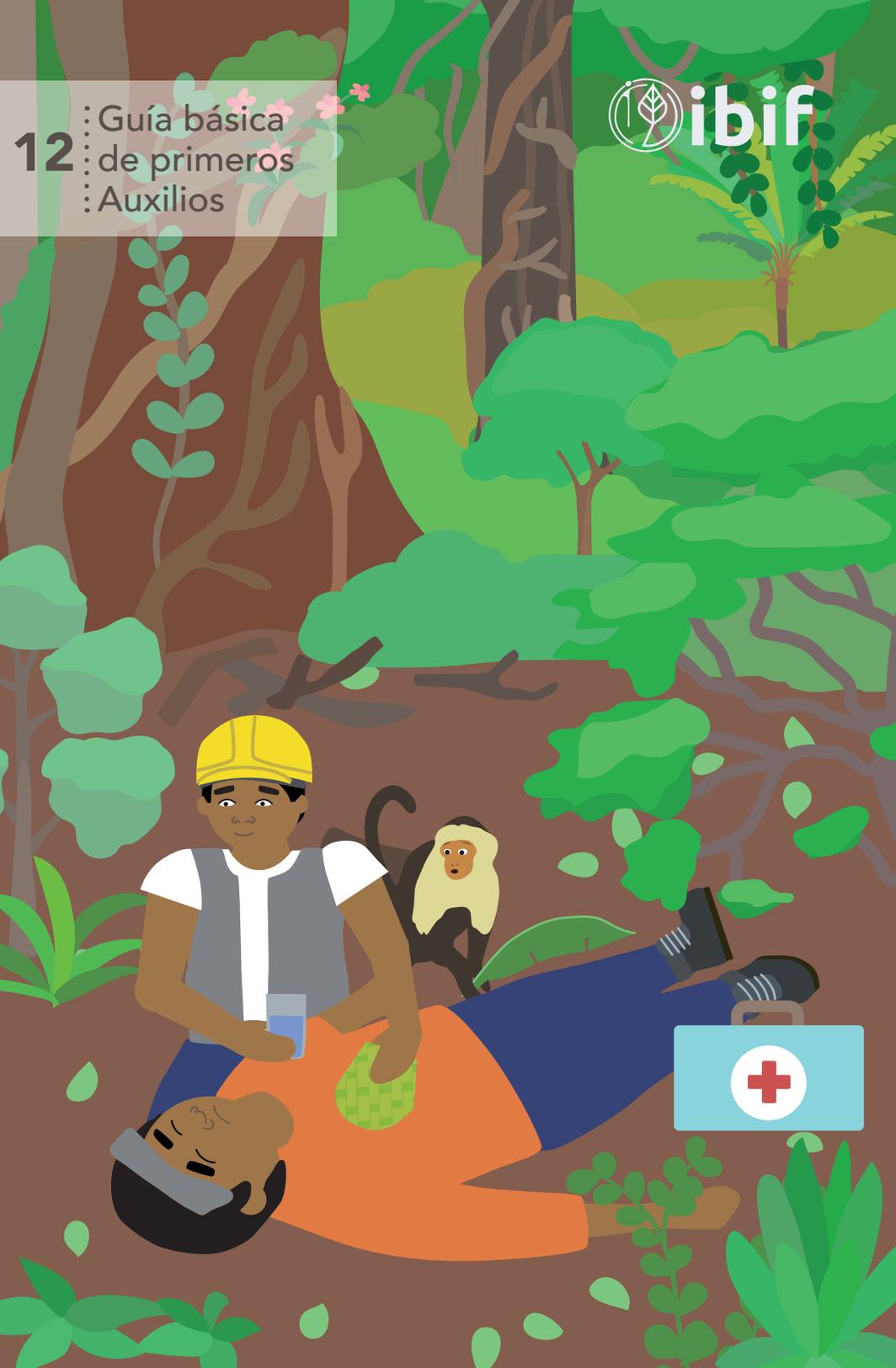


12

: Guía básica  
: de primeros  
: Auxilios



## **Guía básica de primeros auxilios**

Instituto Boliviano de Investigación Forestal (IBIF)

Avenida Ibérica, Calle 6 N° 39, Barrio las Palmas

[www.ibifbolivia.org.bo](http://www.ibifbolivia.org.bo)

E-mail: [ibif@ibifbolivia.org.bo](mailto:ibif@ibifbolivia.org.bo)

Santa Cruz, Bolivia

**Esta obra cuenta con todos los derechos reservados**



### **Autores:**

Juan Pablo Baldiviezo

Juan Carlos Licona

Lucy Cuellar

Guísela Abiyuna

Jaime Ulloa

### **Ilustraciones:**

Grecia Arenas

### **Diseño Gráfico:**

Ada Sandoval

Esta publicación ha sido elaborada en el marco del programa Working Landscape financiado por el Ministerio de Relaciones Exteriores de los Países Bajos a través de Tropenbos International. Así como del ministerio de Relaciones Exteriores de Bélgica a través de Bos+.

Las opiniones y puntos de vista expresados en esta publicación son de responsabilidad exclusiva de los autores y no reflejan necesariamente las de Tropenbos International, Bos+, ni los gobiernos de los Países Bajos y Bélgica.

### **1° Edición, 2023:**

1000 ejemplares.

### **Impresión:**

Esta edición fue impresa gracias al cofinanciamiento del proyecto Bionegocios Guarayos, inclusión Financiera, Forestal y Bionegocios.

# Contenido

PRESENTACIÓN	07
1 INTRODUCCIÓN	08
2 OBJETIVO	08
3 PRINCIPIOS BÁSICOS DE LOS PRIMEROS AUXILIOS	09
3.1. Mantener la calma	10
3.2. Llamar a los servicios de emergencia.	10
3.3. Evaluar la situación.	10
3.4. Examinar al lesionado.	11
3.5. No hacer más que lo indispensable.	11
3.6. Mantener la temperatura corporal del herido.	11
3.7. Tranquilizar y no dejar a la víctima.	12
3.8. No administrarle medicamentos	12
4 ETAPAS DE LOS PRIMEROS AUXILIOS	12
5 ENFERMEDADES COMUNES	13
5.1. Fiebre	13
5.2. Insolación	15
5.2.1. Tratamiento de la insolación leve	16
5.2.3. Tratamiento de la insolación severa	16
5.3. Cortes, Raspaduras y Heridas Leves	17
5.3.1. Tratamiento de cortes y raspaduras	17
5.3.2. Heridas grandes o profundas (abiertas)	18
5.3.3. Tratamiento de cortes grandes o profundos	19

5.4 Heridas Infeccionadas	19
5.4.1. Tratamiento de heridas infectadas	20
5.5 Quemaduras	21
5.5.1. Tratamiento de quemaduras	21
5.6 Complicaciones de la Piel	23
5.6.1. Tratamiento de salpullidos (no relacionados con reacciones alérgicas)	23
5.6.2. Tratamiento de infecciones causadas por hongos	24
5.7 Reacciones Alérgicas	25
5.7.1. Tratamiento de reacciones alérgicas leves (salpullidos, picaduras de insectos, ardor de los ojos, etc.)	26
5.7.2. Tratamiento de reacciones alérgicas graves y choque alérgico (generalmente a causa de picaduras de abejas o avispas, o a inyecciones de suero antiofídico)	27
5.8. Envenenamiento	28
5.8.1. Tratamiento para la ingestión de gasolina, diesel o lavandina (substancias cáusticas)	27
5.8.2. Tratamiento para la ingestión de otros tóxicos (insecticidas, etc.)	30
5.8.3. Tratamiento de la intoxicación por alimentos	30
5.9. Mordeduras de Serpiente	31
5.9.1. Tratamiento de mordeduras de serpiente	31
5.10. Torceduras	34
5.10.1. Tratamiento de torceduras	35

5.11 Diarrea, Vómitos	36
5.11.1. Tratamiento de diarrea y vómitos	37
5.12 Condiciones más graves	40
5.12.1. Conmoción	40
5.12.2. Fracturas	42
<b>6 ANEXOS</b>	<b>45</b>
Botiquín de Primeros Auxilios	45
Cómo colocar una inyección intramuscular	46



# Presentación

Estas guías fueron elaboradas en el marco del “Programa de desarrollo de competencias PANACÚ”. El cual tiene por objetivo fortalecer la Gestión Forestal Comunitaria de las OFC de Bolivia, mediante el desarrollo de competencias que, garanticen la conservación de los bosques a través de la implementación de prácticas sostenibles de aprovechamiento y comercialización de sus recursos forestales, en los Planes Generales de Manejo Forestal.

El “Panacú”, es un cesto tejido de hoja de palma realizado por las comunidades indígenas de tierras bajas, el cual llevan en la espalda a manera de mochila, en él guardaban y transportaban todo lo esencial para poder sobrevivir. Inspirado en ello, el programa de desarrollo de competencias PANACÚ busca albergar todas las herramientas y capacidades necesarias para que las OFC tengan competencias adecuadas para implementar una gestión forestal sostenible, socialmente justa y económicamente viable.

De esa manera, el PANACÚ se vislumbra como un programa abierto y dinámico, de constante actualización desde el punto de vista comunitario, que permita a las OFC estar a la vanguardia en la gestión de sus recursos forestales; impulsando el posicionamiento de la Forestaría Comunitaria de Bolivia como un referente internacional. La aplicación de este enfoque representa un gran desafío para el IBIF, cuyo objetivo principal es que las OFC se constituyan en actores eficientes y eficaces en la cadena de valor de la madera a nivel nacional, generando así beneficios económicos para sus comunidades y familias, además de aportar a la sostenibilidad y conservación de los bosques de Bolivia.



**NATALY ASCARRUNZ**  
Directora Ejecutiva  
IBIF



# Guía básica de primeros Auxilios

## 1. INTRODUCCIÓN

En la vida cotidiana, nos enfrentamos a situaciones de emergencia y accidentes, mismos que se caracterizan por requerir de soluciones rápidas, así como eficaces. Las quemaduras, la insolación, las fracturas, el atragantamiento, entre otras situaciones pueden presentarse en casi cualquier contexto.

De manera general, el término de Primeros auxilios, se refiere a la disposición, medidas de auxilio y de recuperación ante cualquier eventualidad de una emergencia. La falta de conocimiento no nos exime de la responsabilidad social y, por el contrario, debe de incitarnos a la búsqueda de conocimientos básicos acerca de los Primeros Auxilios y conocer las técnicas de atención primaria; los materiales y equipo necesario para intervenir y salvar una vida. “Saber para prever para proteger.”

## 2. OBJETIVO

Dar un panorama general de las acciones a realizar ante una situación sorpresiva e inesperada que exija la puesta en práctica de los primeros auxilios como parte del deber social, de cada persona.

### 3. PRINCIPIOS BÁSICOS DE LOS PRIMEROS AUXILIOS



#### Principios Básicos

- Mantener la calma
- Llamar a los servicios de emergencia
- Evaluar la situación
- Examinar al lesionado
- No hacer más de lo indispensable
- Mantener la temperatura corporal del herido
- Tranquilizar y no dejar sola a la víctima y no administrarle medicamentos.

### 3.1 Mantener la calma

Esto implica mantener una actitud de tranquilidad ante el paciente con el propósito de brindarle confianza tanto a él como a las personas que se encuentran cercanas y que fueron testigos del incidente.

En ocasiones, la situación ameritará que seamos nosotros quienes tomen la iniciativa relacionadas a la solicitud de una llamada al personal médico, etc.



### 3.2. Llamar a los servicios de emergencia



Es necesario que se activen los servicios de emergencia ante situaciones como la pérdida de conciencia del paciente; dificultad para la respiración; presencia de dolor en el pecho o abdomen; hemorragias abundantes; convulsiones; posible intoxicación, así como otras de gravedad.

### 3.3. Evaluar la situación

Es necesario realizar un análisis rápido y general de la situación y del lugar en donde ocurrió este incidente.

De manera que se identifiquen las posibles fuentes de peligro. Tal es el caso de amenazas de derrumbes, rupturas de Ramas, la presencia de cortes, etc.



### 3.4. Examinar al lesionado

Es de suma relevancia que se identifiquen si la persona presenta signos vitales (respiración, pulso, etc.).



Es importante revisar si es que está consciente, si presenta alguna herida expuestas, sangra, etc.

### 3.5. No hacer más que lo indispensable

No debe de moverse al accidentado hasta conocer cuál es su estado general y haberle proporcionado los cuidados necesarios.

Sin embargo, existen tres situaciones en las que resulta inminente la movilización:

Tal es el caso de poder proporcionarle adecuadamente los primeros auxilios. Evitar que se agraven sus heridas. Protegerlo de un nuevo accidente.



### 3.6. Mantener la temperatura corporal del herido

Ello implica no proporcionarle un calor excesivo ni que se encuentre a temperaturas bajas.



Dependiendo el caso, si no existe dificultad respiratoria, la cabeza de la víctima debe mantenerse al mismo nivel del tronco.

### 3.7. Tranquilizar y no dejar a la víctima.



Es necesario tranquilizar a la víctima explicándole que ya se solicitó ayuda médica. Se recomienda en todo momento no dejar a la víctima y actuar según su estado hasta que llegue la ayuda.

### 3.8. No administrarle medicamentos

Por ningún motivo se deberá administrar por cualquier vía algún tipo de medicamento, hasta que llegue la ayuda médica.



## 4. ETAPAS DE LOS PRIMEROS AUXILIOS



## 5. ENFERMEDADES COMUNES

### 5.1. Fiebre



La fiebre es un síntoma de las enfermedades causadas por bacterias, virus o parásitos que invaden el cuerpo y que pueden estar acompañadas por otros síntomas.



Bacterias  
(infecciones)



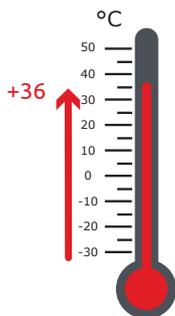
Virus  
(Resfríos, mayor, etc)



Parásitos  
(Bichos)

El sistema inmunológico reacciona aumentando la tasa metabólica y, por lo tanto, la temperatura del cuerpo sube por encima de lo normal (36°C).

La fiebre sólo es uno o dos grados mayor a la temperatura normal y ayuda a combatir a los patógenos que han invadido el organismo.



La fiebre muy alta (40° o más) puede ser peligrosa y debe bajarse rápidamente

## a) Tratamiento de la fiebre:



Descanse y tome grandes cantidades de líquido (agua, jugos de fruta).



Para fiebres suaves no es necesario tomar remedios.

Para fiebres altas se debe tomar Paracetamol:



Permanezca en un lugar fresco (cama con ventilador, a la sombra, etc.) y refréscase con un trapo humedecido en agua fría.

Trate de determinar la causa de la fiebre:

**Una vez que se ha determinado la causa de la fiebre, se puede proceder al tratamiento de la misma.**



La fiebre puede deberse a un resfrío o gripe



La fiebre puede ser producto de intoxicación por alimentos (salmonella) o de bichos (disentería amebiana)

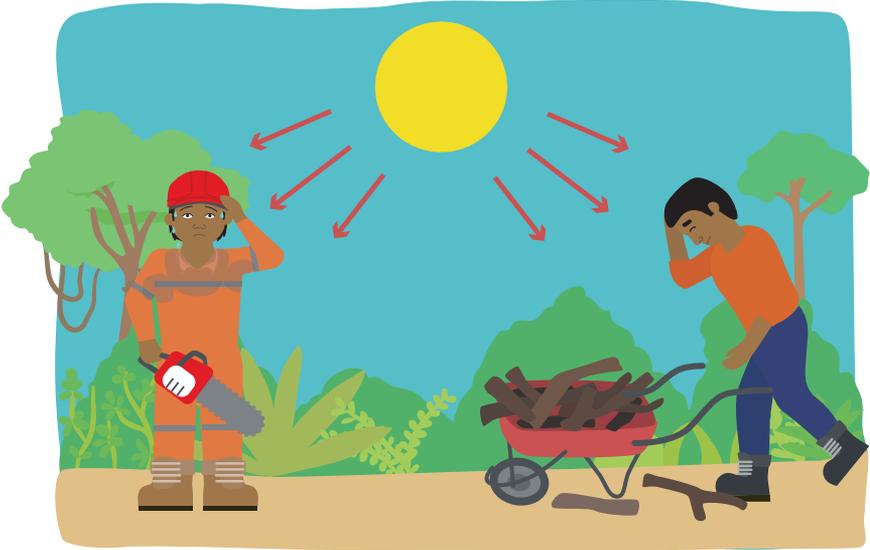


La fiebre puede deberse a infecciones, como cortaduras infectadas o abscesos.

La fiebre puede estar relacionada con enfermedades como malaria o mayaro.

## 5.2. Insolación

Existen dos tipos de insolación, una leve y otra severa, causadas por el esfuerzo y la transpiración excesiva cuando el tiempo está muy caluroso. La insolación leve es menos peligrosa.



### Insolación Leve Síntomas

- Débilidad, palidez, náuseas o mareos
- Temperatura del cuerpo normal (no presenta fiebre)
- Transpiración
- Puede haber desmayo

### Insolación severa Síntomas

- Piel seca y roja
- La temperatura del cuerpo es muy caliente (puede llegar hasta 42°C)
- No hay transpiración.
- Generalmente hay desmayo



### 5.2.1. Tratamiento de la insolación leve

Aléjarse del sol y recostarse en un lugar sombreado.  
Beber líquido – use la solución de sales hidratantes (**Suero de la Vida**)

### 5.2.2. Tratamiento de la insolación severa

Se debe bajar inmediatamente la temperatura corporal hasta que la fiebre baje o recobre el sentido.

Llevar a la persona a la sombra, mojarla con agua lo más fría posible y abanicarla.



Una vez que se baje la fiebre se deberá trasladar a la persona a un centro médico.

#### Preparación del Suero de Vida



Mezclar 1 paquete de sal de rehidratación con 1 litro de agua.

O tomar agua con sal, una cucharada de sal por un litro de agua.

Si la persona está consciente, darle de beber la preparación de sales hidratantes (Suero de la vida)



## 5.3 CORTES, RASPADURAS Y HERIDAS LEVES

Todos los cortes y las raspaduras se deben tratar inmediatamente para evitar infecciones.

### 5.3.1. Tratamiento de cortes y raspaduras



Lávese, con agua y jabón, las manos y el área alrededor de la herida.



Limpie la herida con algodón empapado en **agua oxigenada**, asegurándose de eliminar toda la suciedad de la herida. Se puede rociar **agua oxigenada** directamente en la herida para lavarla. Seque la herida con un pedazo seco de algodón.



Aplique **Tintura de Yodo** con un pedazo limpio de algodón, cubriendo toda la herida (dentro y alrededor de ésta) hasta que el área quede manchada de rojo. Deje secar al aire.



Aplique una capa delgada de crema antibiótica (**Bacitracina Neomicina**) a la herida y cubra con un curita o un pedazo de gasa.



Vuelva a aplicar crema antibiótica y cambie de curita o gasa 2 a 3 veces al día hasta que se forme una costra sobre la herida y no se observen síntomas de infección (2 a 3 días).

### 5.3.2. Heridas grandes o profundas (abiertas)

Si la herida sangra abundantemente o los bordes de ésta no se pueden juntar fácilmente aplicando un poco de presión, será necesario suturarla, para lo cual se deberá buscar atención médica después de controlar el sangrado.



#### a) Para controlar el sangrado:

Presionar entre 15 minutos a una hora para detener el sangrado



- Limpie la herida siguiendo los pasos del tratamiento de cortes y raspaduras.
- Cubrir la herida con un algodón grueso y aplicar una fuerte presión con sus manos directamente sobre la herida hasta parar el sangrado. Asegurarse de mantener una presión directa sobre la herida. Si el algodón se empapa con sangre, se puede cambiar por un algodón limpio



- Una vez parado el sangrado, no remover el algodón. Envolver el algodón con una venda elástica para mantener la presión y trasladar a la persona a un centro médico.

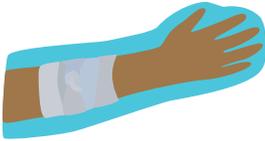


Si la herida no sangra profundamente y se pueden juntar los bordes aplicando presión ligera, se puede hacer un vendaje en forma de mariposa con tela adhesiva para cerrarlo.

### 5.3.3. Tratamiento de cortes grandes o profundos



- a) Limpie la herida siguiendo los pasos del tratamiento anterior.
- b) Si la herida es profunda, se puede llenar una jeringa (sin aguja) con solución salina (Suero Fisiológico) y lavar bien la herida para eliminar cualquier suciedad incrustada, antes de aplicar **agua oxigenada**.
- c) