 60 - 71 que se usa para niños de 60 meses (5 años) a 71 meses (casi 6 años).

DIARREA

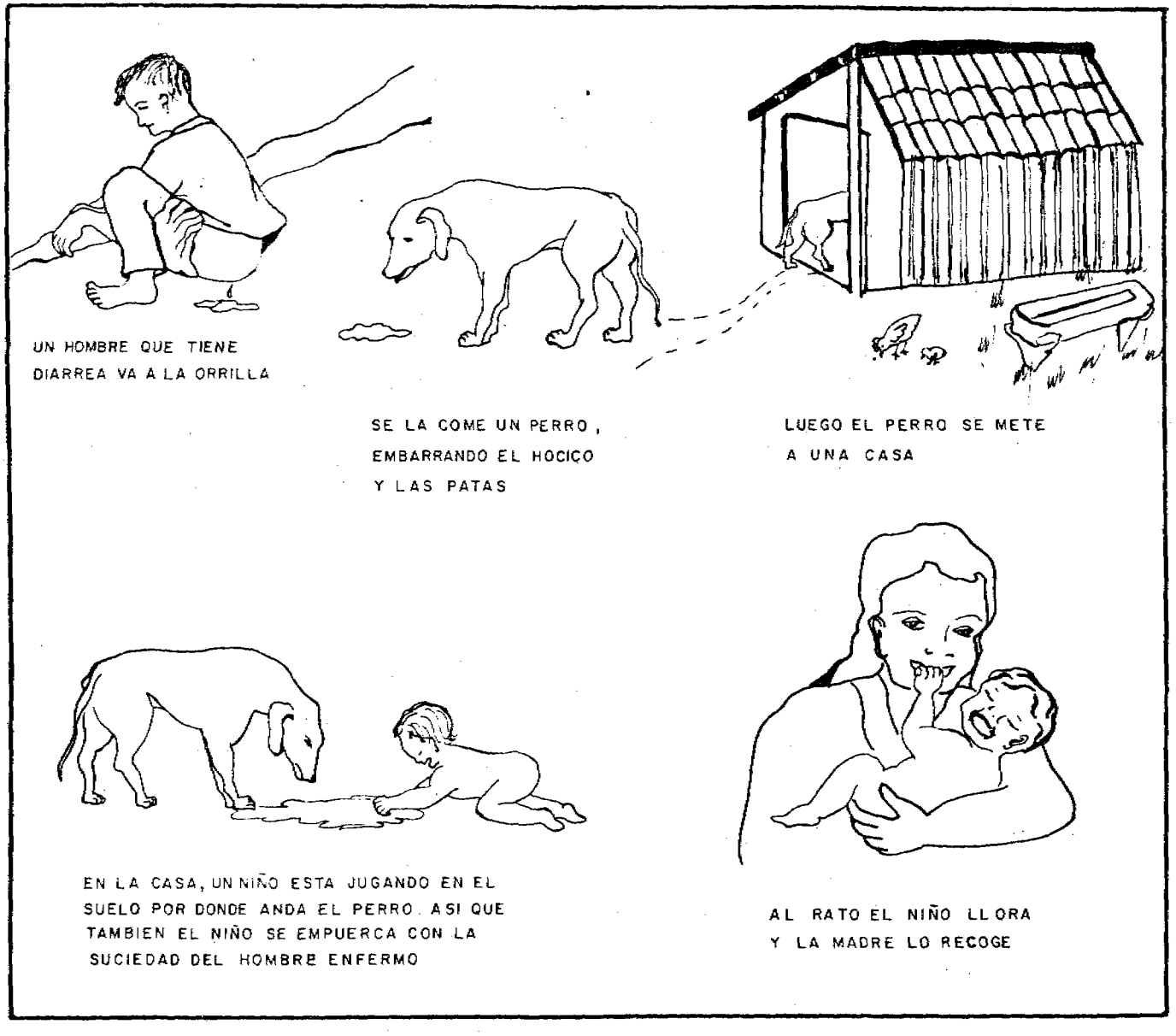


Es la producción de 3 o más deposiciones líquidas por día.

La diarrea se produce por parásitos intestinales, e infecciones del intestino. Debidos a la ingestión de comidas y bebidas contaminadas.

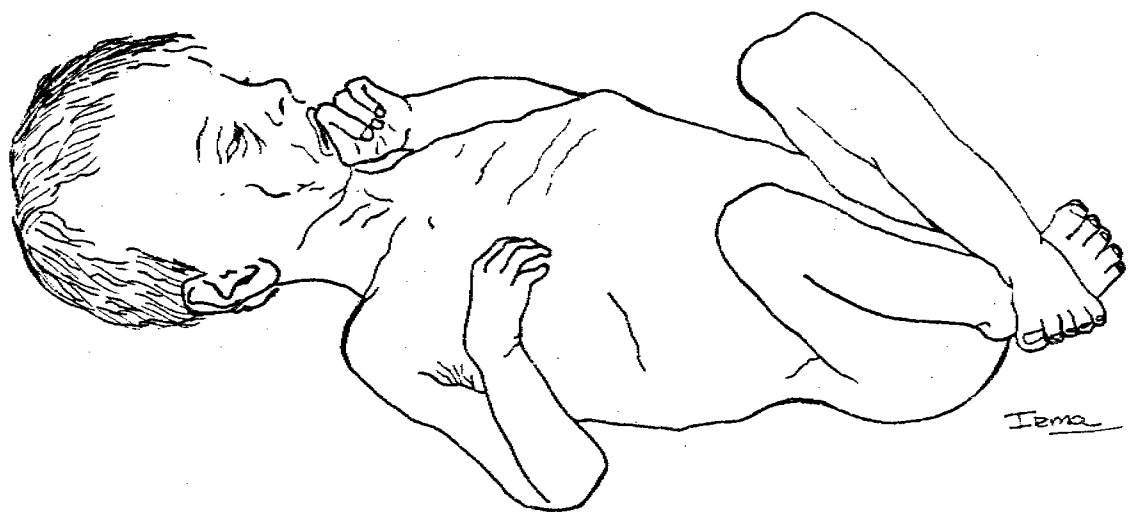
Cuando una persona tiene diarrea pierde muchos líquidos de su cuerpo.

Para reemplazarlos, se debe dar de beber suero casero.


UN HOMBRE QUE TIENE
DIARREA VA A LA ORRILLA
SE LA COME UN PERRO,
EMBARRANDO EL HOCICO
Y LAS PATAS
LUEGO EL PERRO SE METE
A UNA CASA
EN LA CASA, UN NIÑO ESTA JUGANDO EN EL
SUELO POR DONDE ANDA EL PERRO. ASI QUE
TAMBIEN EL NIÑO SE EMPUERCA CON LA
SUCIEDAD DEL HOMBRE ENFERMO
AL RATO EL NIÑO LLORA
Y LA MADRE LO RECOGE

SEÑALES DE DESHIDRATACION

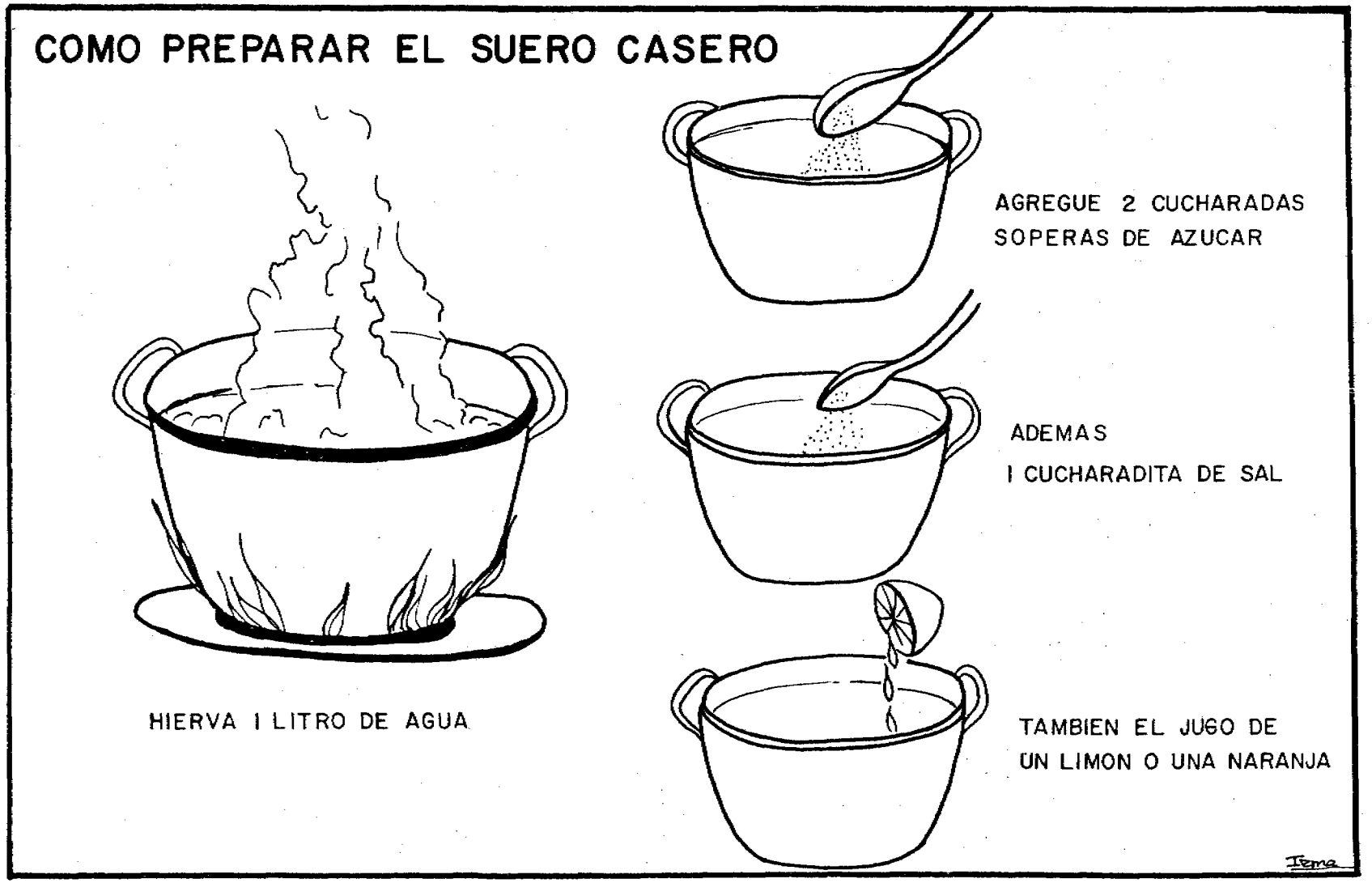
DESHIDRATACION O SEQUEDAD DEL CUERPO



PREPARACION DEL SUERO CASERO

En una olla hierva un litro de agua durante 3 minutos, agregue: 1 cucharadita de sal, 2 cucharadas de azúcar, 1 zanahoria rayada y el jugo de una naranja.

Mantenga esta mezcla en un frasco o botella limpia y tapado.



1. Diarrea Leve.

Cuando el enfermo tiene varias deposiciones líquidas.

CONDUCTA

— Según la edad del enfermo, haga lo siguiente:

EDAD	DOSIS DE SUERO CASERO
Menor de 6 meses	2 Cucharadas cada 1/2 hora
De 6 meses a 1 año	3 Cucharadas cada 1/2 hora
De 1 a 3 años	1 taza o un tetero cada hora

	ALIMENTACION
Mayor de 3 años	Suspenda grasas, condimentos y leche. Dar de beber abundantes líquidos.
Adulto	Suspenda la leche. Déle líquidos abundantes.

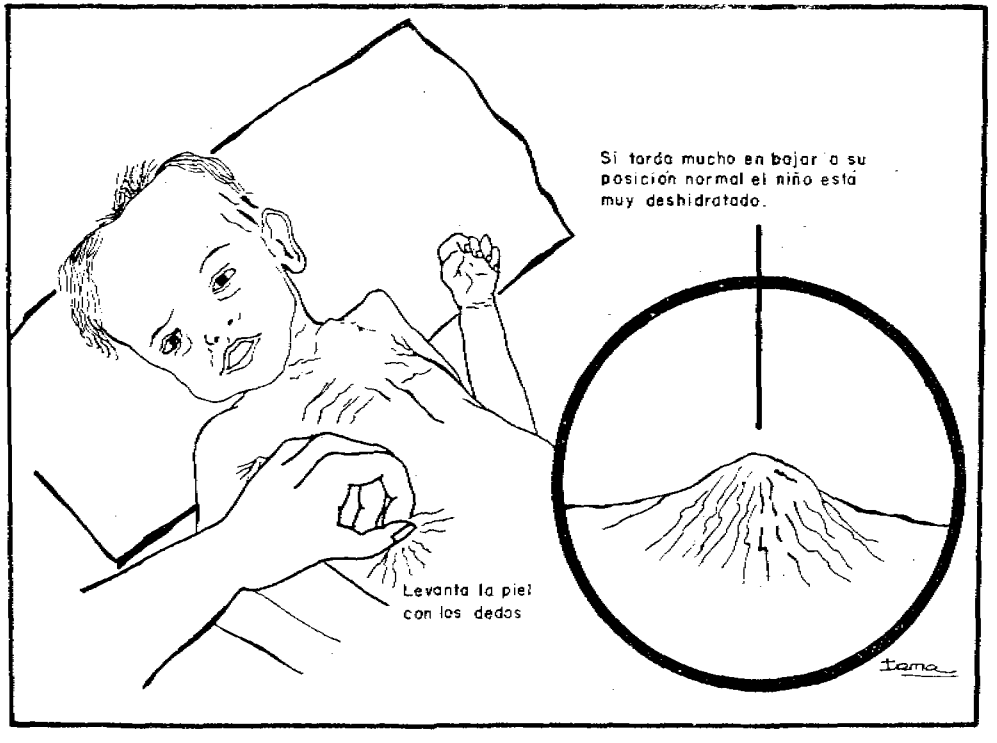
— Si la diarrea continúa por más de 24 horas, remita la persona al médico.

2. Diarrea con fiebre.

CONDUCTA

— De acuerdo a la edad, adminístrele el siguiente tratamiento.

EDAD	TRATAMIENTO
Menor de 6 meses	2 Cucharadas de suero cada 15 minutos. 1 Cucharadita de mixtura antidiarréica y 1 Pastilla de mejoralito por la mañana, al medio día y por la noche.
De 6 meses a 1 año	3 Cucharaditas de suero cada 15 minutos. 1 Cucharadita de mixtura antidiarréica y 1 Pastilla de mejoralito por la mañana, al medio día y por la noche.
De 1 a 3 años	1 Tetero o taza de suero cada media hora. 1 Cucharadita de mixtura antidiarréica y 1/2 tableta de aspirina, por la mañana, al medio día y por la noche.
Mayores de 3 años	Suspender comida con grasa, con condimentos y la leche. 1 Cucharada de mixtura antidiarréica y 1/2 tableta de aspirina por la mañana, al medio día y por la noche.
Adulto	Suspenda la alimentación con grasa, condimentos y la leche. Dar abundantes líquidos y 1 Cucharada de mixtura antidiarréica y 1 Tableta de aspirina cada 4 horas.



— Lleve el enfermo al médico, si en 24 horas no ha pasado la diarrea, ni ha bajado la fiebre.

3. Diarrea con fiebre y vómito.

CONDUCTA

— Remita pronto la persona al médico

— Mientras llega el médico dele cucharaditas de suero cada 10 minutos.

COMO SABER QUE AL ENFERMO LE FALTA AGUA EN EL CUERPO Y ESTA DESHIDRATADO

— Acueste al enfermo.

— Con 2 dedos haga un pellizco, si la piel se queda pegada y no se estira pronto, el enfermo tiene poca agua en el cuerpo.

REMITA LA PERSONA AL MEDICO CUANDO:

— La diarrea dura más de 24 horas.

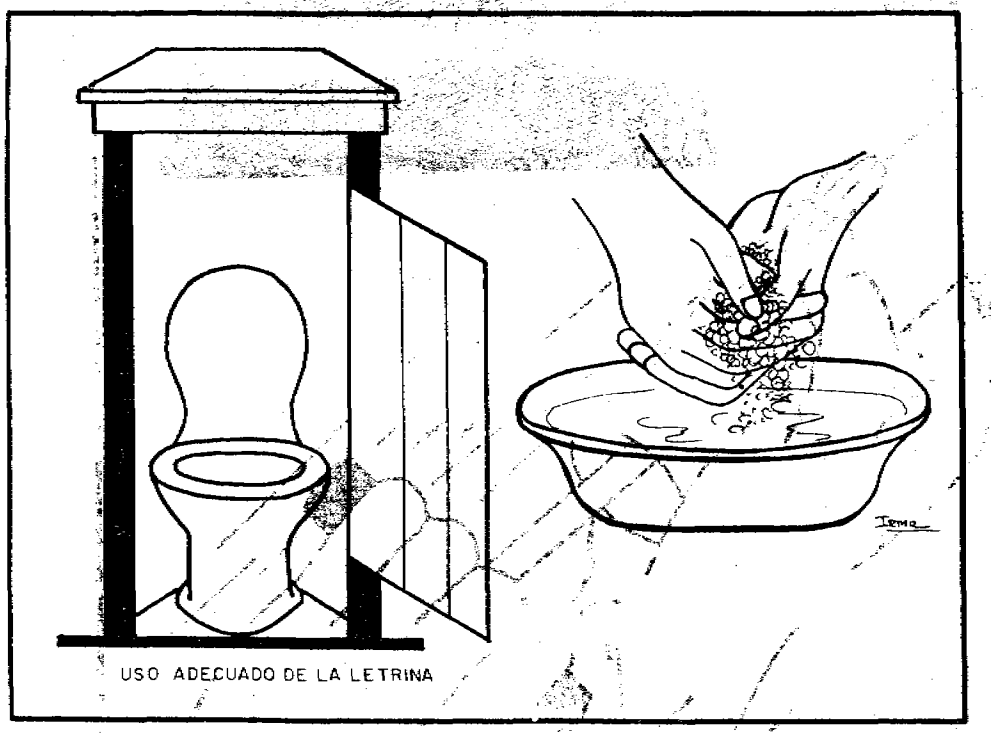
— Tenga vómito.

— Se observe deshidratación, a pesar de estar dándole suero casero.

— Haya dolor o retorsijones de estómago.

— Haya pintas de sangre en la deposición.

AMEBIASIS



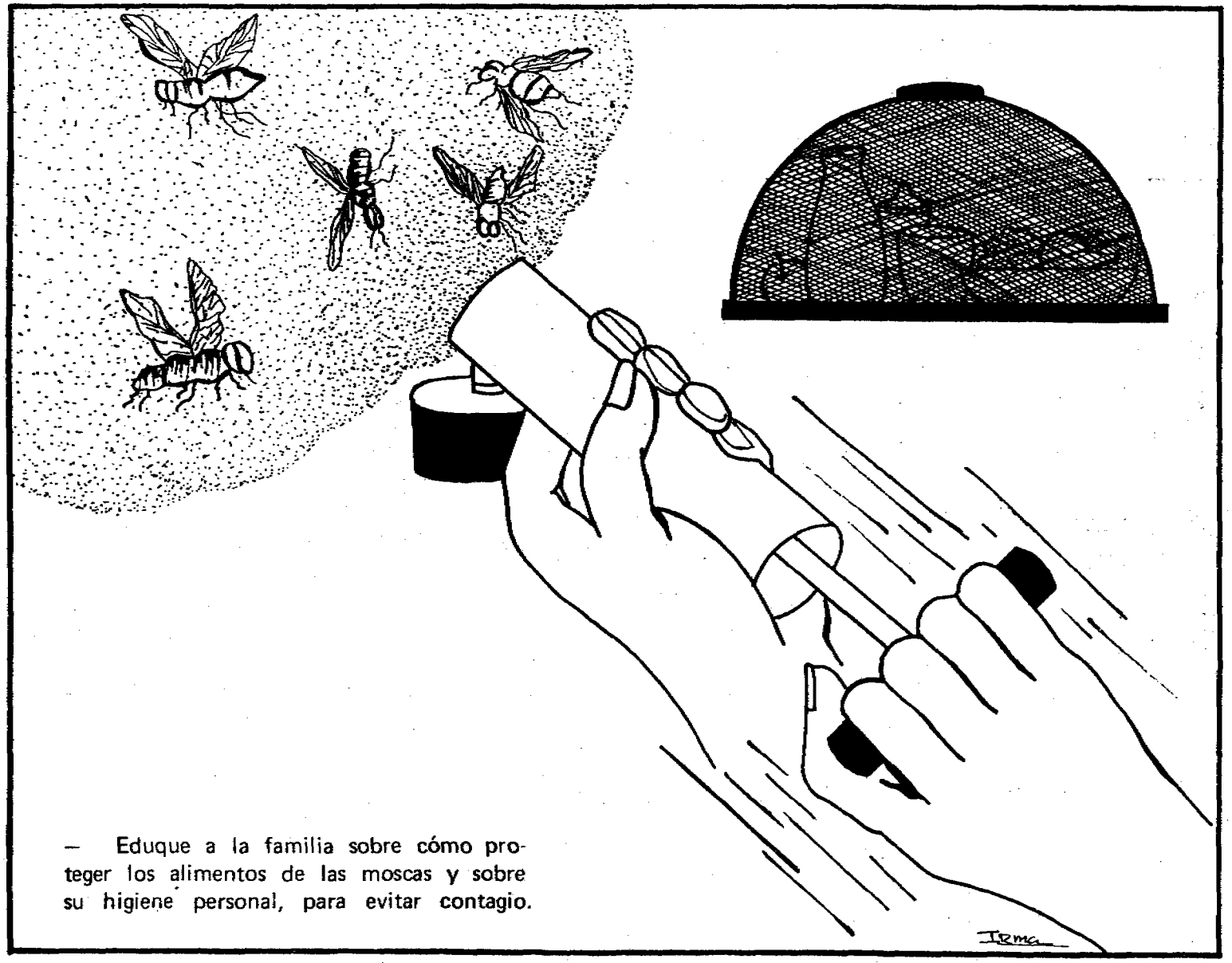
USO ADECUADO DE LA LETRINA

Cuando una persona tiene amebiasis puede presentar diarrea, cólicos, deposiciones con moco y sangre, o no hace del cuerpo.

