



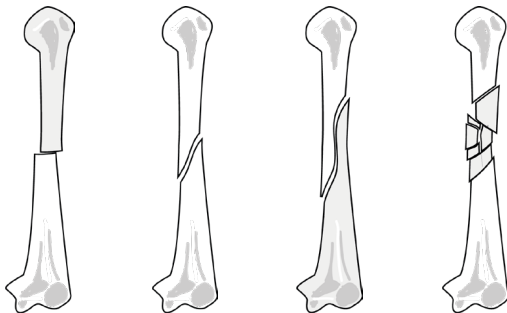
# TRAUMATISMOS

Lesión producida por una fuerza de forma directa o indirecta sobre el esqueleto.

## Fracturas

### Tipos de fracturas

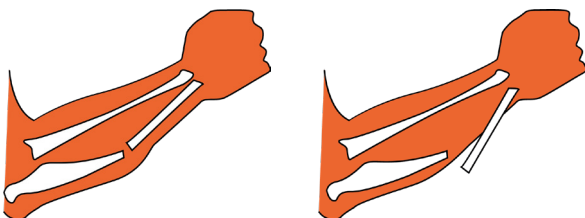
- Transversal.
- Oblicua.
- Espiral.
- Conminuta.



Transversal Oblicua Espiral Conminuta

Pérdida de la continuidad de un hueso:

- Cerrada o simple.
- Abierta o expuesta.

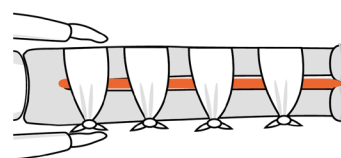
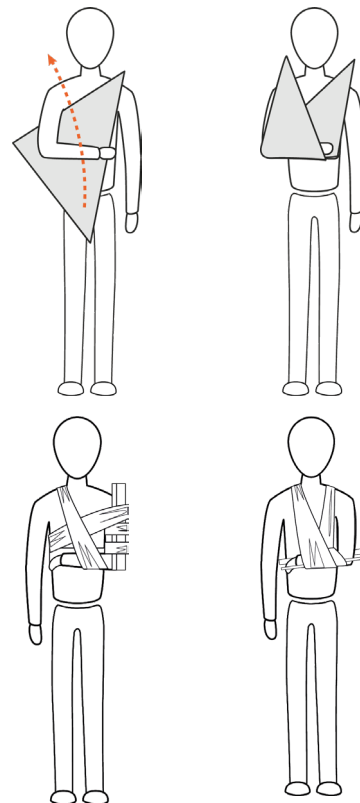


Cerrada o simple Abierta o expuesta

### ¿Qué hacer?

- Tranquilizar a la víctima.
- Inmovilizar el foco de la fractura y articulaciones adyacentes.

- Si la fractura es en la extremidad superior retirar anillos, relojes y pulseras que puedan comprimir la zona.
- Observar circulación distal (pulsos).
- Aplicar frío local no directo.
- Si la fractura es abierta, controlar la hemorragia si precisa y cubrir con gasas.
- Trasladar al centro sanitario.





### ¿Qué NO hacer?

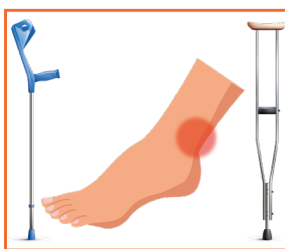
- Movilizar al accidentado si no es estrictamente necesario.

## Esguinces

Rotura o ensanchamiento de los ligamentos.

### ¿Qué hacer?

- Acrónimo R.I.C.E. (siglas en inglés):
  - ▶ **R**eposo: no usar la parte del cuerpo lesionada y, si es necesario hacerlo, usarla lo menos posible y/o mediante ayudas (cabestrillo, muletas, bastón o andador).



- ▶ **H**ielo: aplicar frío local para disminuir la inflamación. No aplicarlo directamente sobre la piel ya que puede producir quemaduras, envolverlo en un trapo o una toalla y aplicarlo sin presionar.



- ▶ **C**ompresión: realizar un vendaje compresivo para mantener estable la lesión y ayudar a disminuir la inflamación. En caso de no tener conocimientos para hacerlo, acudir a un especialista.



- ▶ **E**levación: de la extremidad por encima de la altura del corazón para disminuir la inflamación



Trasladar al centro sanitario u hospital.

### ¿Qué NO hacer?

- Aplicar pomadas, antiinflamatorios o analgésicos si no están pautados previamente por un especialista.

## Luxaciones

Los huesos que forman una articulación se desplazan de su posición normal.

### ¿Qué hacer?

- Inmovilizar la articulación tal y como se encuentre.
- Aplicar frío local
- Trasladar al centro sanitario.

### ¿Qué NO hacer?

- Dar de comer y de beber porque quizás requiera anestesia para reducir la luxación.
- ▶ **Nunca recolocar el hueso en su sitio.**