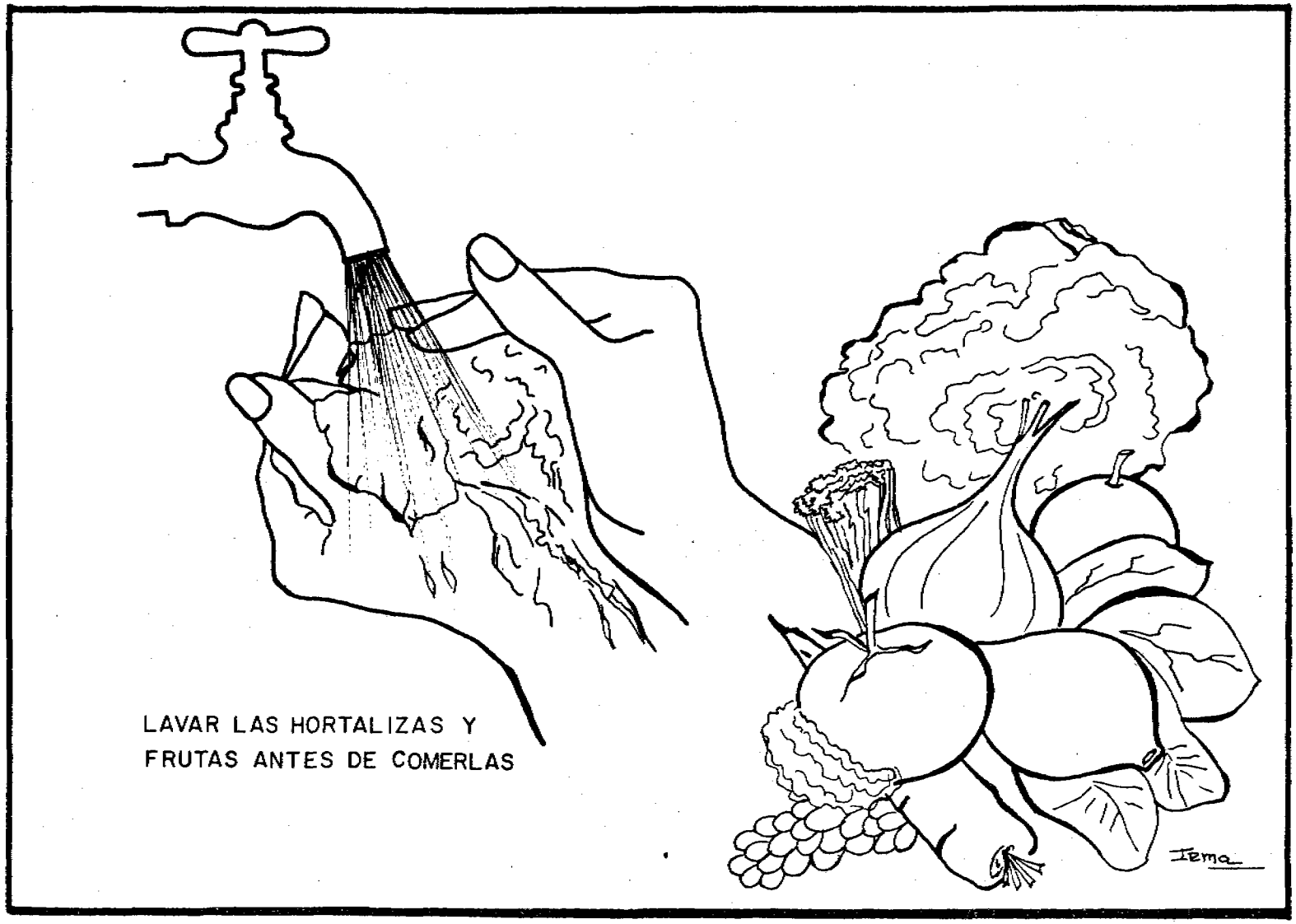
CONDUCTA

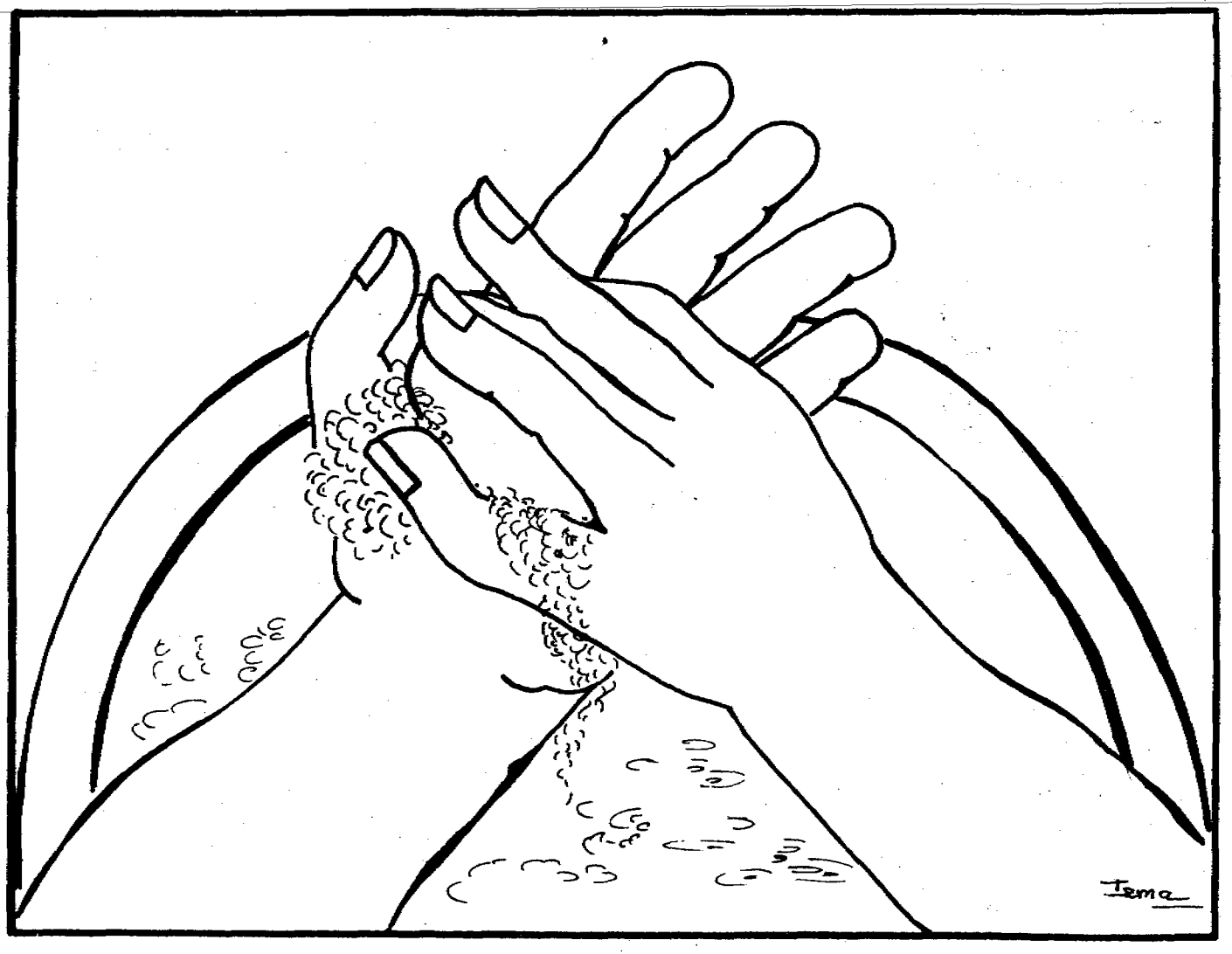
— Remita la persona al Organismo de Salud más cercano.

— Eduque a la familia acerca de la ventaja de utilizar la letrina cuando va a hacer del cuerpo.

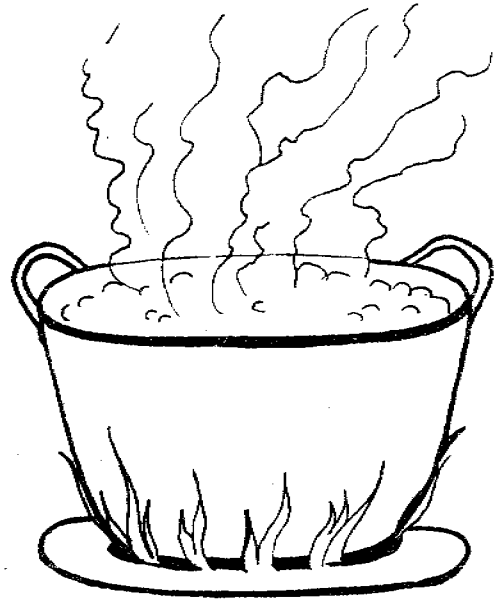


— Eduque a la familia sobre cómo proteger los alimentos de las moscas y sobre su higiene personal, para evitar contagio.

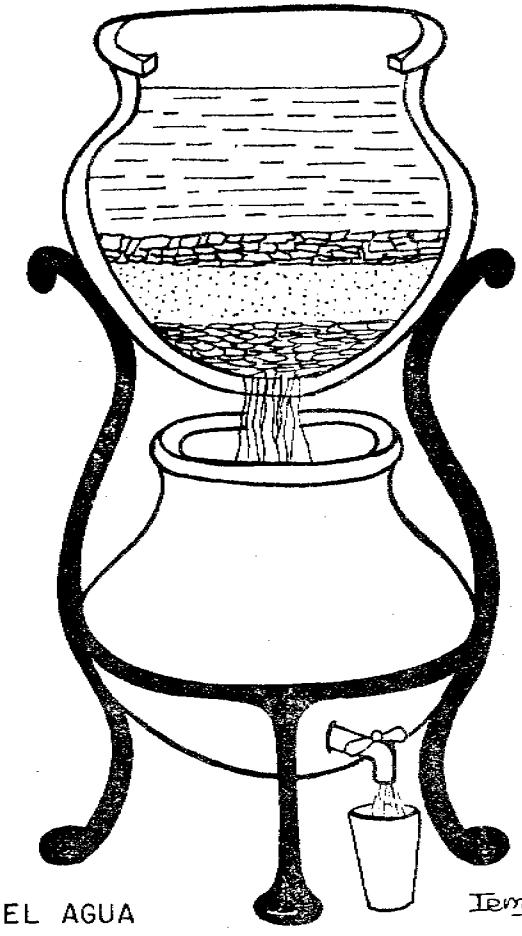

LAVAR LAS HORTALIZAS Y
FRUTAS ANTES DE COMERLAS
Iema


Tema

Eduque a la familia sobre cómo obtener agua limpia.

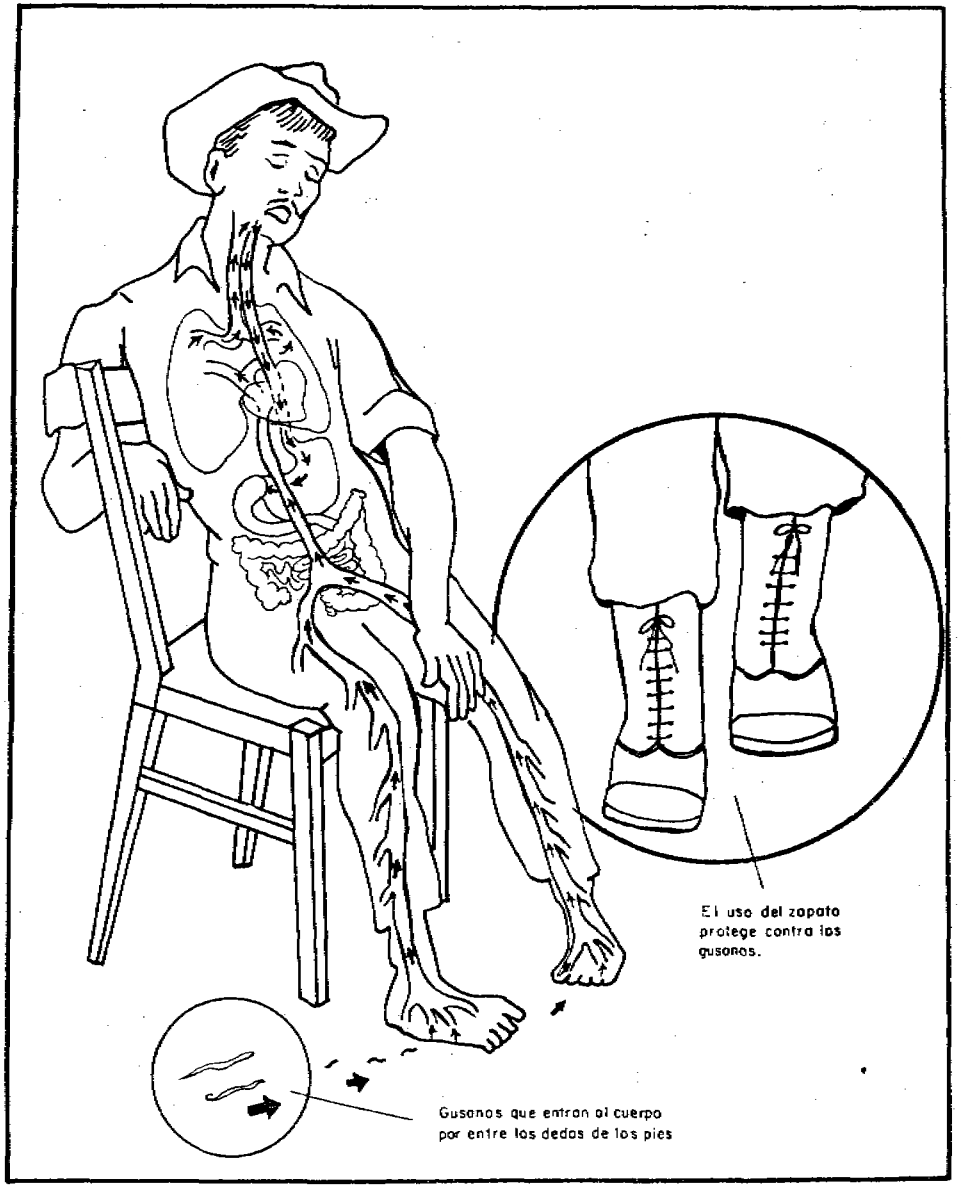


HIRVIENDO MUY BIEN LA LECHE
Y EL AGUA DE CONSUMO



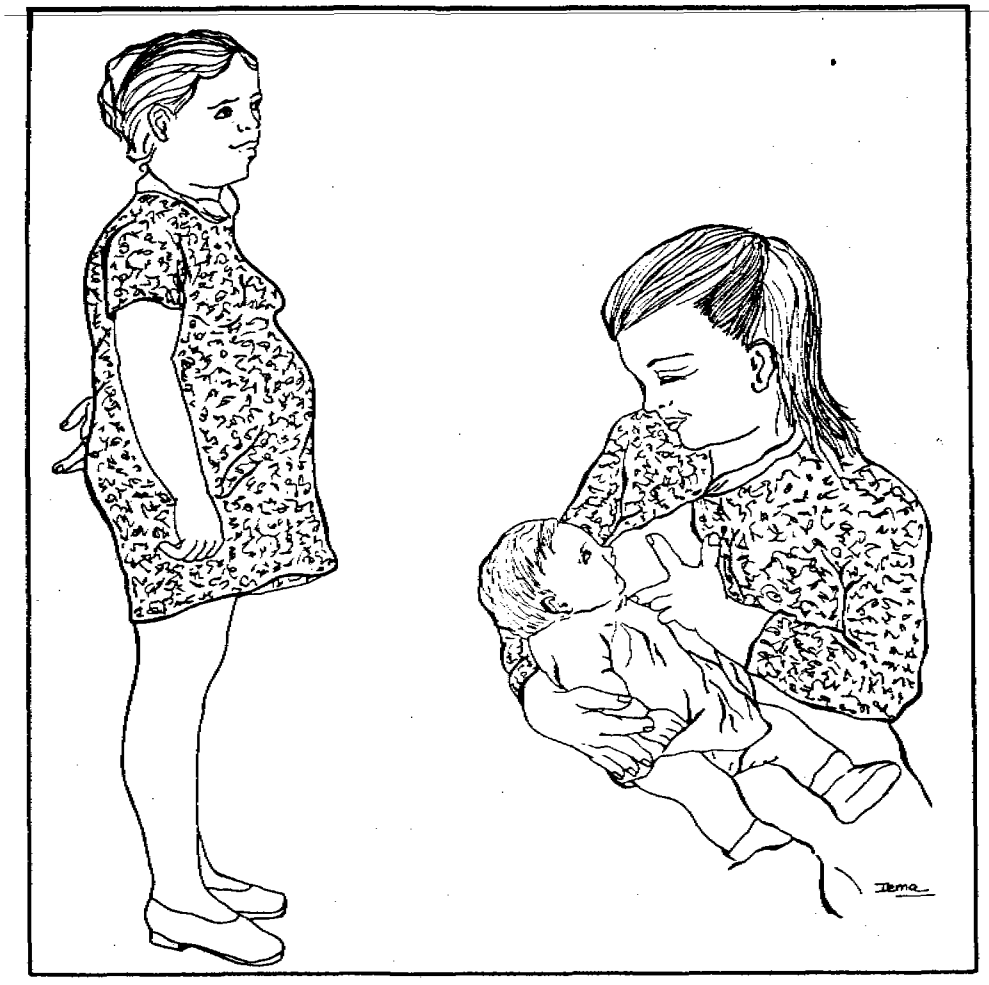
O FILTRÁNDO EL AGUA

HIERVA MUY BIEN LA LECHE
Y EL AGUA DE CONSUMO



ANEMIA TROPICAL

Es una enfermedad causada por unos gusanos que entran al cuerpo por entre los dedos de los pies, cuando se camina descalzo. Al entrar al cuerpo, chupan la sangre de la persona y por eso la debilitan.



Esta enfermedad es más grave en mujeres embarazadas, en bebes, niños pequeños y personas desnutridas.

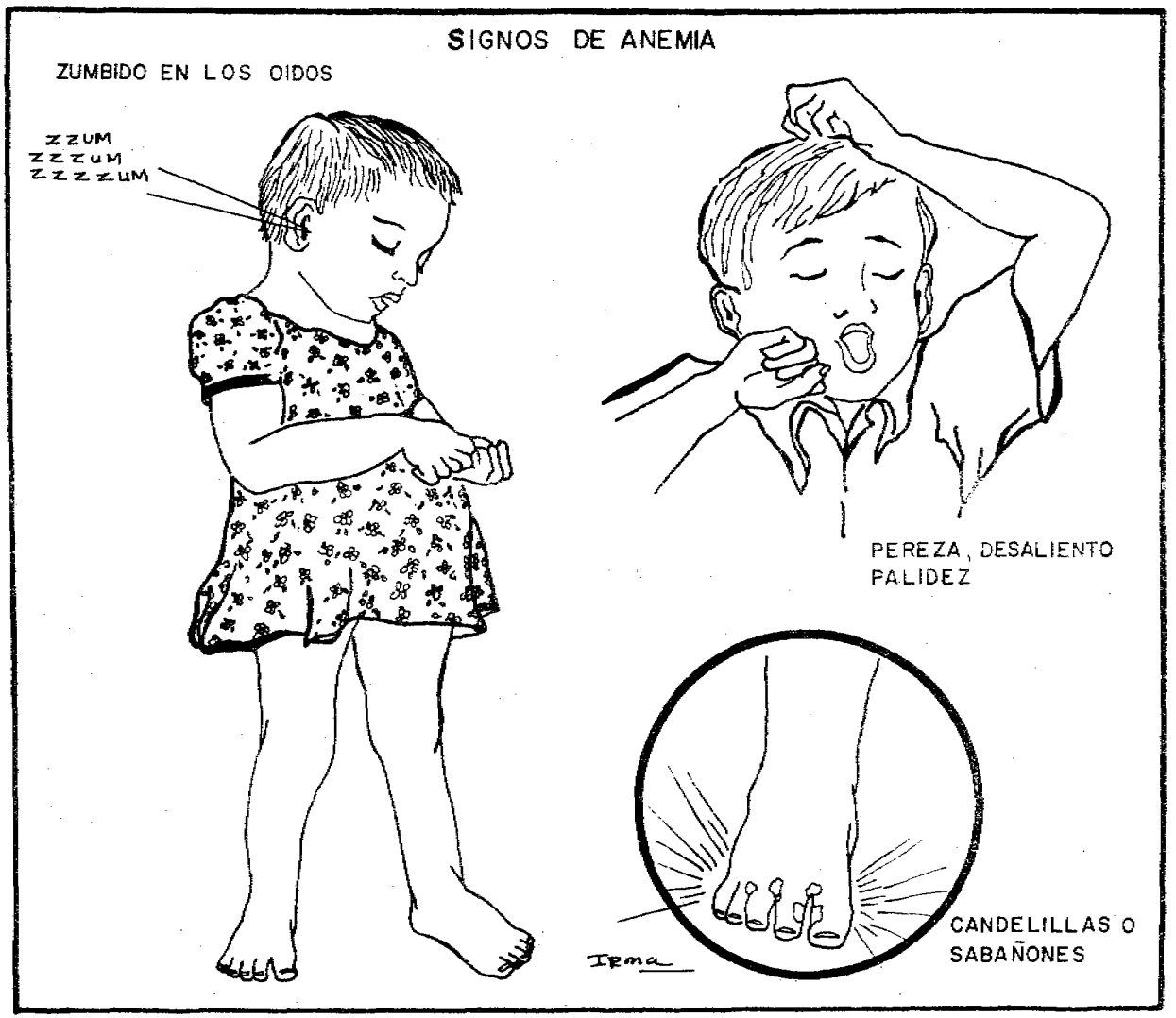
CONDUCTA

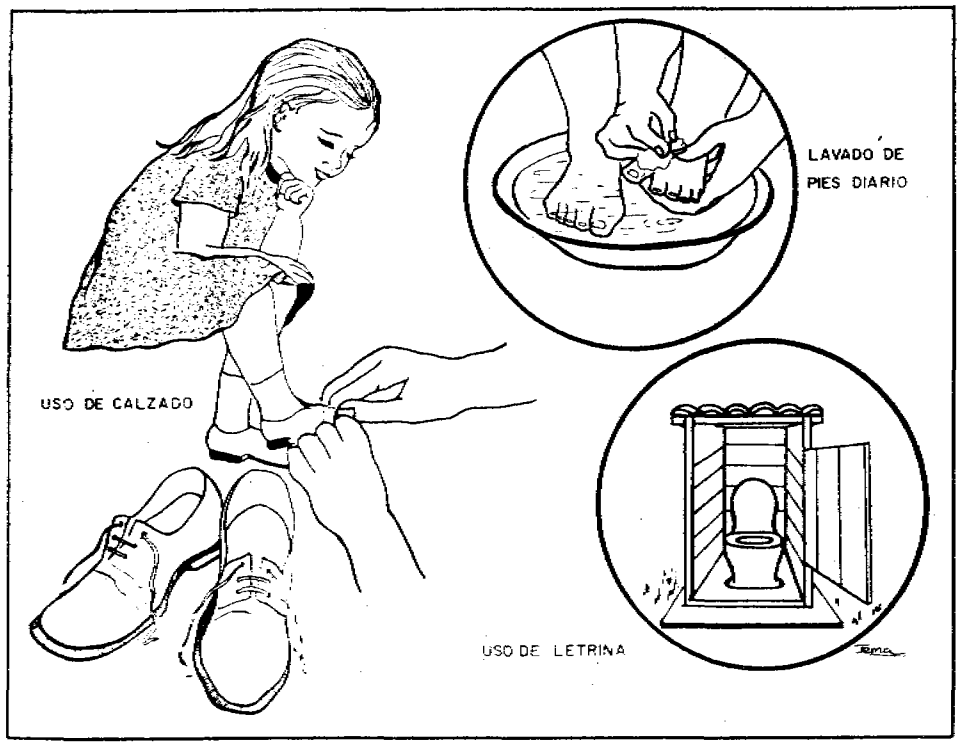
— Observe si hay enrojecimiento y rasquiña entre los dedos de los pies (sabañones).

— Observe si la persona está pálida, débil, con fiebre o hinchada.

— Remítala al médico.

— Eduque a la familia sobre cómo prevenir la enfermedad: usando zapatos, lavándose con agua y jabón los pies, especialmente cuando están embarrados y haciendo uso de la letrina.

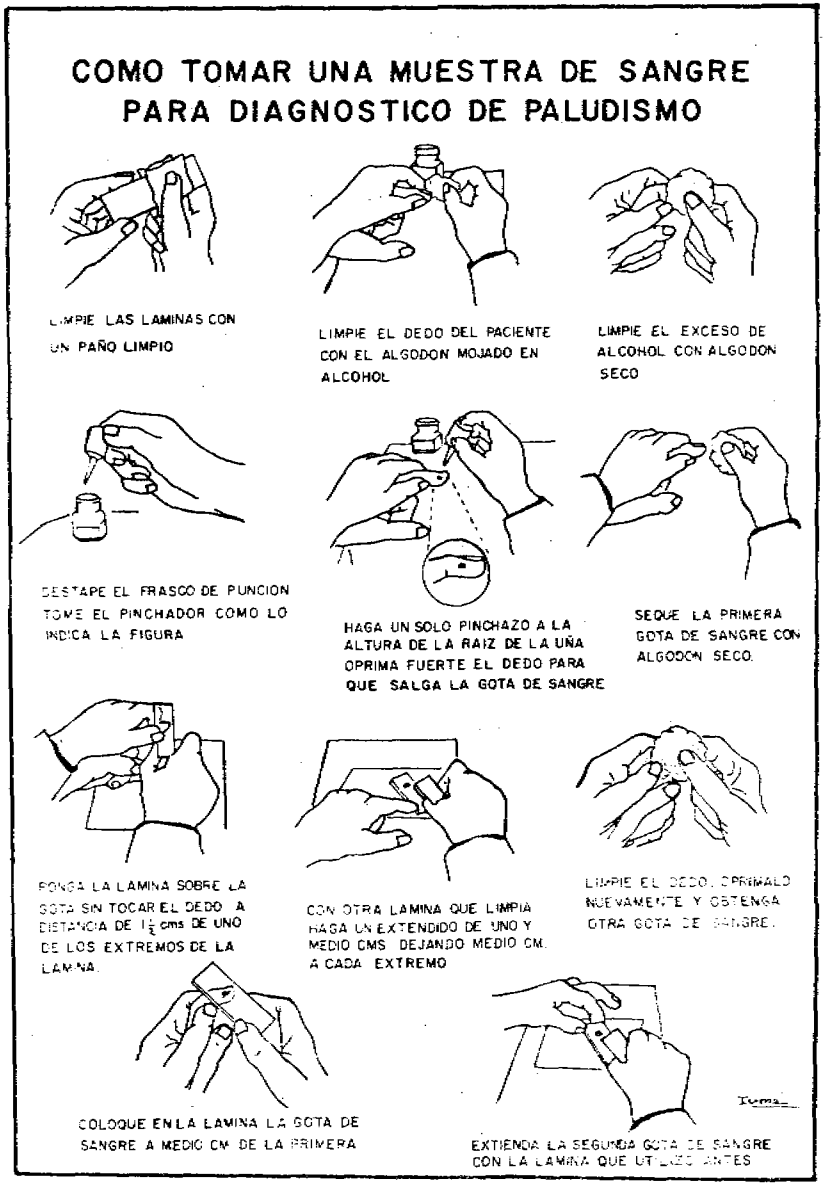

SIGNOS DE ANEMIA
ZUMBIDO EN LOS OIDOS
ZZUM
ZZZUM
ZZZZUM
PEREZA, DESALIENTO
PALIDEZ
CANDELILLAS O
SABAÑONES
Irma



— Dígale a la familia que la persona enferma expulsa con la deposición los huevos de dichos gusanos y que si éstos quedan sobre la tierra y una persona descalza pisa la tierra en ese momento es cuando se meten al cuerpo.

Por eso es tan necesario hacer las deposiciones en una letrina.

— Si el médico le ha ordenado droga a la persona, controle que se la tome como le indicó.



PALUDISMO

Es una enfermedad producida por un parásito que daña la sangre y da anemia. Se contagia cuando el mosquito infectado pica a la persona.

CONDUCTA

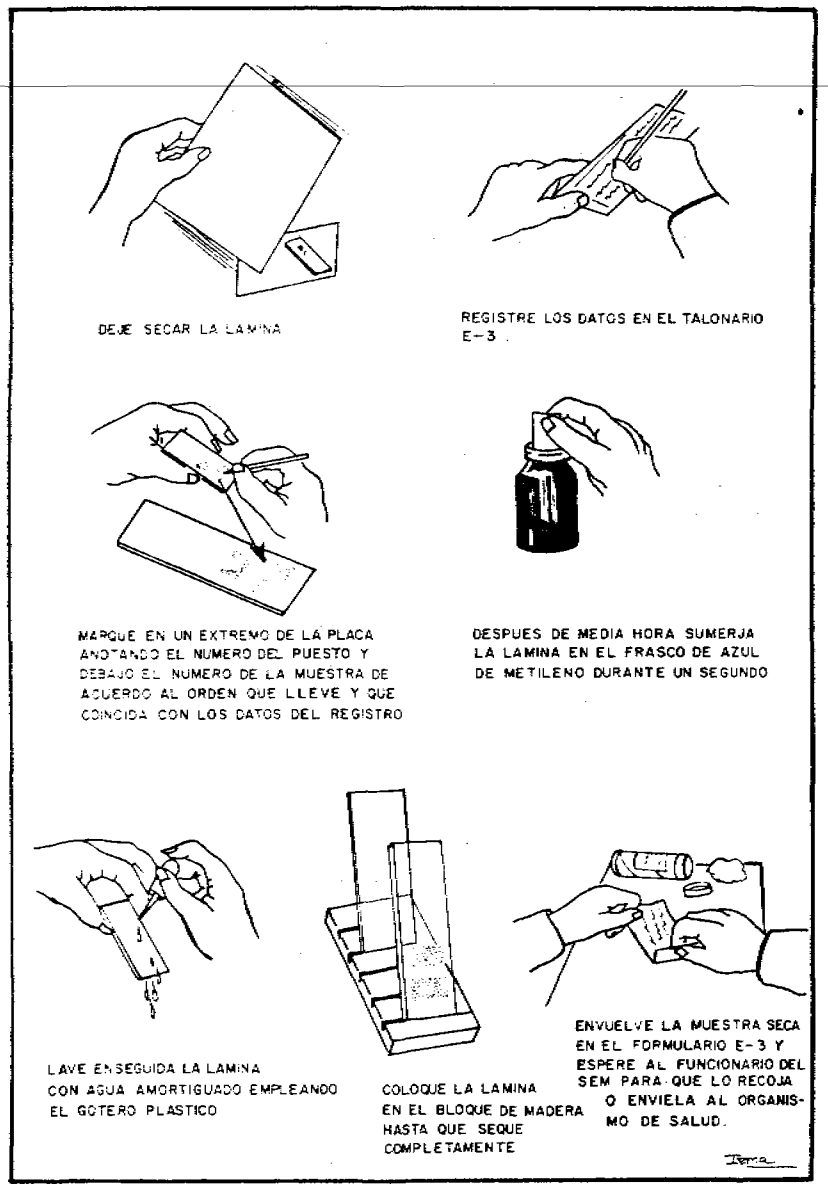
– Observe si el enfermo tiene fríos y fiebre, sufre ataques y dolores en todo el cuerpo, suda mucho y si estas señales se repiten a diario, o cada 2 o 3 días.

– Tome la muestra de sangre, según el procedimiento de gota gruesa.

– Lleve la lámina al Centro de Salud.

– Déle al enfermo CLOROQUINA, mientras llega el resultado de la muestra de sangre, en la siguiente forma:

EDAD	DOSIS DE CLOROQUINA
De 6 meses a 2 años	1 Tableta al día
De 3 a 6 años	2 Tabletas al día
De 7 a 14 años	3 Tabletas al día
De 15 y más años	5 Tabletas al día



— Averigüe en el Organismo de Salud los resultados de la muestra de sangre.

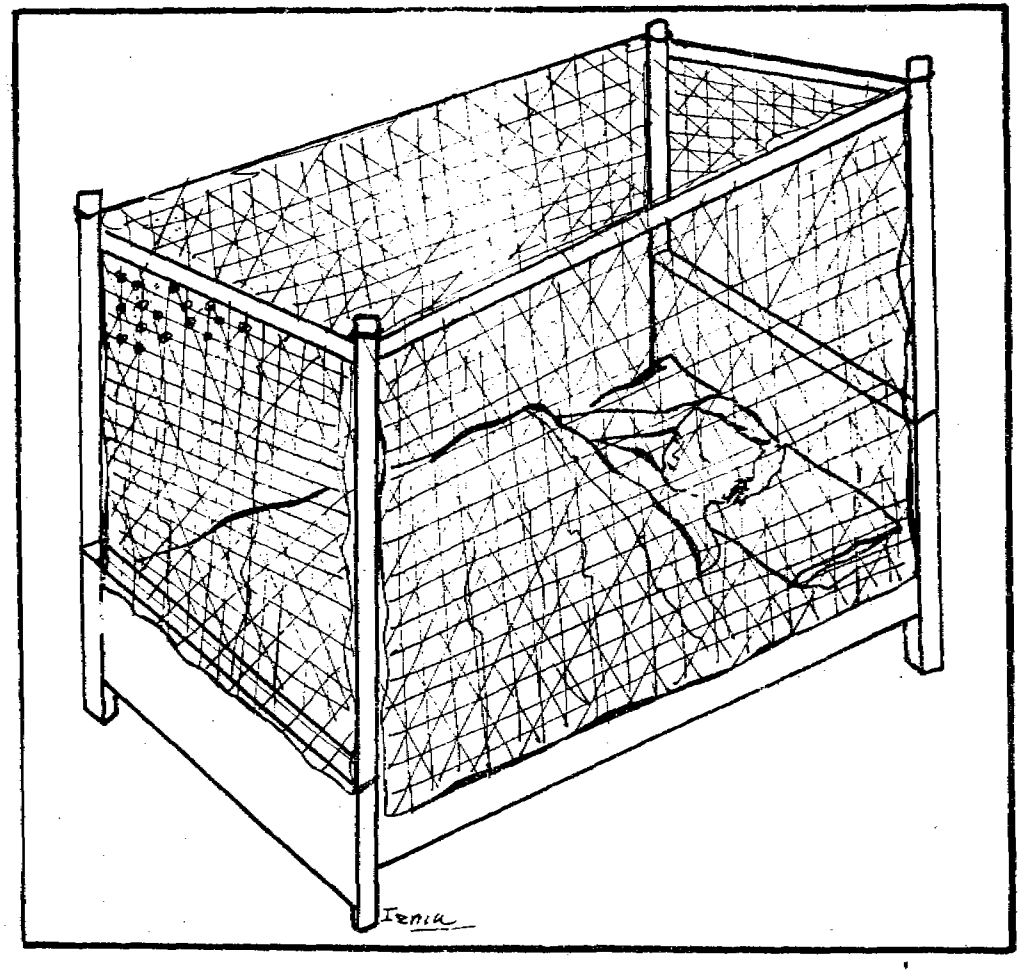
— Busque al enfermo si en la muestra de sangre resultó que la persona tenía paludismo.

Si una persona está con paludismo:

— Remítala al médico para que le ordene el tratamiento adecuado.

— Indique al enfermo la importancia de tomar la droga formulada.

— Explique a la familia del enfermo sobre la importancia de fumigar la casa para matar los mosquitos que transmiten la enfermedad.

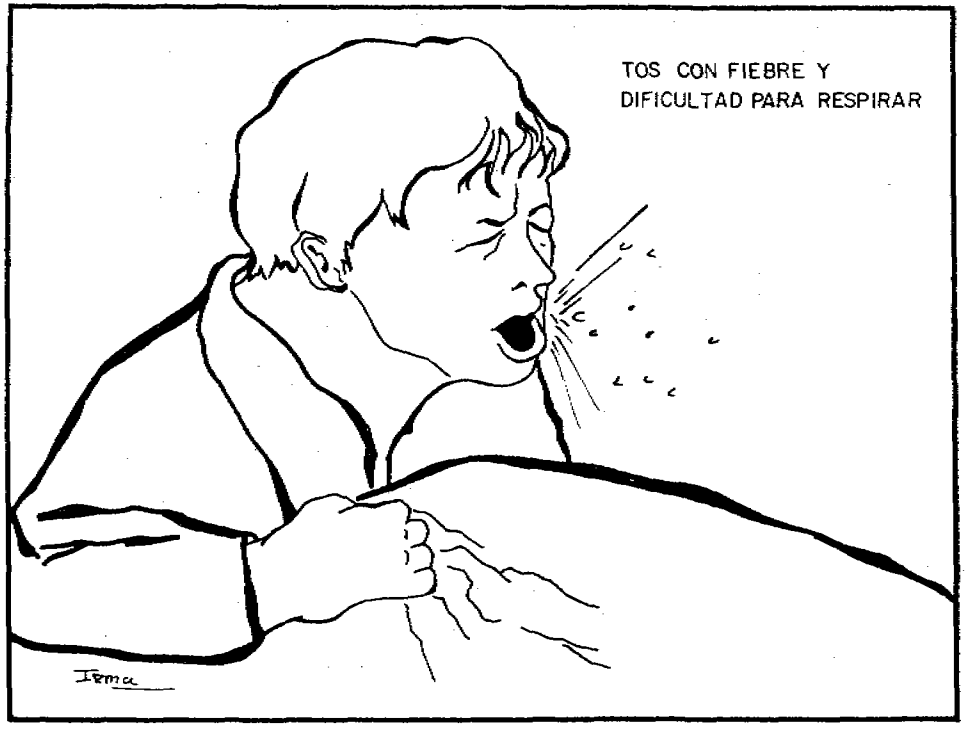


— Enseñe la importancia de usar mosquiteros, para evitar que los mosquitos piquen a la gente.

— Aconseje a los familiares del enfermo para que tomen el tratamiento de Cloroquina, para prevenir la enfermedad, mientras al enfermo le desaparece la fiebre.

— Aconseje a las personas que están tomando la droga contra el paludismo, que tomen abundantes líquidos y Alkaseltzer si le duele un poco el estómago.

TOS



Es un esfuerzo que hace la persona para limpiar las vías respiratorias y sacar el aire de los pulmones.

La tos es la señal que manifiesta la existencia de enfermedad en los bronquios o en los pulmones.

1. Tos sola.

Cuando el enfermo lleva tosiendo más de dos días y no tiene señal de enfermedad.

CONDUCTA

— Tomar la temperatura.

— Si no tiene fiebre darle jarabe para la tos durante 4 días, en la siguiente forma:

NIÑOS

1 cucharadita por la mañana, al medio día y por la noche.

ADULTOS

1 cucharada sopera por la mañana, al medio día y por la noche.

— Remitir el enfermo al médico si continúa tosiendo después de dar el jarabe, por 4 días.

2. Gripa, Catarro o Resfriado Común.

Es una enfermedad contagiosa, empieza con estornudos y dolor en todo el cuerpo; al segundo o tercer día presenta mucha moquiadera, fiebre moderada, dolor de garganta y tos.

CONDUCTA

— Permanecer en cama mientras tenga fiebre.

— Tomar abundantes líquidos, especialmente agua hervida.

— Usar un pañuelo para taparse la boca y la nariz cuando estornude.

— Tomar mejoral o aspirina, 1 pastilla cada 6 horas durante 3 días.

— Conservar húmedo el ambiente de la habitación. Esto se hace manteniendo una olla de agua hirviendo dentro de la pieza; el vapor que bota humedece el ambiente.

— Remitir el enfermo al médico, si al tercer día no ha mejorado.

3. Tos con fiebre y dificultad para respirar.

Cuando el enfermo tiene tos, fiebre y respira con trabajo, se pone morado y fatigado.

CONDUCTA

— Ejecutar las conductas para resfriado común.

— Administrar AMPICILINA en la siguiente forma, durante los dos primeros días:

Menores de 1 año	1 Cucharadita cada 6 horas.
De 1 a 3 años	1 Cucharadita cada 4 horas.
De 4 a 7 años	1 Cucharada cada 6 horas.
Mayor de 8 años	1 Cápsula x 250 miligramos cada 6 horas.

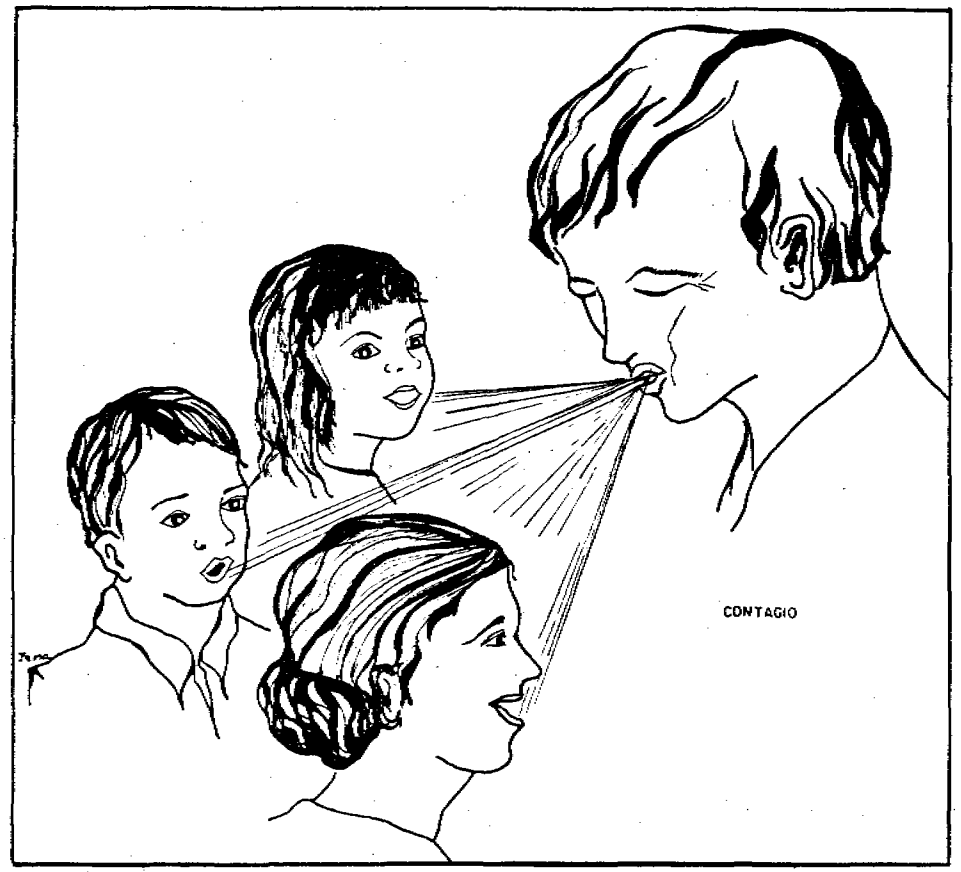
— Remitir el enfermo al hospital, si en 2 días no ha presentado mejoría.

— Continuar con la dosis de Ampicilina en igual forma, por 5 días si el enfermo presentó mejoría al segundo día.

4. Tos con fiebre y desgarro, por más de 2 semanas.

Esta tos contínua, con desgarro y malestar, puede ser la aparición de una grave enfermedad llamada Tuberculosis.

TUBERCULOSIS

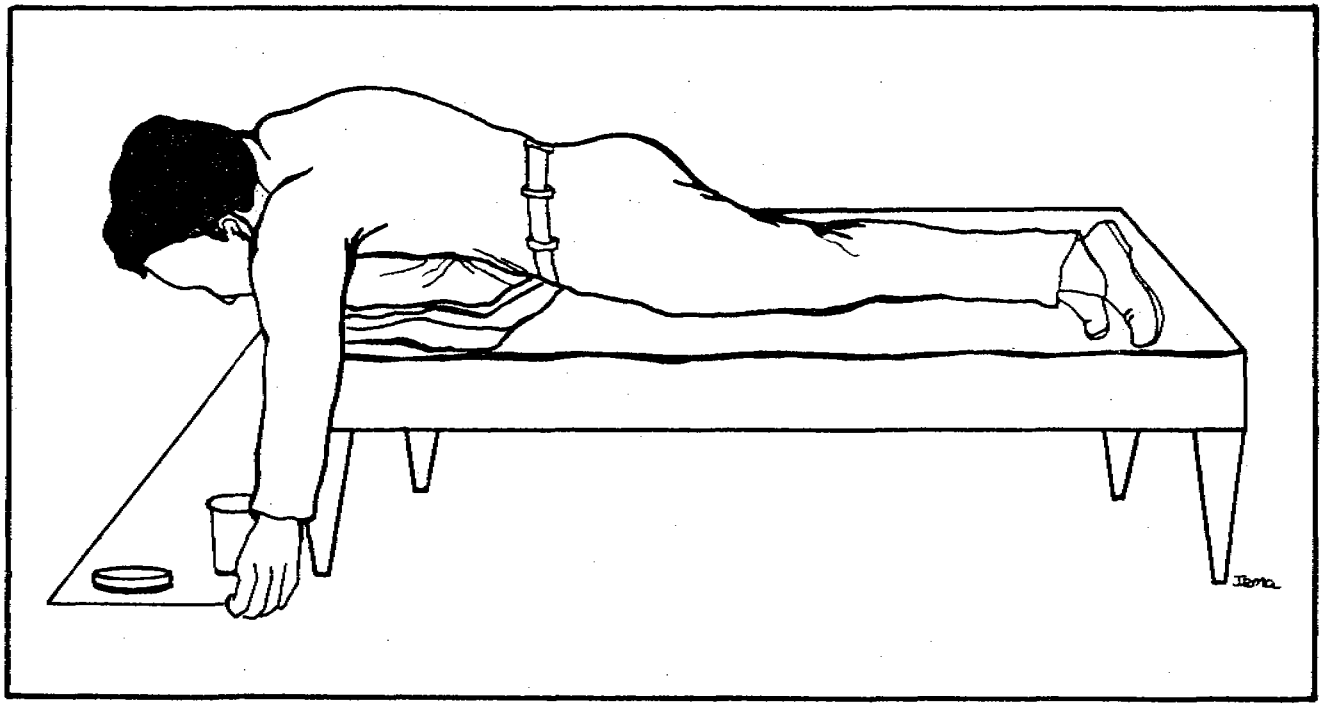


Es una enfermedad grave que se anida en los pulmones.

Se transmite por la tos de una persona enferma, quien al toser expulsa los microbios que producen la enfermedad.

Las personas desnutridas, la adquieren al respirar en el mismo ambiente que tose la persona enferma.

Cuando usted vea o sepa de una persona que tose todos los días, especialmente cuando se levanta por la mañana y además presenta malestar, sospeche que es un enfermo de Tuberculosis.



CONDUCTA

— Tomar la muestra para hacer una baciloscopia del desgarro que produce una tos fuerte, acumulando en el mismo vaso, el producto de 3 desgarros; esto debe hacerse al despertar.

— Tapar el vaso en donde se ha desgarrado, marcarlo con el nombre del enfermo y llevarlo al Centro de Salud sin dejar que se caliente con el sol.

— Averiguar si el resultado de la muestra es positivo (+).

— Enviar el enfermo al médico, si tiene una baciloscopia positiva (+) para que le ordene el tratamiento.

— Explicar al enfermo que para curarse tendrá que tomar la droga todos los días durante 1 año.

— Explicar y controlar el tratamiento en la siguiente forma:

TRATAMIENTO DURANTE UN AÑO	DIARIO DURANTE LOS 30 PRIMEROS DIAS DE TRATAMIENTO			11 MESES RESTANTES SOLAMENTE LOS MARTES Y VIERNES	
	Estreptomicina	Isoniozida	Triorazida	Estreptomicina	Isoniazida – Abundantes líquidos
Menores de 2 años	1/4 de frasco	1 tableta		1/4 de frasco	4 tabletas
2 – 6	1/4 de frasco	2 tabletas		1/4 de frasco	4 tabletas
7 – 14	1/2 frasco	3 tabletas		1/2 frasco	6 tabletas
15 – 49	1 frasco		1 tableta	1 frasco	8 tabletas
– de 50	1/2 frasco		1 tableta	1 frasco	8 tabletas

— Educar a la familia sobre el peligro de contagio de la enfermedad.

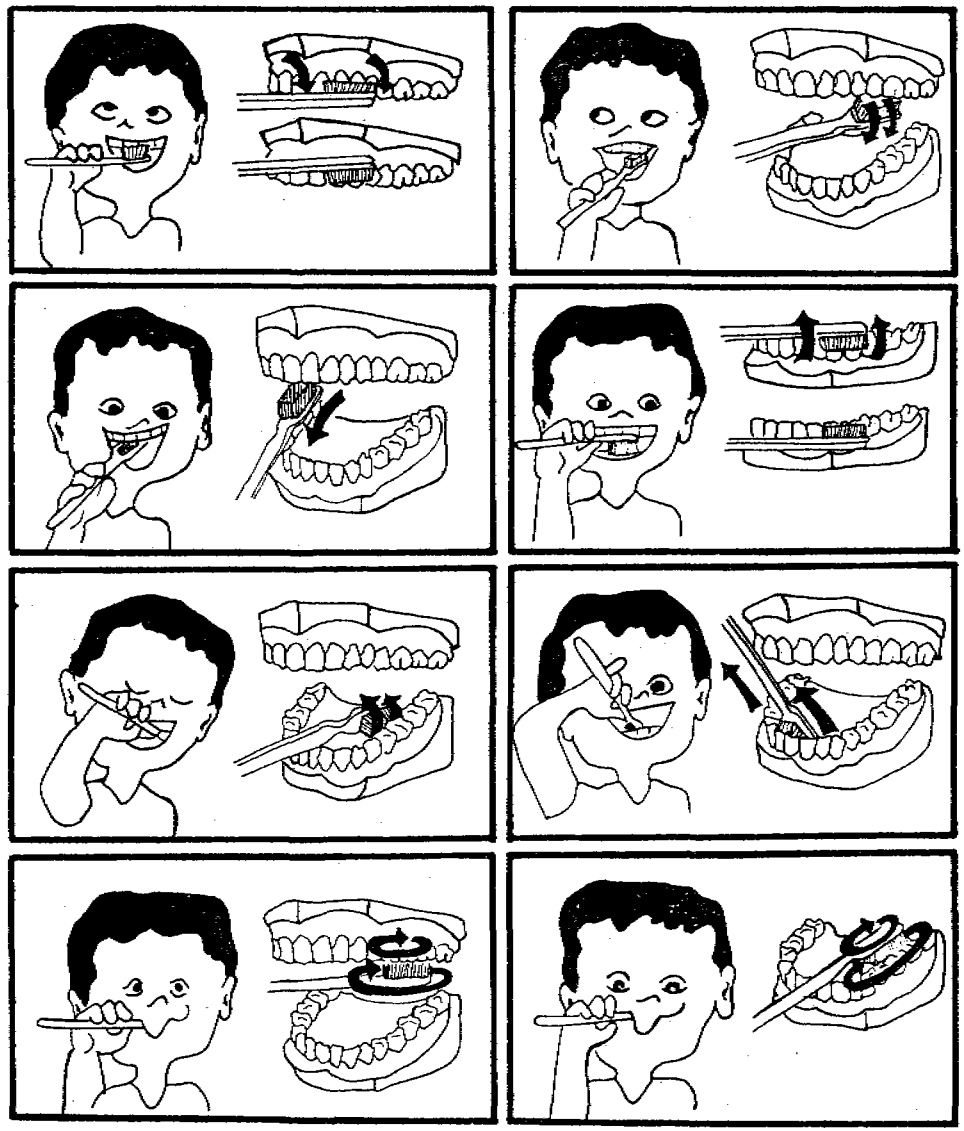
— Responsabilizar al enfermo sobre su curación.

— Insistirle al enfermo en que beba abundantes líquidos cuando tome las pastillas.

— Aplicar el tratamiento diariamente sin interrupción, durante un año, en la forma indicada en el cuadro anterior.

— Explicar al enfermo sobre la importancia que tiene el asistir al Centro de Salud, para el control mensual de enfermería.

PREVENCION DE LAS ENFERMEDADES DE MUELAS, DIENTES Y ENCIAS



La prevención consiste en realizar ciertas acciones para evitar la aparición de picaduras en los dientes y enfermedades en las encias.

CONDUCTA

— Enseñar la forma adecuada de cepillar los dientes, después de cada comida.

— Educar a la gente sobre la importancia de ir al dentista, por lo menos cada 6 meses para que le haga un examen de los dientes.

1. Dolor de muela o diente.

Es producido por una picadura (carie) en la pieza dentaria.

— Lavar dentro del hueco que ha dejado la picadura, con agua hervida tibia, utilizando para esto una jeringa sin aguja.

— Dar una tableta de aspirina para quitar el dolor.

— Enviar el enfermo al dentista del Organismo de Salud más cercano.

HINCHAZON EN LA CARA POR ABSCESO DENTAL

2. Dolor de muela con hinchazón en la cara.

— Hacer buches tres veces al día con una solución de: en un litro de agua disuelva una onza de Sulfato de Magnesia.

— Explicar al enfermo que no debe ponerse paños calientes en la cara ni untarse pomadas.

— Enviar el enfermo al Dentista del Organismo de Salud más cercano.

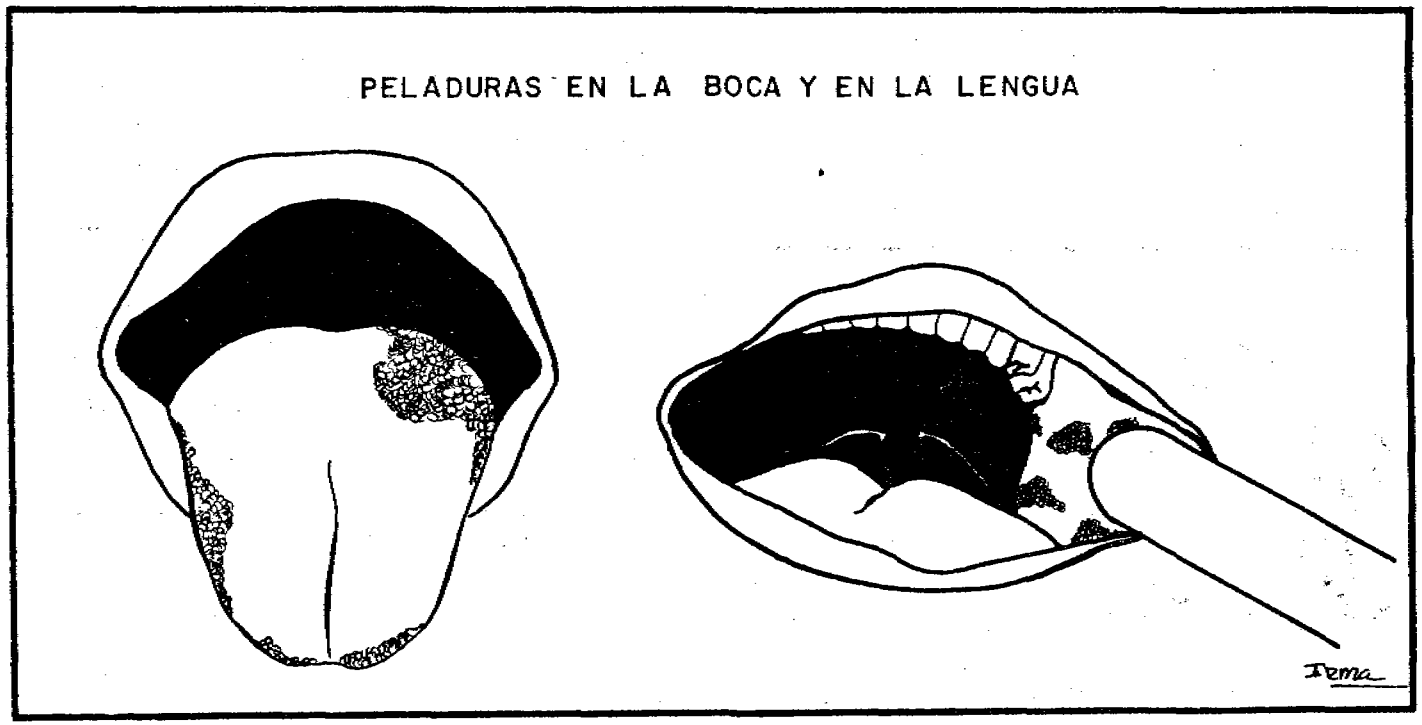
3. Peladuras en la boca y en la lengua.

— Humedecer un pedacito de algodón en Violeta de Genciana y untar sobre la peladura o sobre los puntos blancos que se vean en la boca 4 veces al día.

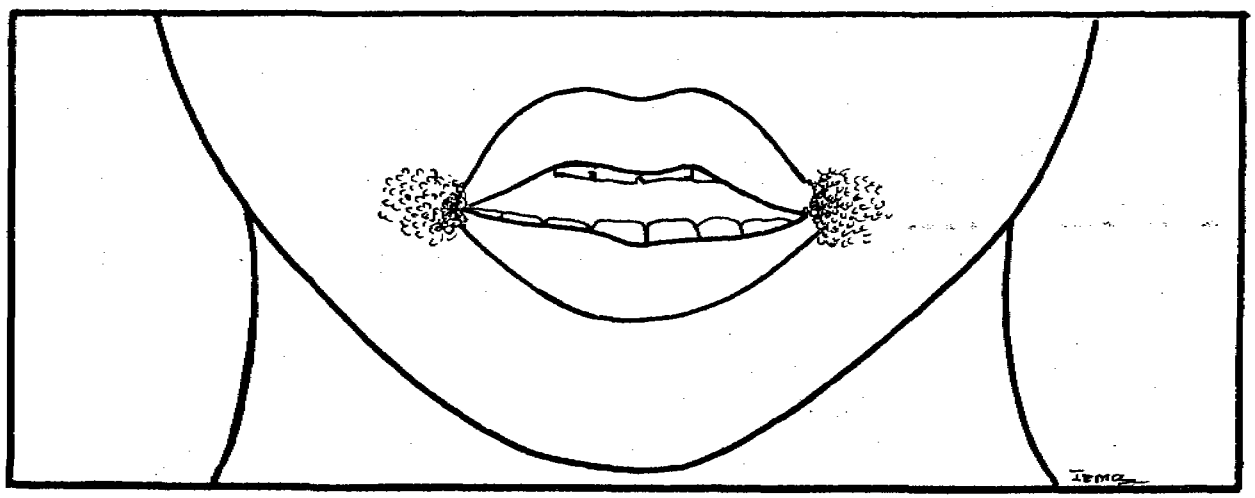
— Untar sobre la herida manteca de cacao, una vez esté seca la Violeta de Genciana.

— Remitir el enfermo al Centro de Salud, si a los 4 días de estar haciéndole este tratamiento no mejora.

PELADURAS EN LA BOCA Y EN LA LENGUA



PELADURAS EN LAS COMISURAS DE LOS LABIOS



4. Hemorragia después de haber sacado una muela o un diente.

— Humedecer un pedacito de gasa estéril en AGUA OXIGENADA y colocarla sobre la herida que sangra.

— Hacer que el enfermo muerda duro sobre la gasa, durante 15 minutos.

— Observar, pasado este tiempo, si la hemorragia continúa, en tal caso volver a colocar un nuevo pedazo de gasa, y hacer que la persona la muerda haciéndole presión.

— Remitir la persona al Centro de Salud si la hemorragia no pasa en 1/2 hora.

— NO HACER BUCHES CALIENTES, esto aumenta la hemorragia.

— Evitar que la persona se asolee o haga ejercicios fuertes, hasta que se vea que la hemorragia ha cesado completamente.

RABIA

Es una enfermedad mortal que es transmitida a las personas o a los animales cuando son mordidos o lamidos en una herida por un perro, un gato, una rata o cualquier otro animal rabioso.

LA RABIA SE EVITA VACUNANDO A LOS ANIMALES

CONDUCTA

Colaborar con el Promotor de Saneamiento para evitar el contagio de la rabia:

— Enseñando a la familia que debe hacer vacunar a todos los perros y gatos que haya en la casa.

— Informar al Promotor de Saneamiento cuántos perros hay en su vereda.

— Acordar con el Promotor de Saneamiento el día la hora y el lugar en que se va a vacunar a los animales.

— Informar sobre estos datos a todos los vecinos de la vereda para que lleven ese día, a esa hora y a ese sitio a los perros.

COMO RECONOCER UN ANIMAL ENFERMO DE RABIA

—Se ve furioso a toda hora.

— Trata de morder todo lo que puede.

— Le dan ataques (convulsiones) y luego se paraliza.

— Babosea.

— No bebe agua.

— Le fastidia la luz.

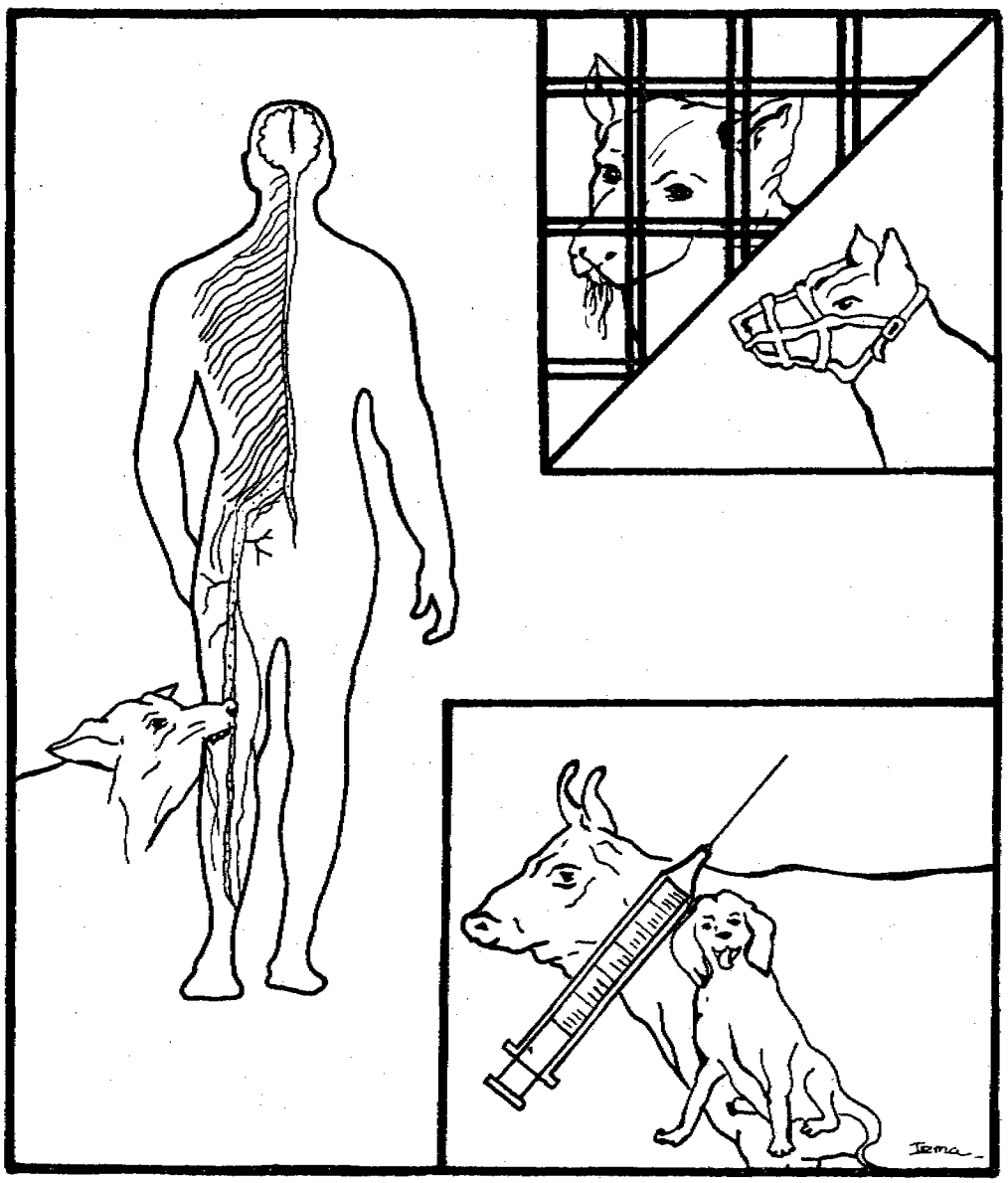
— Se le paraliza la boca y finalmente se queda quieto.

Estas señales indican rabia, y por lo tanto se debe:

CONDUCTA

— Encerrar o amarrar el animal, para que no muerda a la gente o a otros animales.

— Avisar al Promotor de Saneamiento del Organismo de Salud más cercano.



ENCEFALITIS EQUINA O PESTE LOCA

Es una enfermedad grave que puede producir la muerte en el ser humano, en caballos, burros y mulas. Se produce por la picadura de mosquitos o zancudos.

RECONOCIMIENTO DE LA ENFERMEDAD

El animal:

— Tiembla.

— Camina en círculos

— Los ojos le dan vueltas

— Se debilitan mucho y sudan abundantemente.

El ser humano presenta:

— Fiebre

— Dolor de cabeza

— Dolor en todo el cuerpo

— Delirio (tiene visiones)

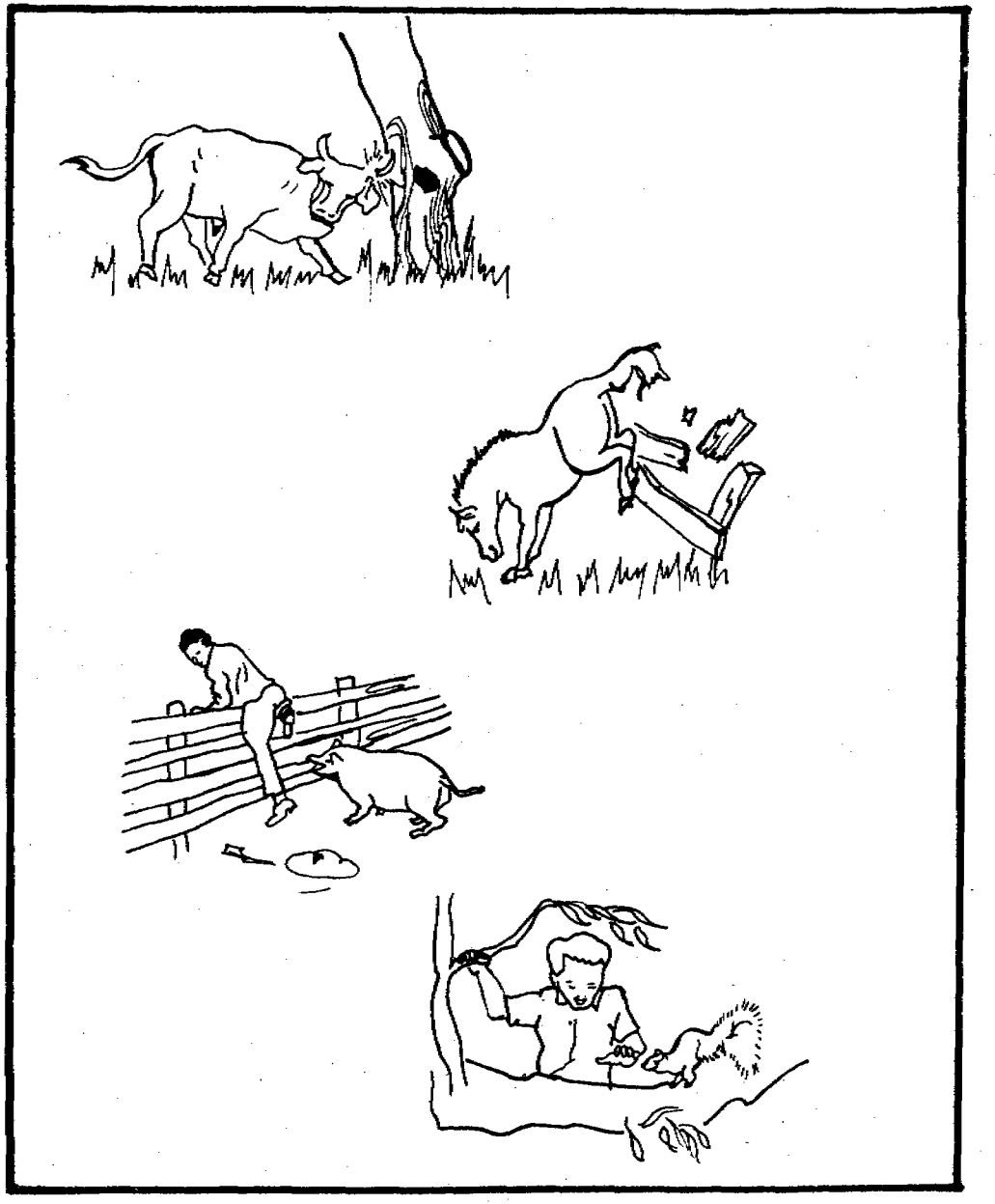
LA ENCEFALITIS SE EVITA CON LA VACUNA

— Enseñar a las familias sobre la importancia de vacunar los caballos, los burros y las mulas.

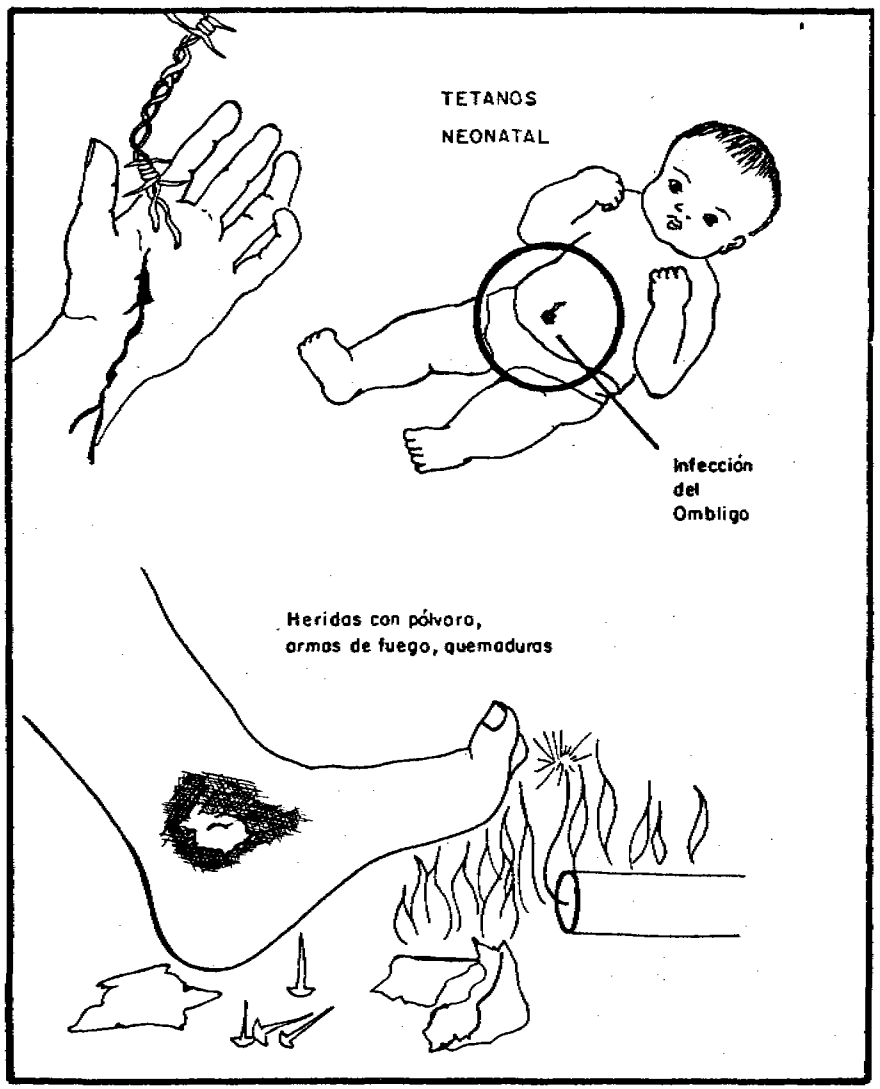
— Eliminar y evitar los criaderos de mosquitos o zancudos.

— Protegerse de las picaduras de estos insectos.

— Informar al Promotor de Saneamiento si observa un animal sospechoso de presentar la enfermedad.



TETANOS



Es una enfermedad mortal que entra al cuerpo humano por las heridas.

En el bebé se contagia por la herida del ombligo.

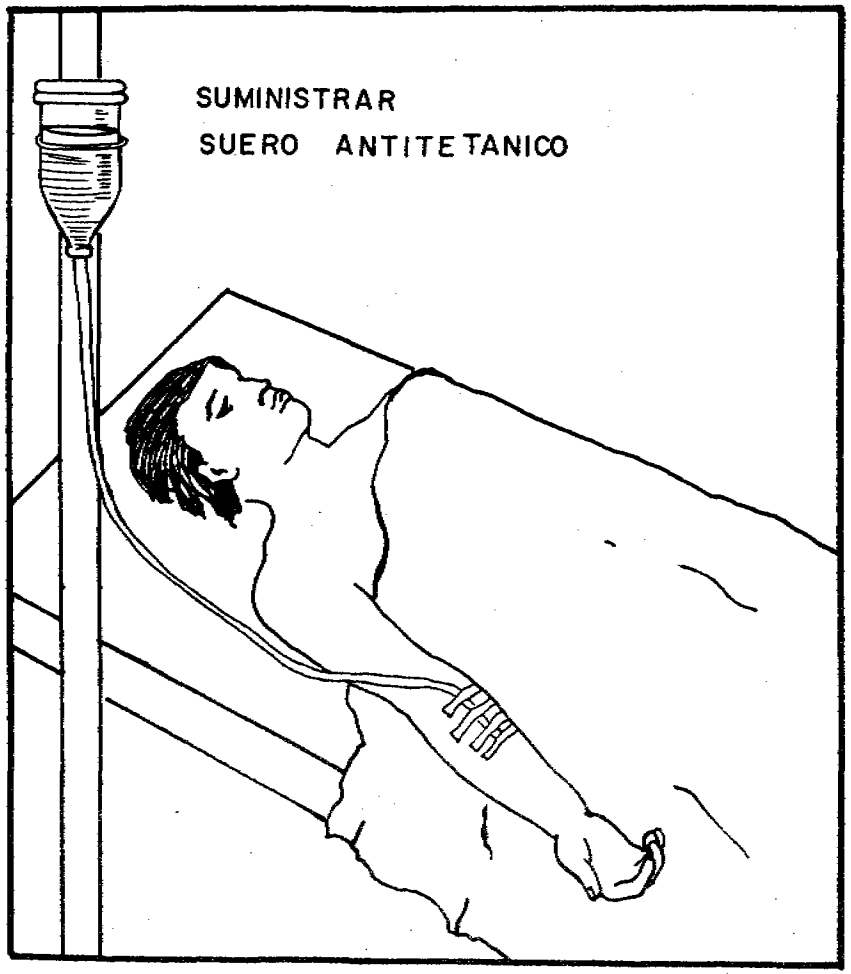
Si una persona se ha herido:

— Cortándose con una lata.

— Rasgándose la piel con un alambre.

— Enterrándose un vidrio o un pedazo de metal que está en el suelo.

— Al bebé le supura el ombligo.



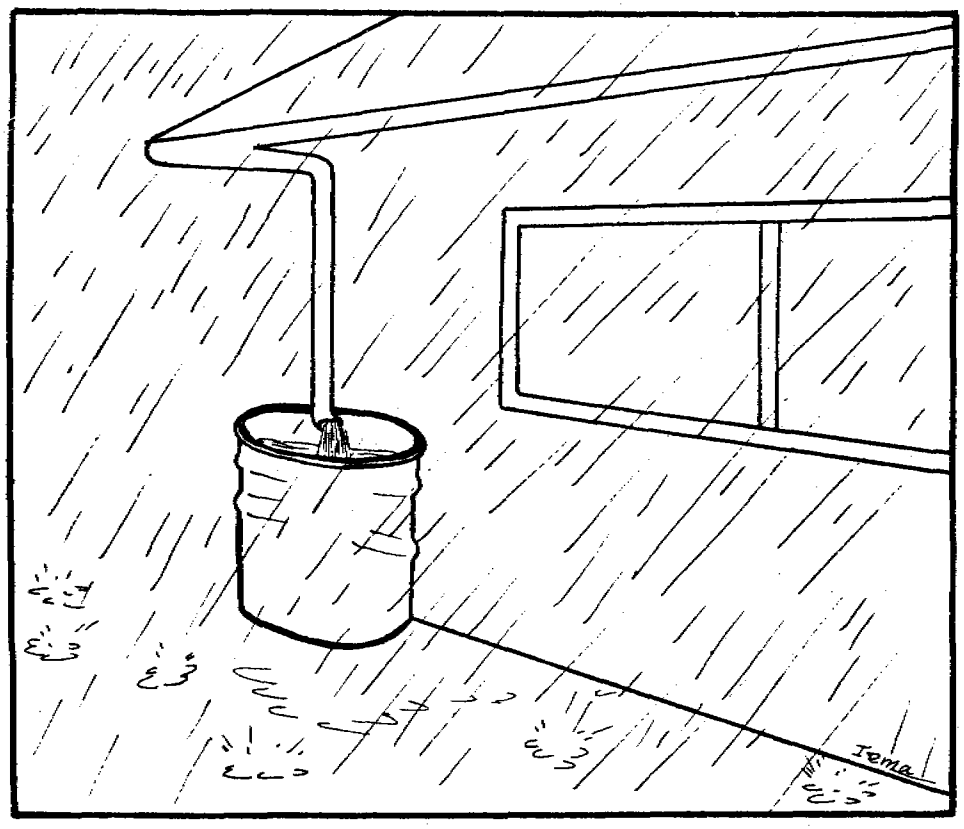
En cualquiera de estos casos:

— LLEVE la persona INMEDIATAMENTE AL ORGANISMO DE SALUD más cercano, para que le apliquen el SUERO ANTITETANICO.

— Prevenga la enfermedad aplicando la VACUNA contra el tétanos, a los niños.

SANEAMIENTO AMBIENTAL

SANEAMIENTO AMBIENTAL



AGUAS

El agua se obtiene principalmente de: lluvias, quebradas o ríos y aljibes.

RECOLECCION DE AGUA

1. Lluvia.

— Se debe esperar a que llueva un rato para que el agua juague las tejas.

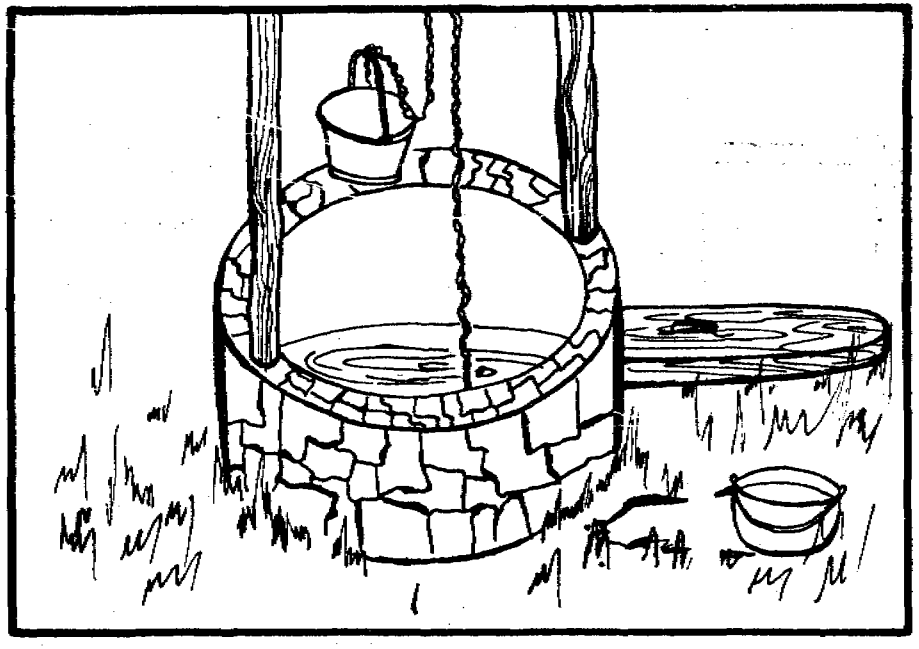
— Lavar bien las vasijas en que se va a recoger el agua.

— Colocar las vasijas debajo del chorro que cae del tejado.

— Tapar las vasijas para evitar que caiga polvo o mugre al agua lluvia recogida.

2. Quebradas o ríos.

— Recoger el agua que pasa por la corriente. NUNCA de los pozos.



— Dejarla decantar o asentar.

3. De aljibes.

— Mantener el aljibe tapado.

— Sacar el agua con una vasija limpia, que no hayan pisado las moscas.

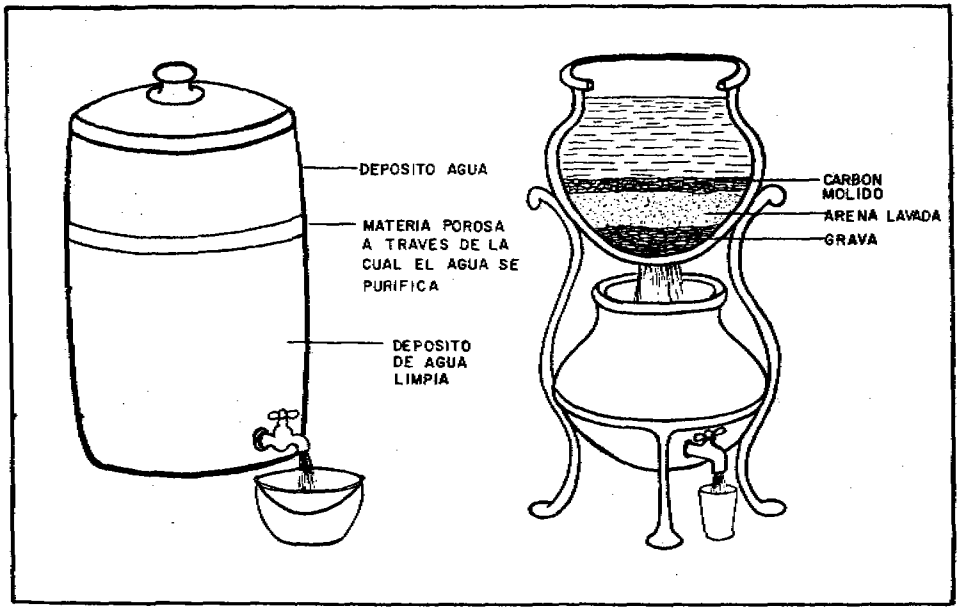
USO DEL FILTRO DE AGUA

— Curar el filtro durante 15 días llenando diariamente el depósito de arriba con agua y sacándola por la llave. Durante estos días NO se debe usar el agua para BEBER.

— Lavar el depósito de abajo con agua hirviendo, luego de los 15 días de curar el filtro, y después empezar a utilizar el agua para beber.

— Dejar aclarar el agua antes de echarla al depósito de arriba.

— Mantener tapado el filtro.



— Llenar el depósito superior, cuantas veces sea necesario para mantener agua filtrada permanentemente.

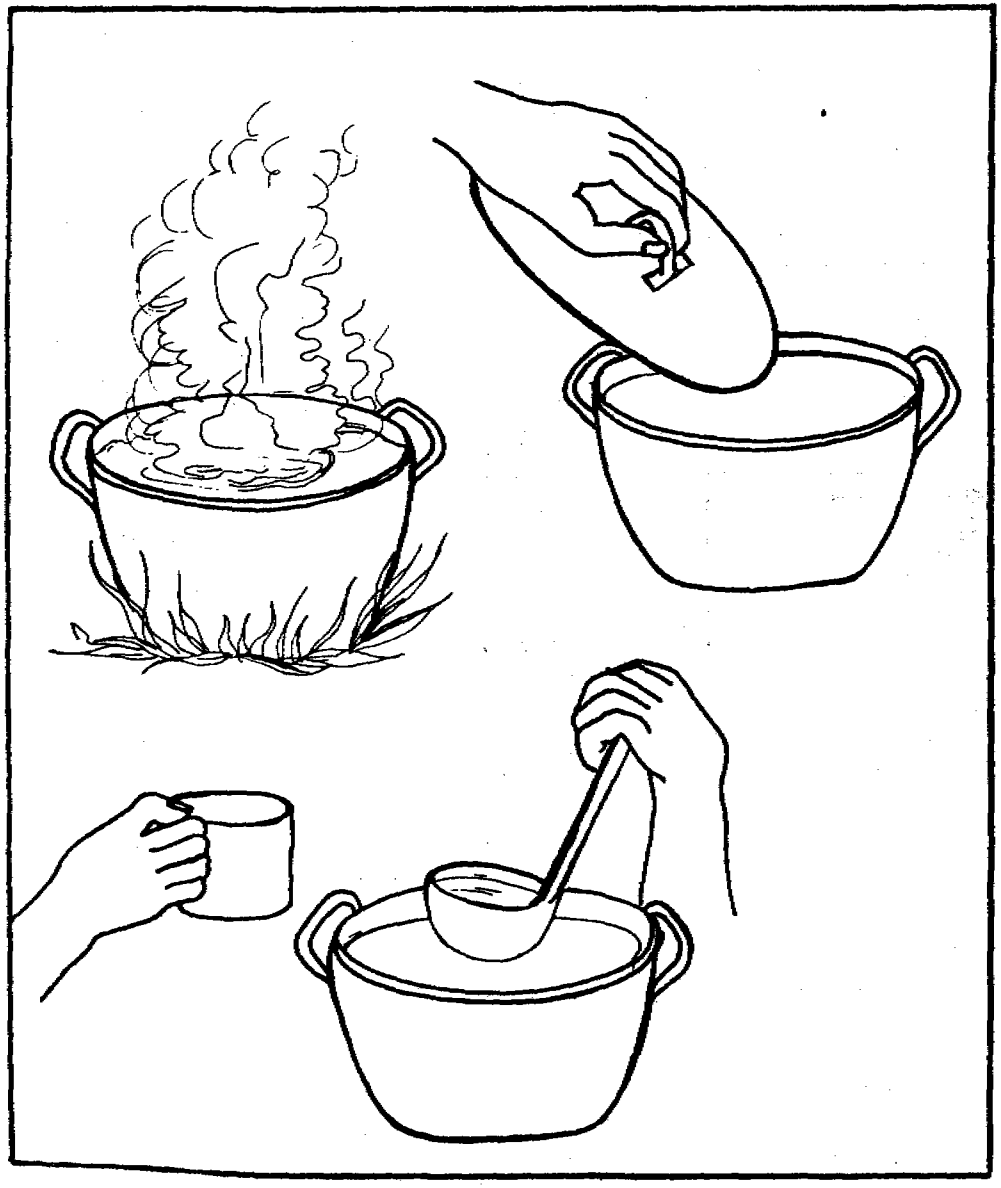
— Lavar el depósito de arriba cada vez que se vea mugre en el fondo o que esté filtrando poco. Para esto debe usarse una estopa o estropajo, NUNCA esponja o cepillo duros, pues se daña el filtro.

— Juagar con agua hirviendo.

PURIFICACION Y POTABILIZACION DEL AGUA

— Filtrarla, en filtro de cemento o en el filtro casero.

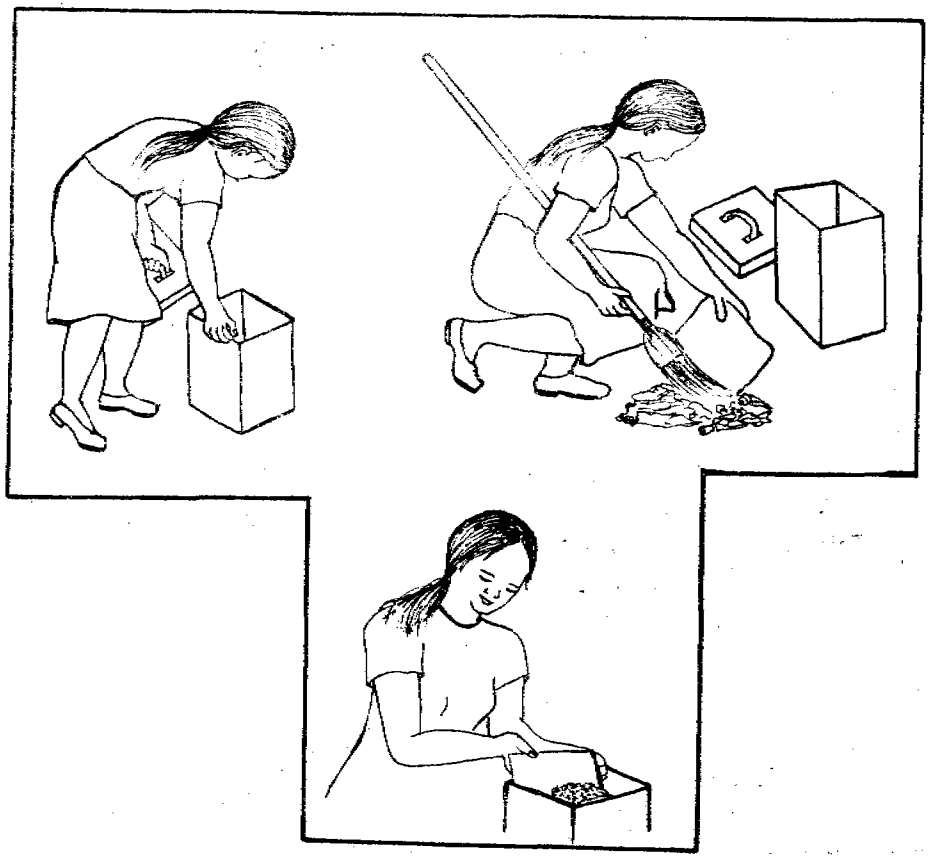
— Hervirla durante 15 minutos, contando el tiempo desde que empieza a hervir a borbotones.



— Guardar el agua filtrada y hervida en una olla tapada y tener un jarro o cucharón limpio y tapado, para que no le pisen las moscas ni le caiga mugre.

— Sacar el agua de la olla con el cucharón o jarro.

BASURAS

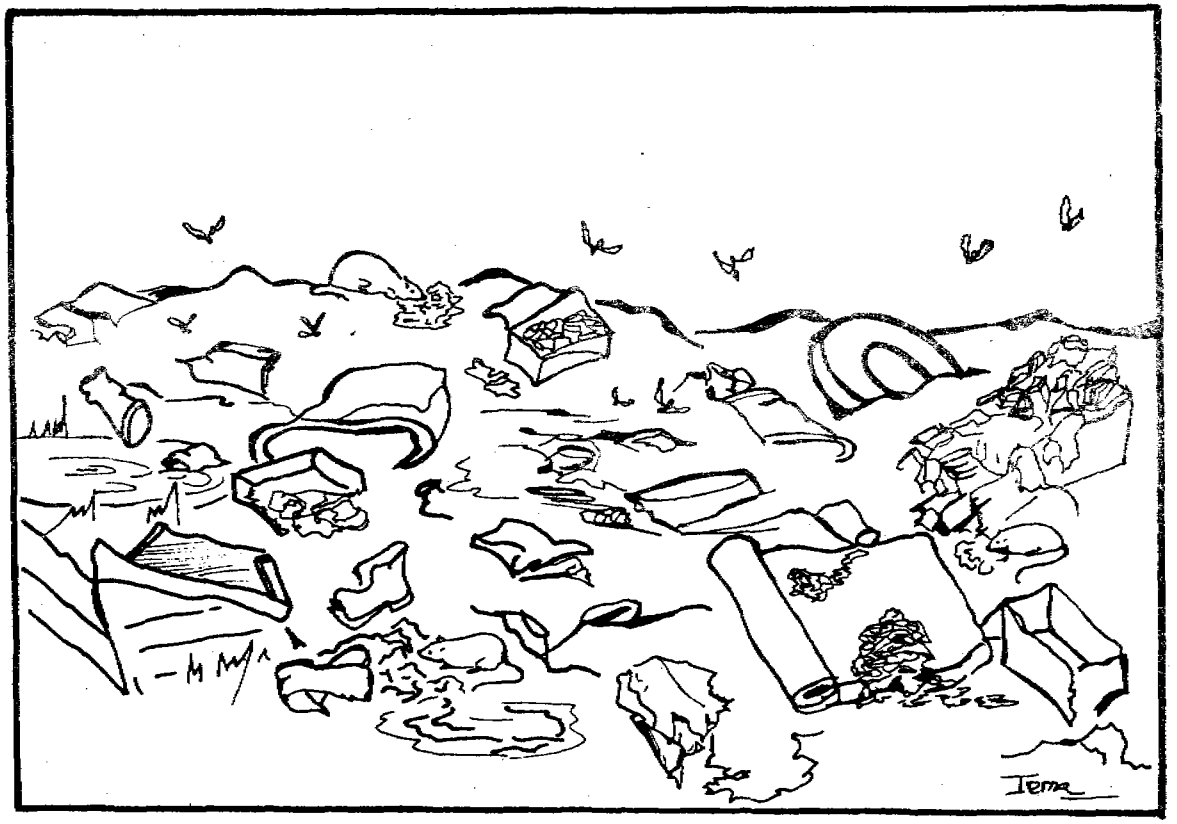


Las basuras son peligrosas para la salud de la gente porque dentro de ella se crian moscas e insectos que causan enfermedades, sirven de alimento para las ratas y producen malos olores.

CONDUCTA

— Botar la basura en una caneca o tarro y mantenerlo tapado.

— Destruír las basuras.


Tema

1. Quemándolas.

— Hacer un hueco y reunir allí la basura y luego prenderle fuego hasta convertirlo en ceniza.

— Recoger la ceniza y utilizarla como abono para las plantas.

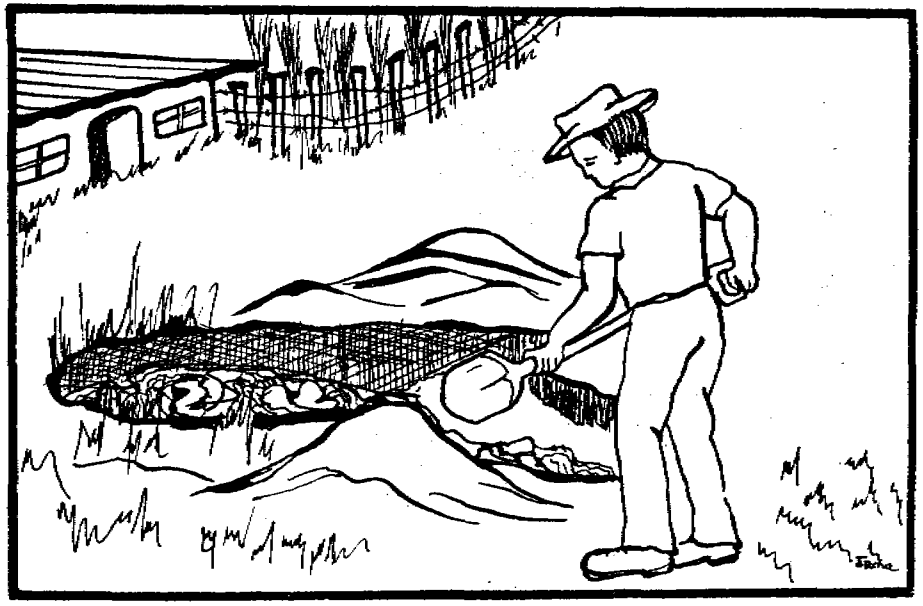
2. **Enterrándolas.**

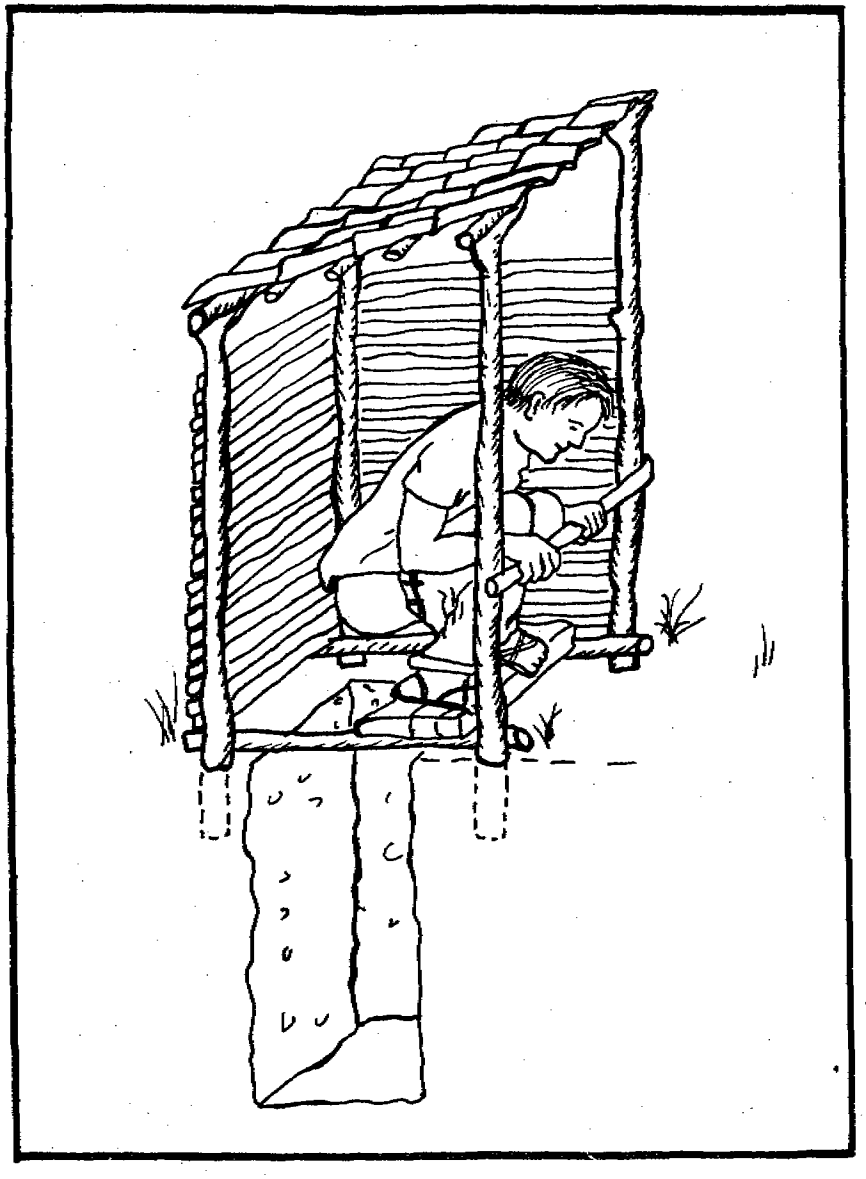
— Hacer una zanja larga y bien onda.

— Echar la basura en la zanja y cubrirla con tierra.

— Utilizar la zanja hasta llenarla.

— Después de 3 meses de tener la basura enterrada y tapada con tierra, se puede revolver todo y obtener de esta mezcla abono para las matas.

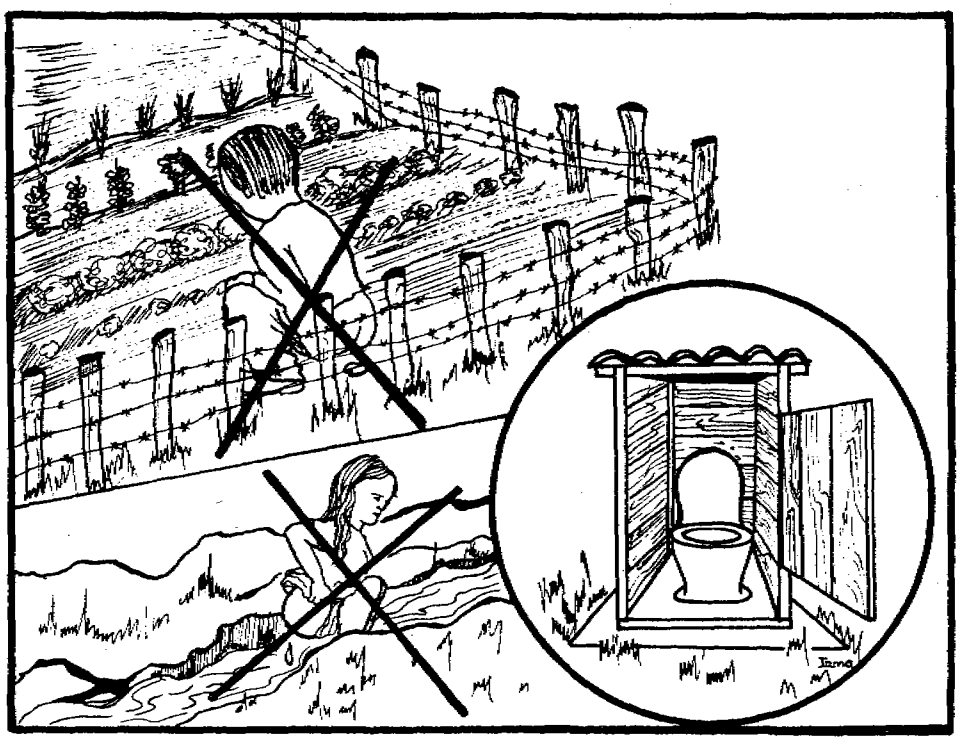




EXCRETAS

Las excretas, materias fecales o escrementos contienen muchas infecciones y huevos de animales que viven en el intestino del hombre y de los animales.

Esta es la razón por la cual se deben depositar las escretas en un sitio apropiado para evitar que sean motivo de contagio de enfermedades como: Amebiasis, Diarrea, Anemias y demás parasitosis.



EDUCAR a la familia sobre:

— El PELIGRO que produce el contaminar el agua con excretas ya que estas van a llevar todas las enfermedades a otras familias que consumen esa agua o van a rociar sus verduras con agua infectada por excretas.

— La importancia que tiene utilizar la letrina para beneficio de la salud de la familia y de los vecinos.

Si en la casa existe letrina.

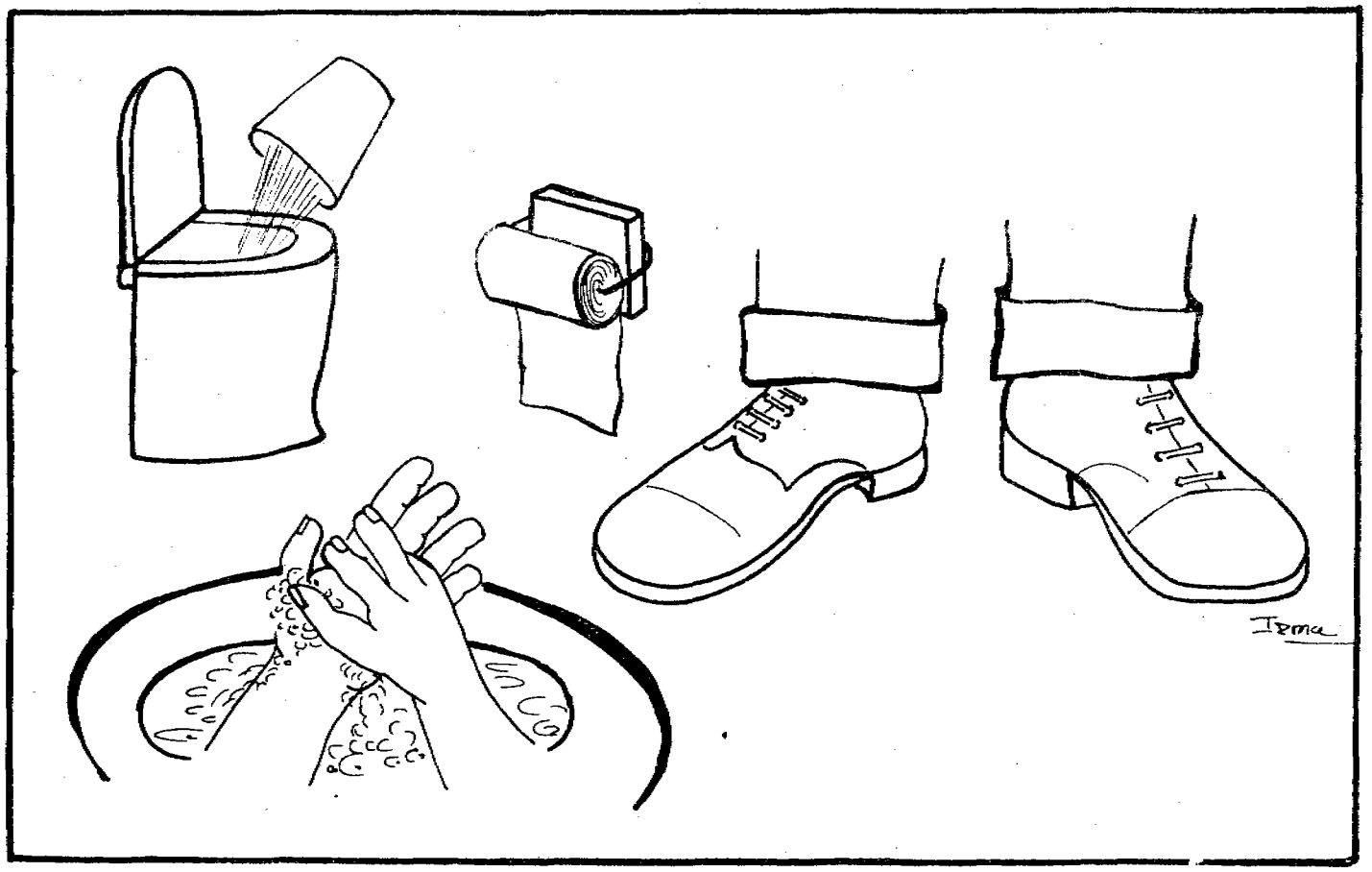
— Lavar la letrina, después de usada, echándole un tarro de agua.

— Lavarse las manos con agua y jabón, luego de haber utilizado la letrina.

Si en la casa existe hoyo seco.

Asegurarse que el hoyo NO esté situado cerca ni sobre una corriente de agua.

— Mantener el hoyo tapado.

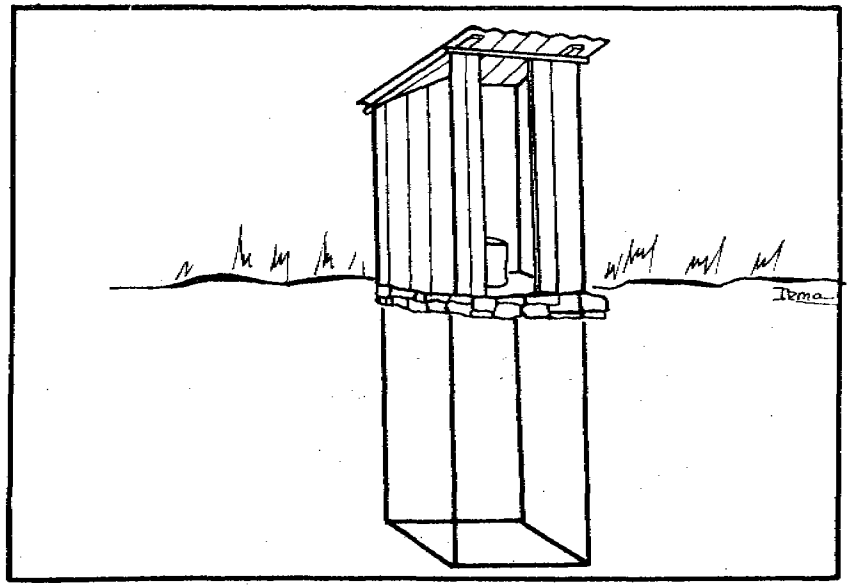


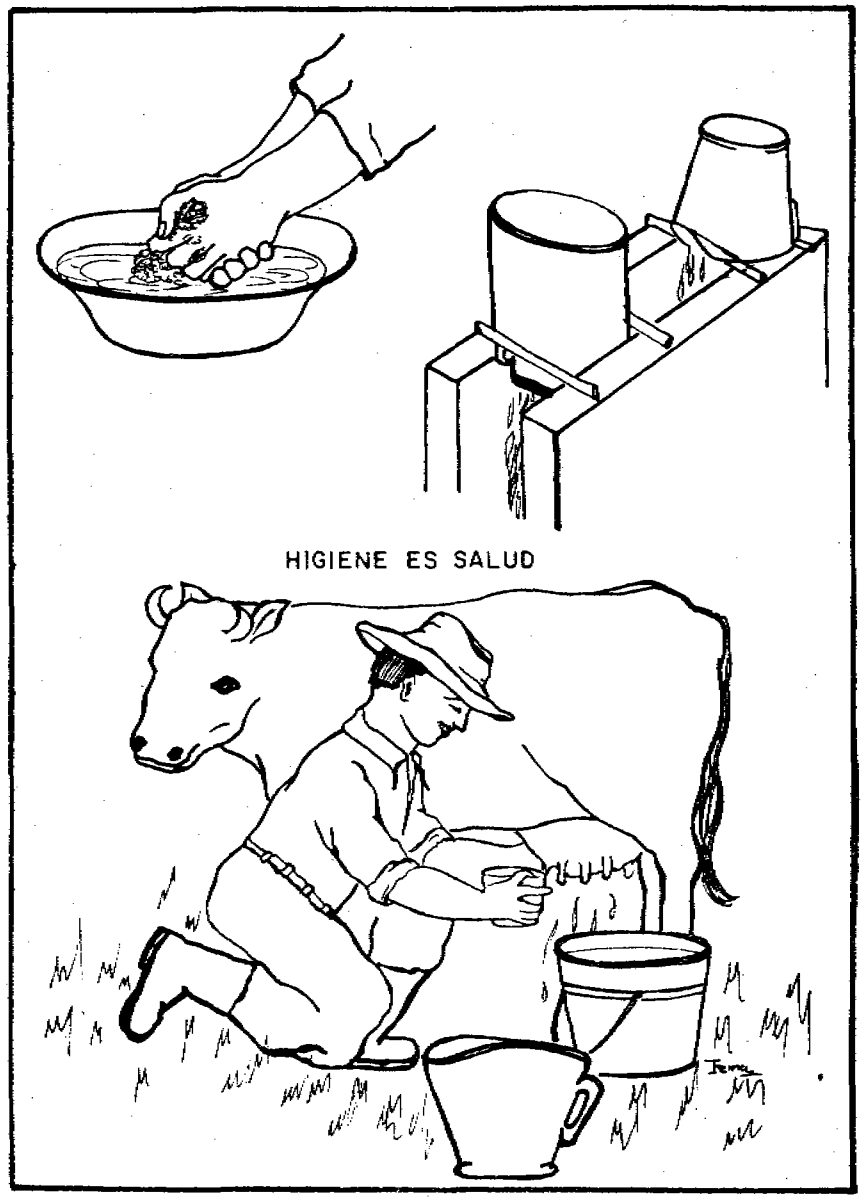
Si en la vivienda no existe letrina:

— Pedir ayuda al Promotor de Saneamiento para que les enseñe en donde y cómo construír la letrina.

— Debe construírse lejos de corrientes de agua.

— Debe estar lejos de la casa para evitar los malos olores.





ALIMENTOS

Para que los alimentos nos sean útiles para vivir, es necesario conservarlos y protegerlos a fín de evitar su descomposición y por lo tanto nos causen enfermedades al comerlos.

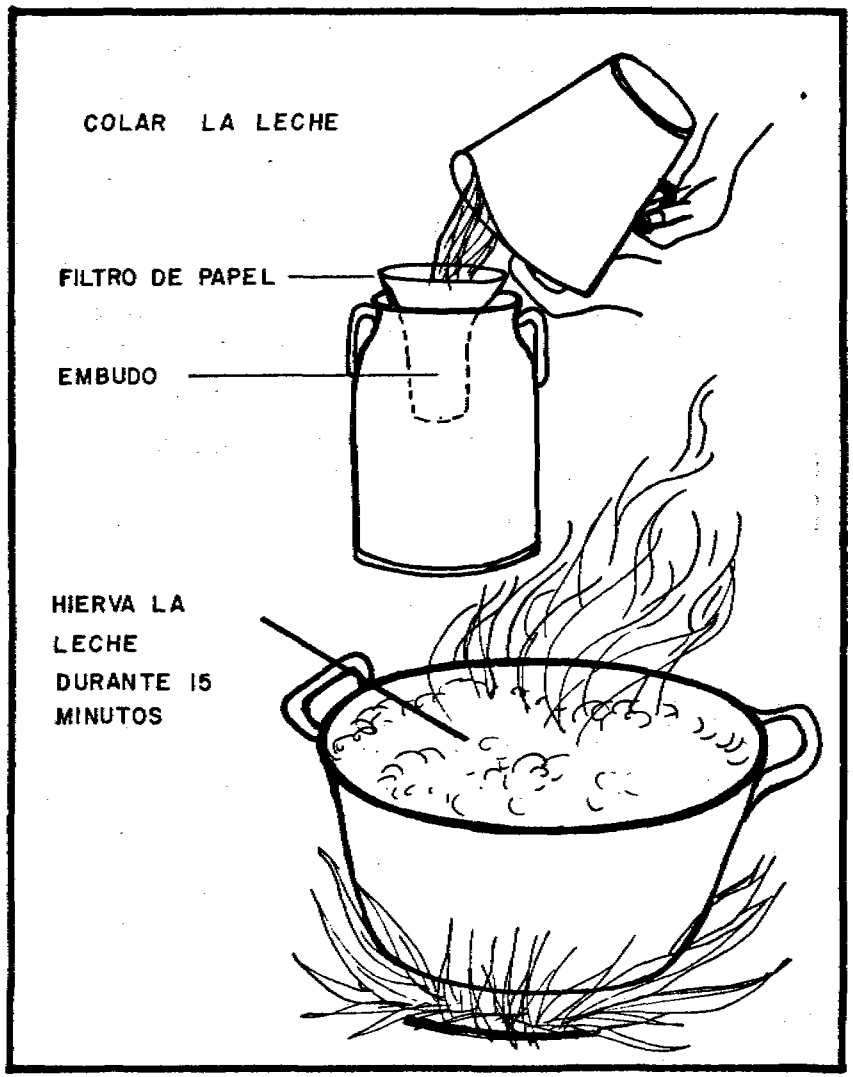
CONSERVACION DE ALIMENTOS

1. Leche.

Al ordeñar la vaca se debe tener en cuenta:

— Lavarse bien las manos.

— Lavar la ubre de la vaca con agua LIMPIA, pues si el agua no es limpia, va a ensuciar la ubre con las infecciones que esta tiene y al pasar la leche por los pezones sucios se va también a infectar.



— Utilizar vasijas aseadas, lavadas con agua limpia y jabón a fín de no infectar la leche con la mugre o el agua sucia, que tenga la vasija.

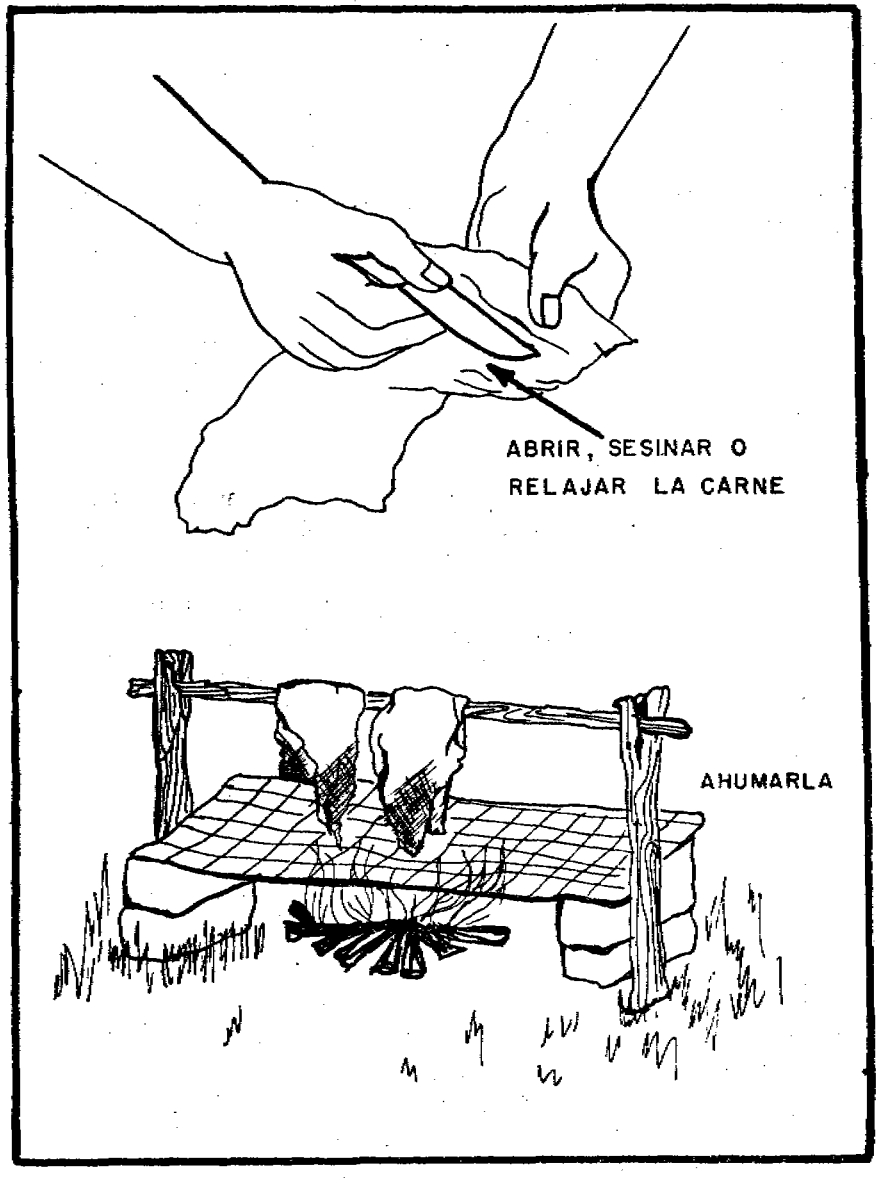
— Colar la leche con un pedazo de tela limpio, al pasarla a la cantina, para quitarle la mugre y los pelos que le hayan caido.

— Hervir la leche durante 15 minutos, contándolos a partir de cuando empieza a echar borbotones, batiéndola para que no se derrame.

— Dejarla enfríar y mantenerla tapada, en un sitio fresco para que no se agrie.

— Mantener la leche de buena calidad, esto se obtiene utilizándola como se ordeña SIN agregarle agua para rendirla.

LA LECHE HERVIDA ES EL MEJOR ALIMENTO PARA NIÑOS Y ADULTOS



2. Carne

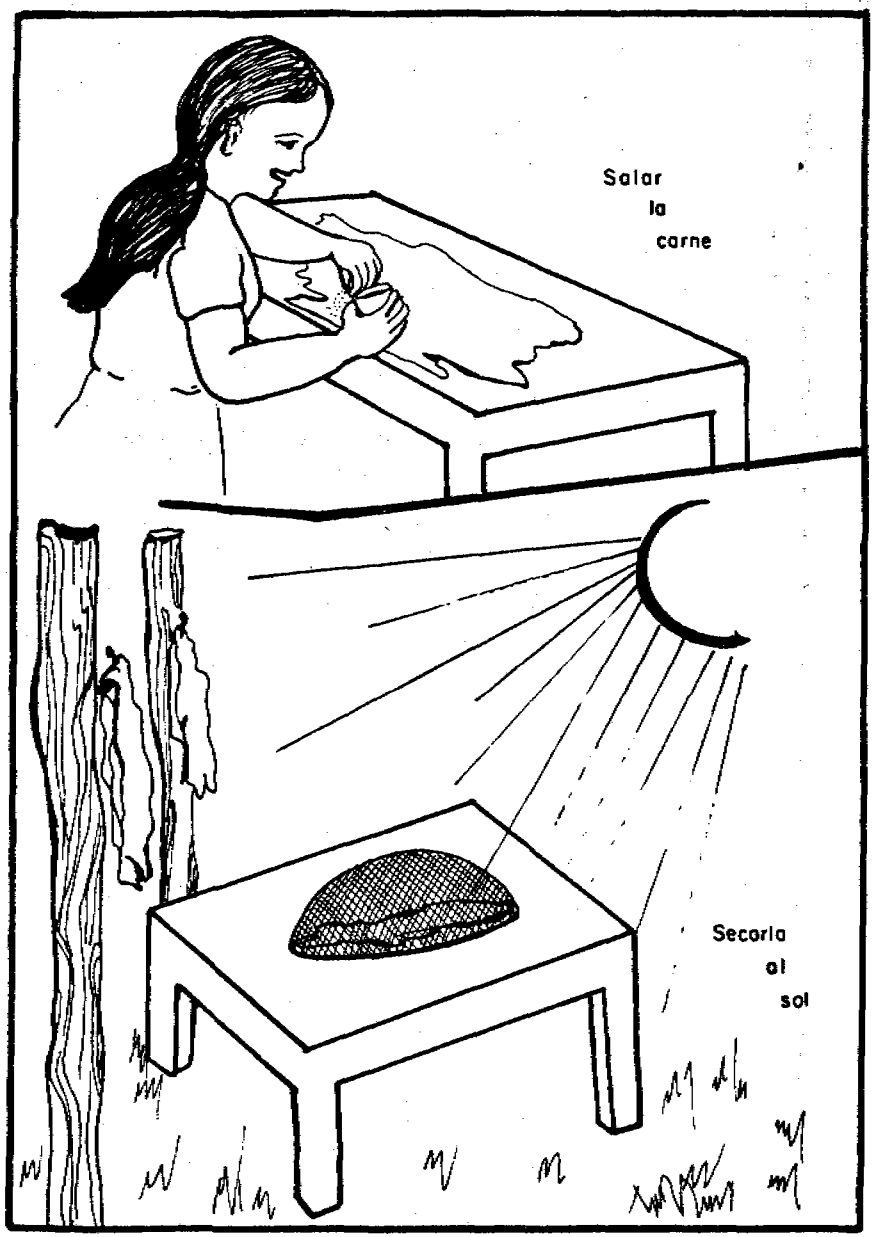
La carne fresca se debe comer bien cocida para evitar que se convierta en un elemento que contagie enfermedades de los animales al hombre.

2.1. Ahumar.

— Abrir, sesinar o relajar la carne, de manera que quede bien delgada.

Colocar sobre la brasa o parrilla hasta que tome un color carmelito.

Colgarla donde le de el sol.

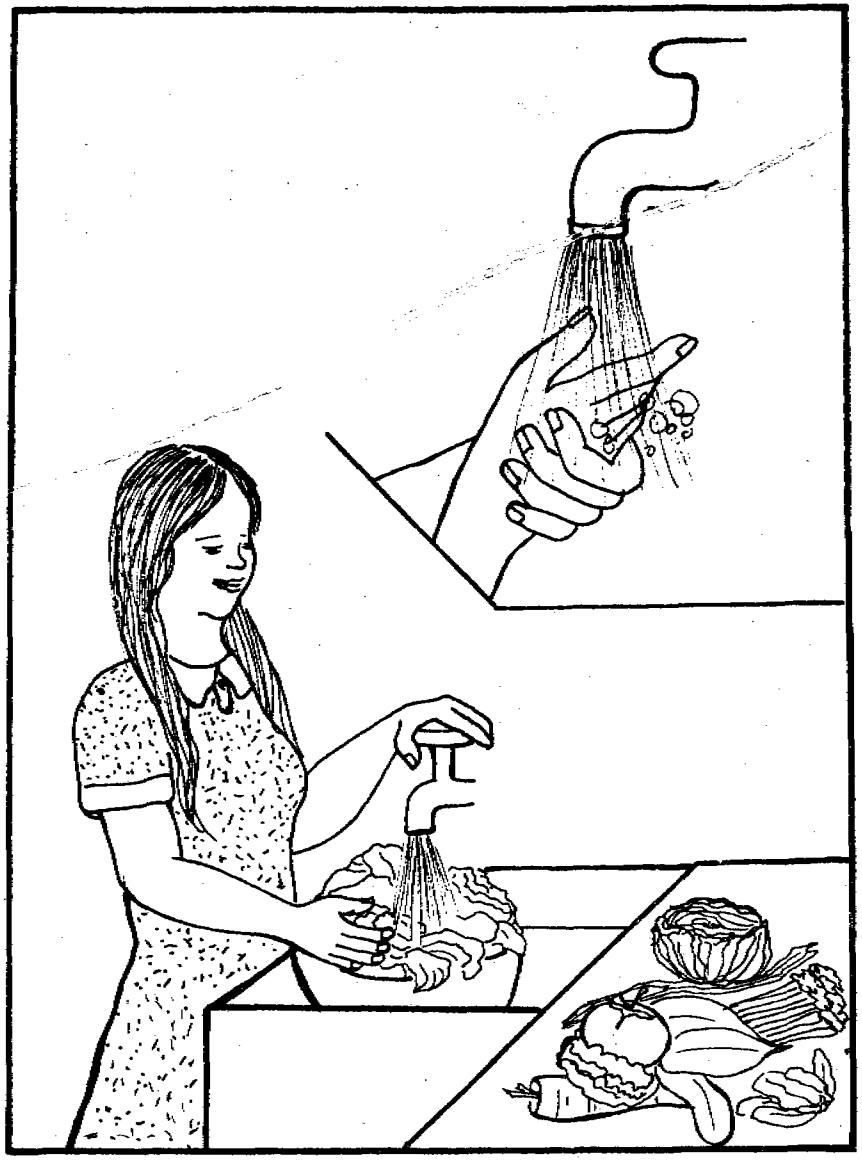


2.2. Salar.

— Abrir, sesinar o relajar la carne hasta que esté bien delgada.

— Rociarla con bastante sal por lado y lado.

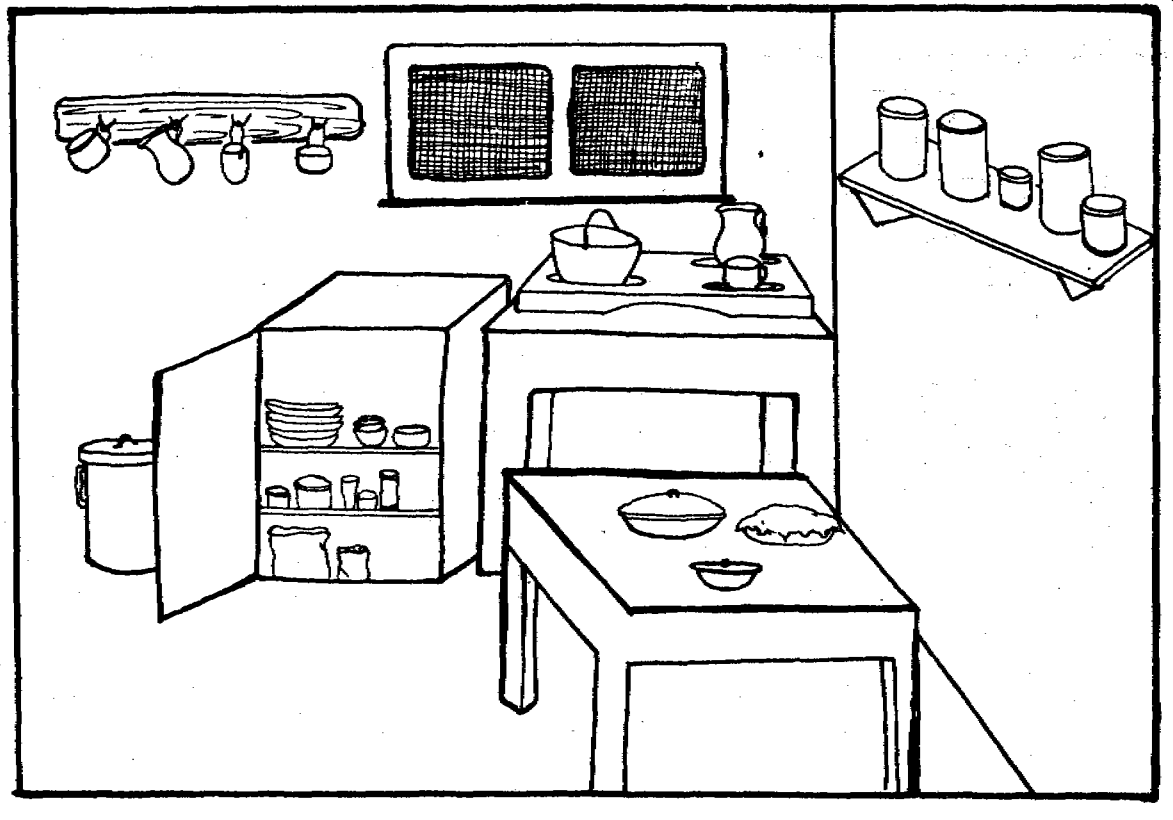
— Colgarla al sol.



3. Hortalizas

— Lavarlas bien con agua corriente LIMPIA, para quitarles los animales y la tierra.

— Enjuagarlas en un recipiente que contenga agua LIMPIA con sal.

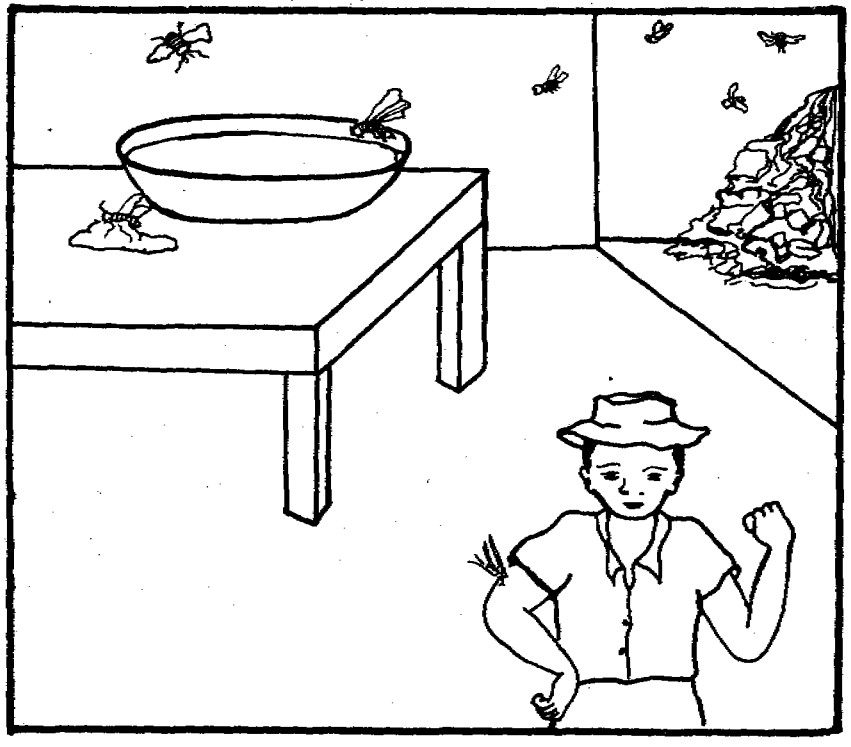


4. **Granos.**

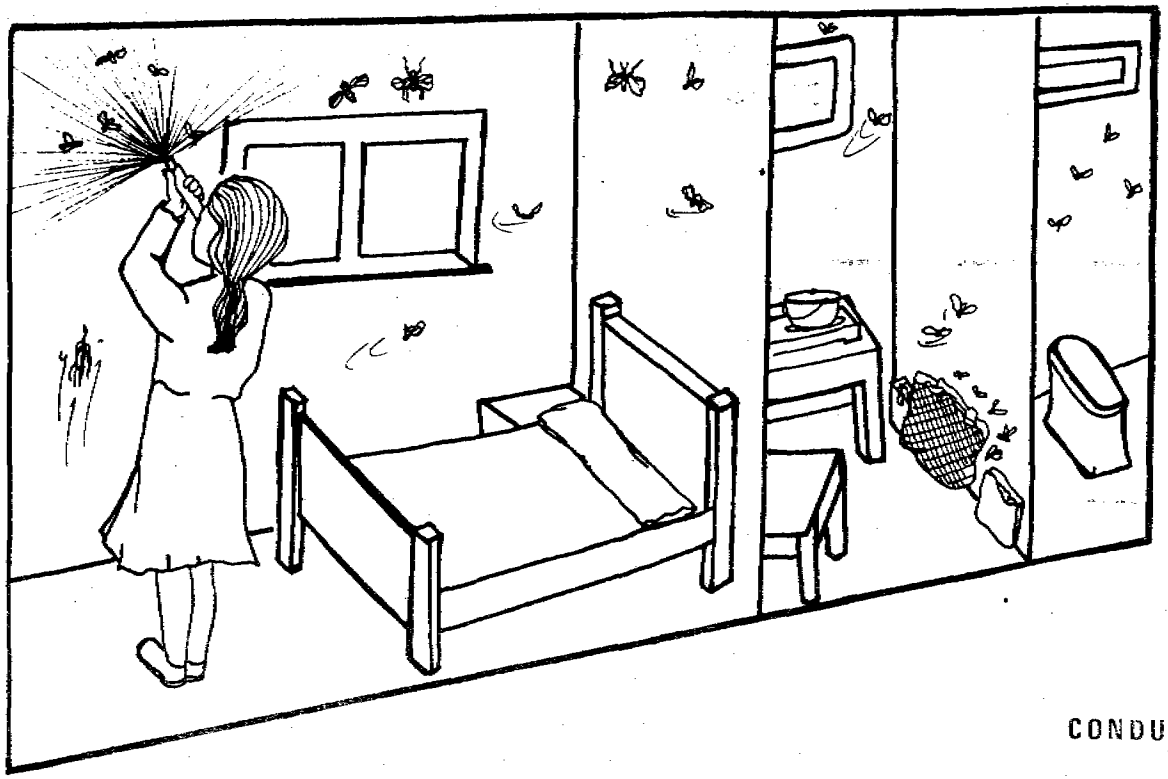
— Guardarlos dentro de tarros o frascos tapados en un lugar seco, para evitar que se dañen o se los coman las ratas.

— Tratar de no guardarlos por mucho tiempo, para evitar que se descompongan.

INSECTOS



Estos animales pican al hombre y le transmiten enfermedades como el tifo, el paludismo, la fiebre amarilla, enfermedad de chagas e infecciones de la piel, además infectan los alimentos al pararse sobre ellos.



CONDUCTA

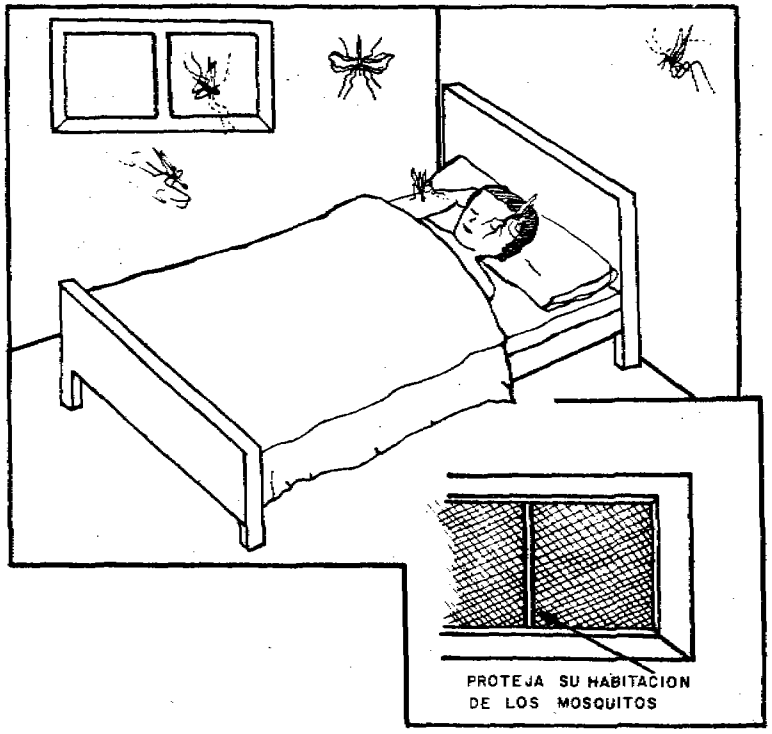
— Mantener la vivienda bien aseada para evitar que dentro de la mugre se crien pulgas y piojos.

— Lavar bien la ropa y plancharla para que no sirva de abrigo a pulgas y piojos.

— Rellenar los charcos de agua, para evitar que en ellos se crien zancudos.

— Fumigar la casa y los muebles.

— Ventilar todos los días la vivienda.

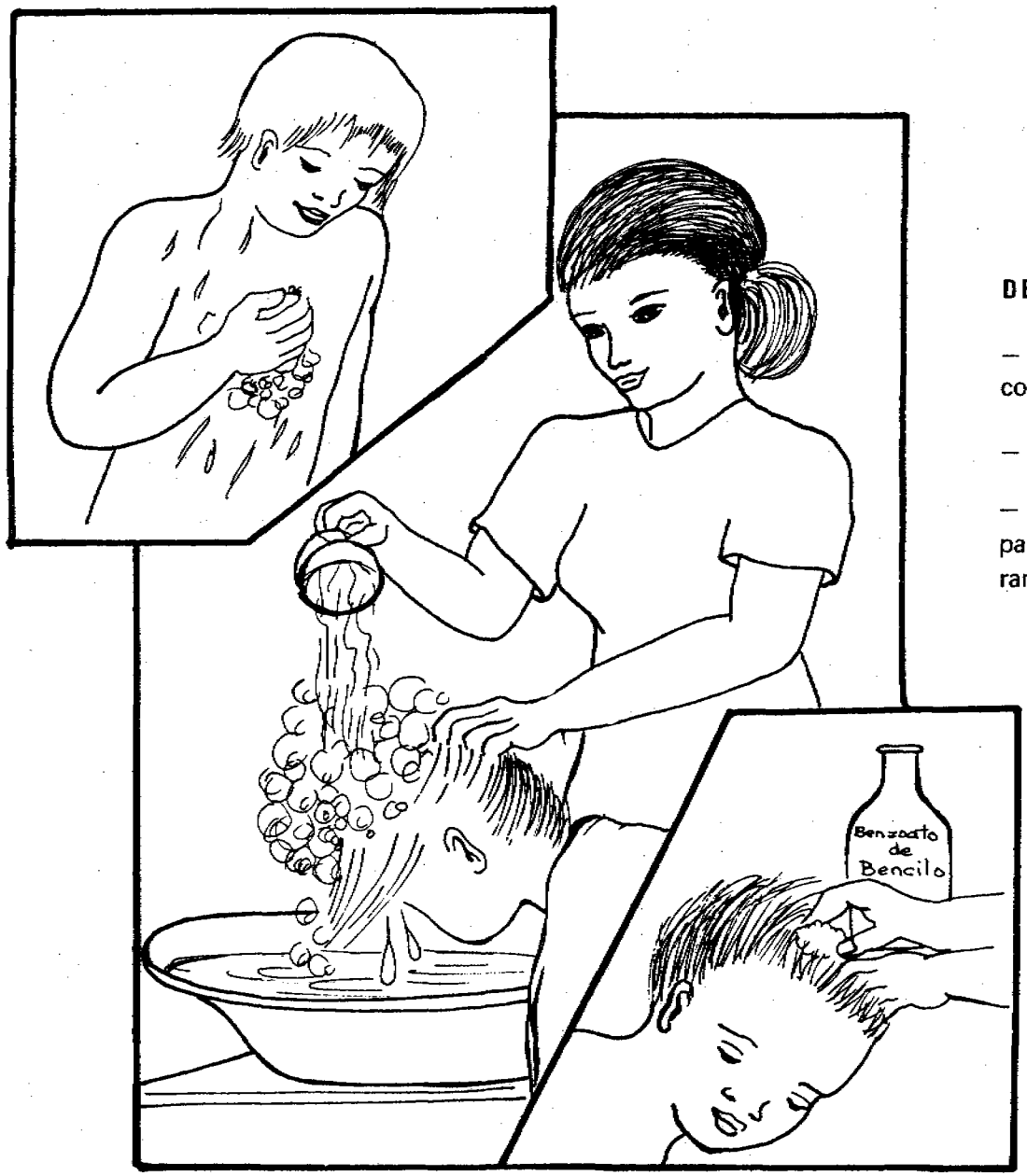


— Mantener los animales en corrales fuera de la casa para evitar el contagio con garrapatas.

— Pintar y resanar la casa con alguna frecuencia para evitar los chinches (chirivicos).

— Utilizar mosquiteros toldillos.

— Colocar anjeos en las ventanas para evitar que entren los insectos y piquen la gente.

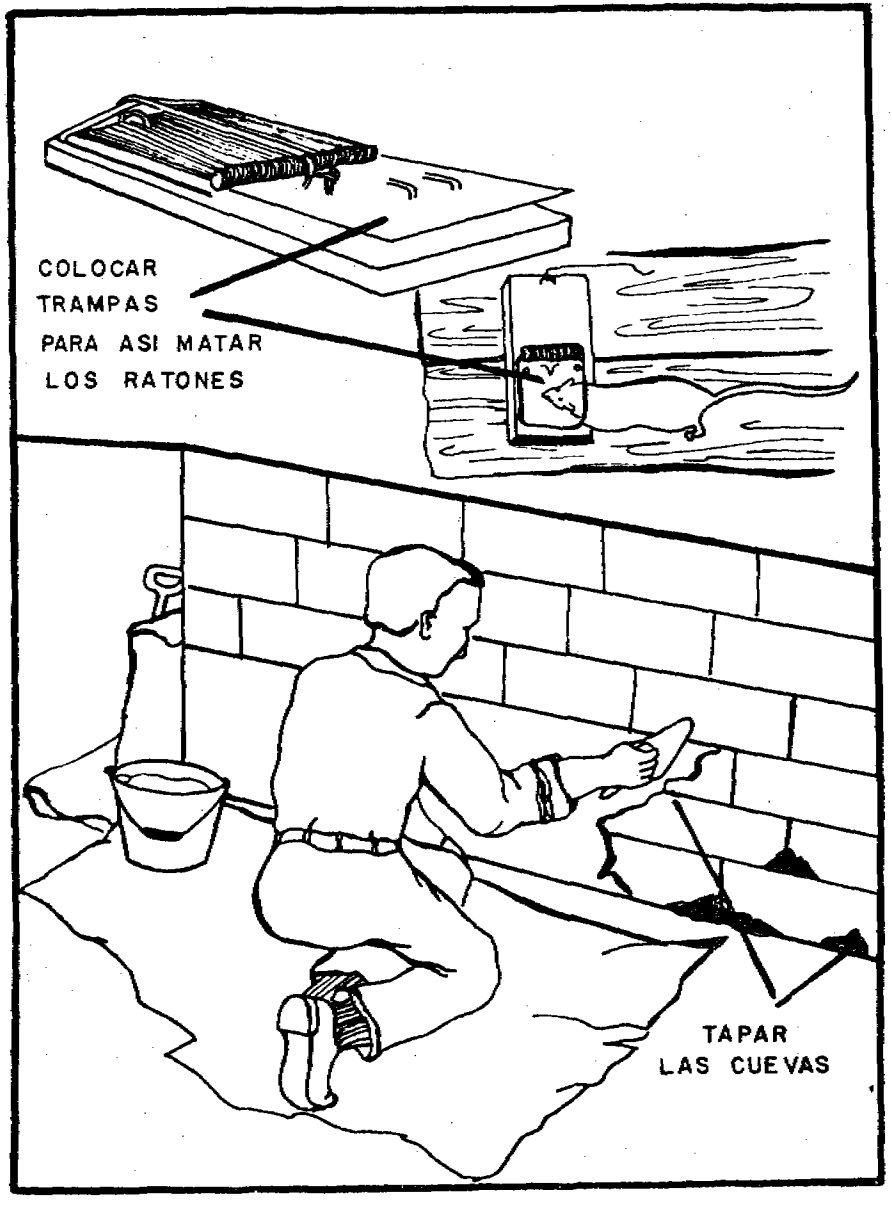


DESTRUCCION DE PIOJOS

— Lavar muy bien la cabeza y el cuerpo con agua corriente y jabón.

— Secarse bien.

— Untar Benzoato de Bencilo sobre la parte del cuerpo infectado con piojos, durante 5 días seguidos.



RATAS Y RATONES

Son animales muy perjudiciales al hombre pues:

— Se comen los alimentos.

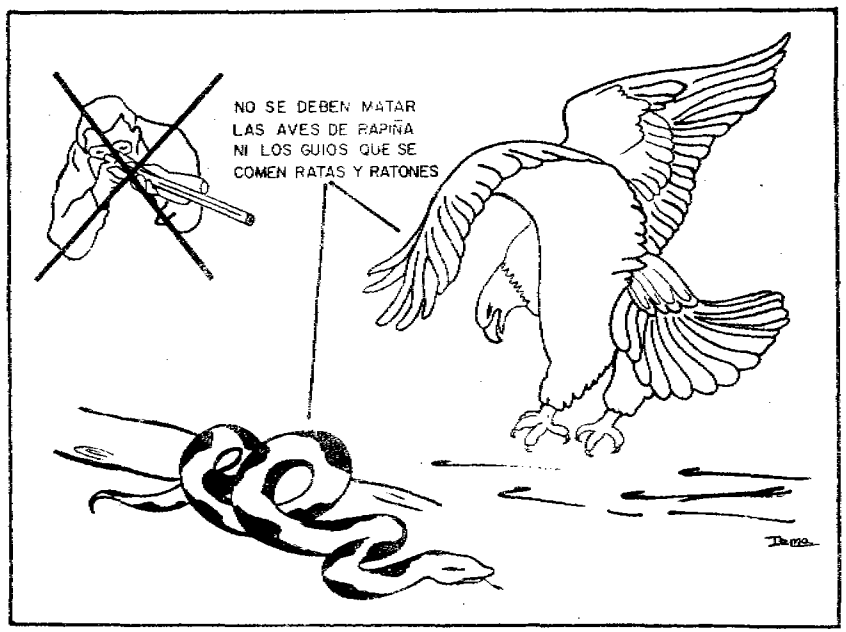
— Pueden causar incendio al rozar los cables de la luz.

— Causan enfermedades a la gente al morderla o al ensuciar los alimentos.

— Al morder a la gente le contagian la rabia.

CONDUCTA

— Colocar trampas para matarlas, en sitios donde los niños no las toquen, pues se pueden lastimar las manos. Es preferible colocarlas en las horas de la noche.



— Colocar raticidas como Walfarina o Racumin cerca de las cuevas, evitando que queden al alcance de los perros o gatos, para que estos no se envenenen.

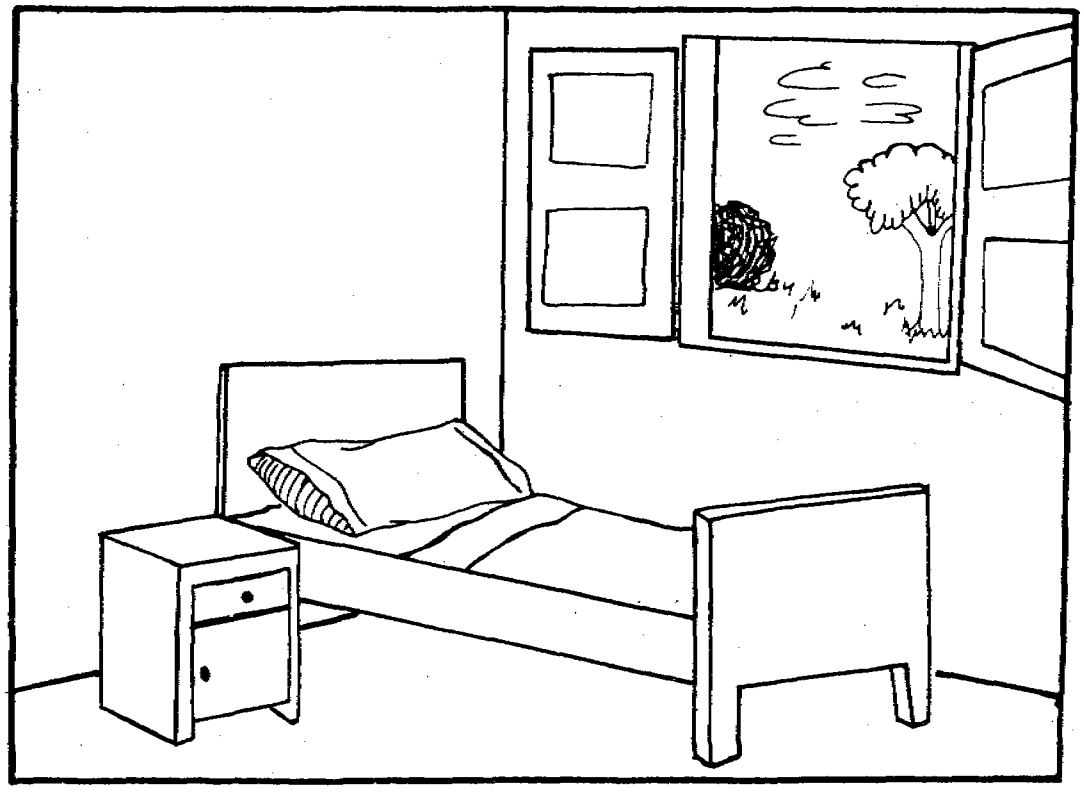
— Permitir a los güios acercarse a la casa pues estas culebras se comen los ratones.

— Mantener aseada la vivienda y tapados los alimentos, para evitar que se multipliquen las ratas.

— Tapar las cuevas.

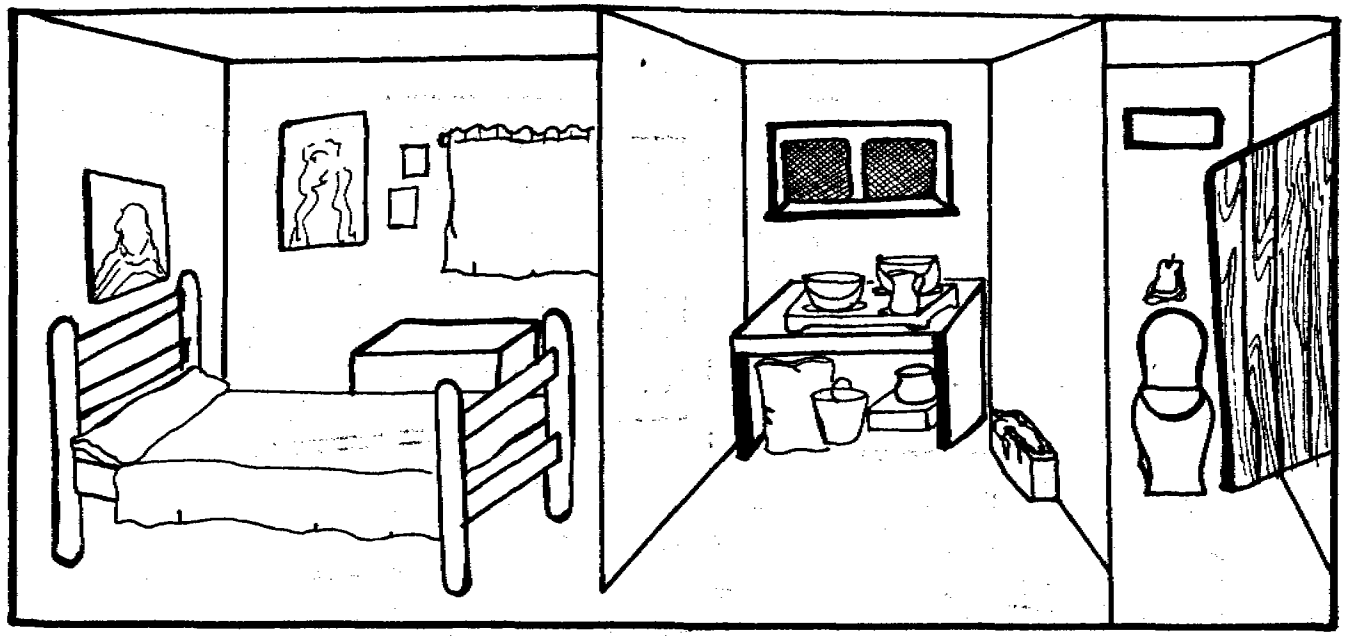
— Enterrar las basuras para evitar que dentro de ellas se crien las ratas.

VIVIENDA



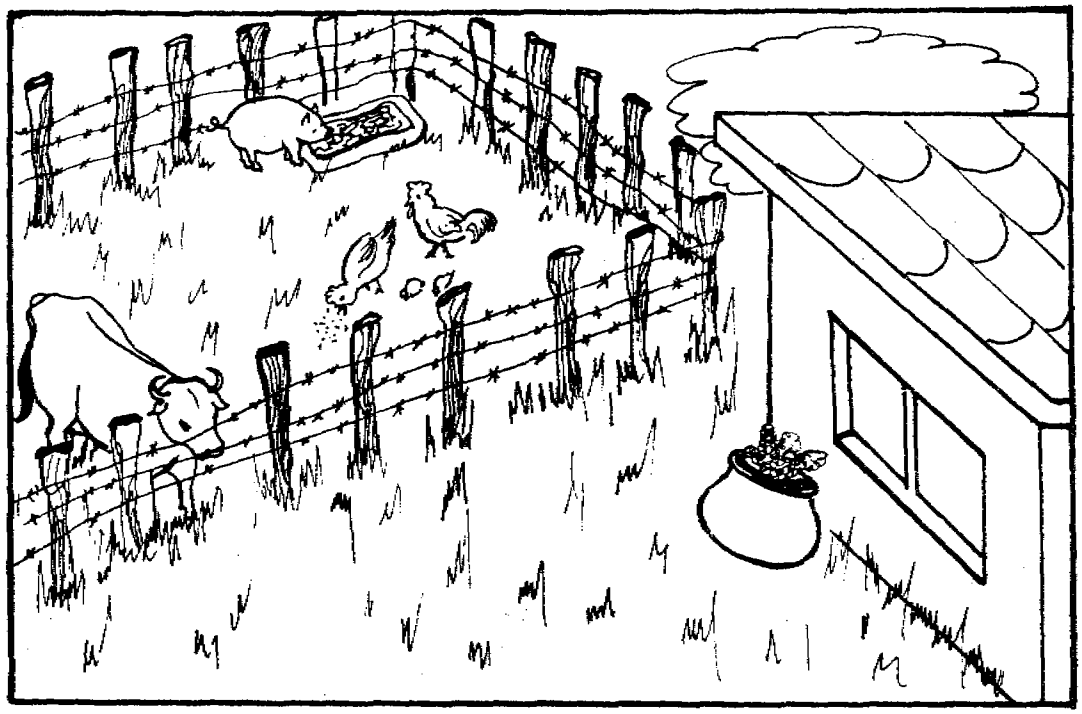
La vivienda debe ser un alojamiento saludable para las personas que la habitan. Por lo tanto debe:

— Tener ventanas para ventilarla todos los días con aire fresco, lo que evita las enfermedades y los malos olores. En clima caliente las ventanas deben protegerse con anjeo para evitar que entren los insectos.

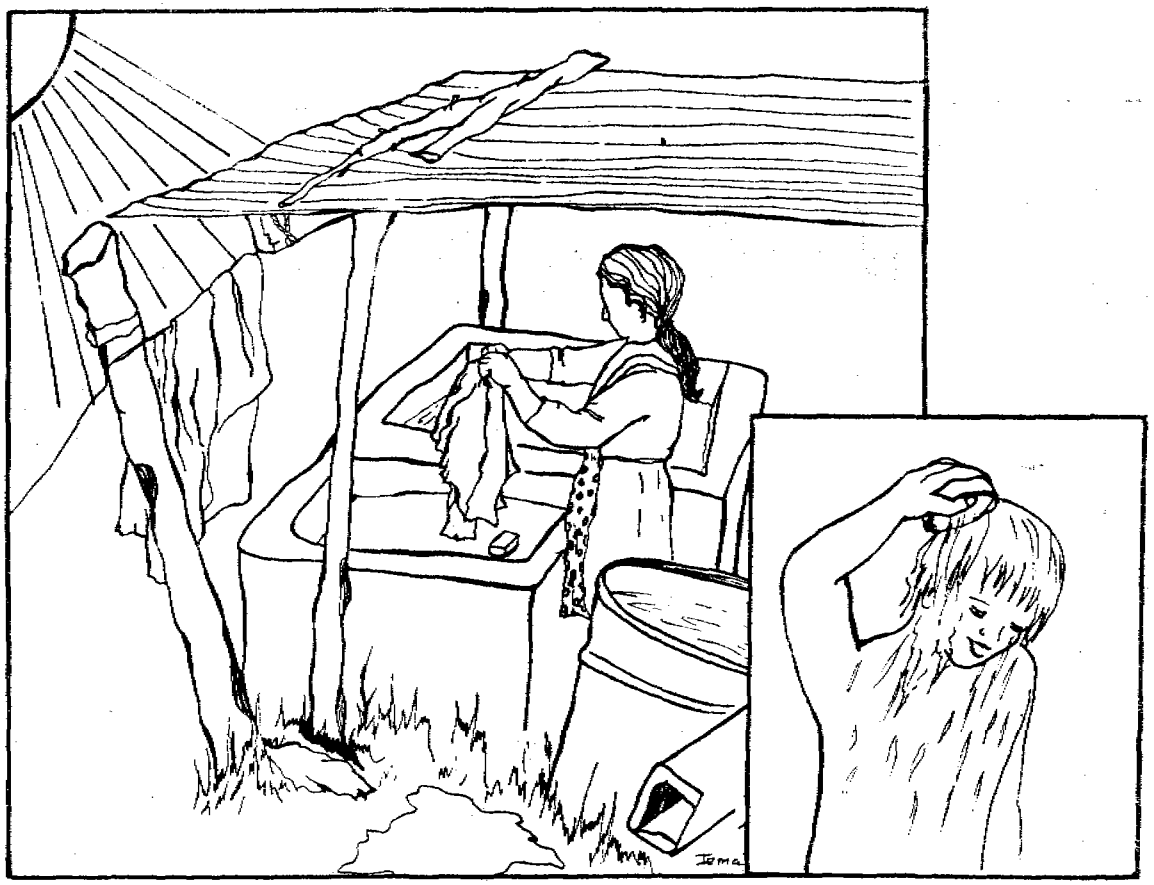


— La cocina y los dormitorios deben estar separados, pues el humo es perjudicial para la salud, ya que produce problemas respiratorios.

— La letrina debe estar separada de la vivienda para evitar los malos olores, además debe ser construída a unos 10-15 metros de distancia de ríos, quebradas, pozos o fuentes, para que no ensucien ni infecten el agua.

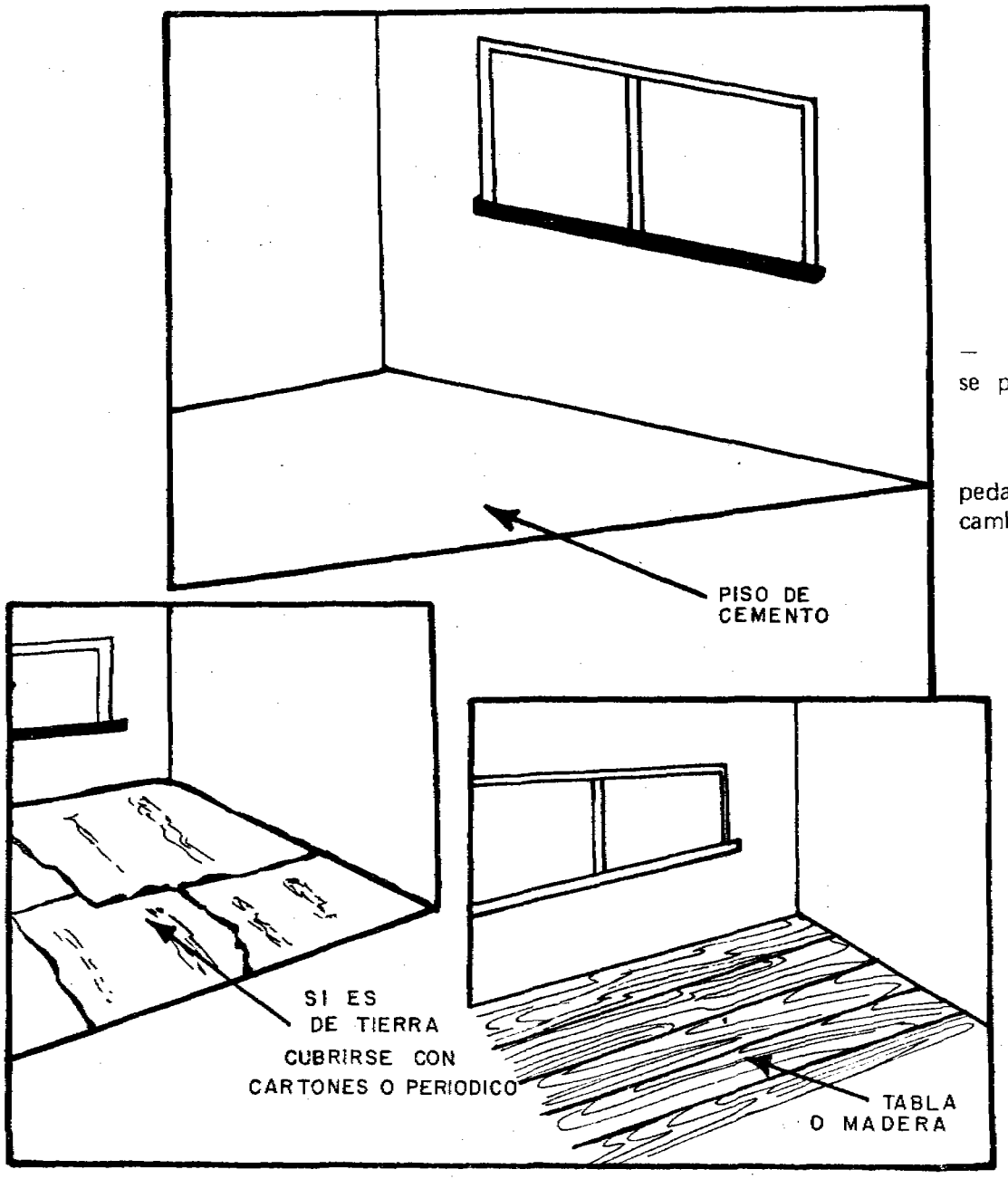


— Los animales deben permanecer fuera de la casa para que no la ensucien o la infecten y así evitar que contagien a la gente con sus enfermedades.



— Debe tener un sitio donde la gente pueda bañarse con agua corriente, a fin de mantenerse aseada y evitar las enfermedades bañándose todos los días.

— Debe tener un sitio dónde lavar la ropa, con agua corriente y dónde tenderla para secarlo al aire libre y al sol.



— Los pisos deben ser un material que se pueda barrer y lavar.

Si son de tierra, deben cubrirse con pedazos de cartón o periódico, que se pueda cambiar cada vez que se ensucie.

Este documento es la revisión del Manual de Conducta para las Promotoras de Salud, editado en abril de 1976. En la presente revisión se han tenido en cuenta las experiencias de personal que trabaja a Nivel Operativo en diversas regiones del país y se han complementado con algunos temas tales como: Primeros Auxilios, Parasitismo y Anemia, a fin de brindar mayores conocimientos y pautas de conducta a las Promotoras para un mejor desempeño de sus funciones.

Este trabajo ha sido coordinado por la Dirección de Participación de la Comunidad del Ministerio de Salud y la colaboración destacada de los siguientes funcionarios:

Doctor	JAIME RUIZ ACEVEDO	Jefe División de Promoción de Salud Rural
Señorita	CAROLINA RUGE RIVERA	Enfermera Promoción de Salud Rural
Señor	JOHN RICAURTE LINARES	Jefe División de Educación y Divulgación
Señora	JOSEFINA DE SOTOMONTE	Educadora en Salud - División de Educación y Divulgación
Señora	ESPERANZA DE MARTINEZ	Enfermera de la División Materno Infantil
Doctor	FABIO MORALES	Coordinador Ténico Servicio Seccional de Salud de Cundinamarca
Señorita	CLARA MUNAR OLAYA	Enfermera Servicio Seccional de Salud de Cundinamarca
Señorita	MARIA CELESTE BUSTILLO	Socióloga Departamento Nacional de Planeación
Señorita	IRMA OLAYA ROMAN	Diseñadora Gráfica - División Educación y Divulgación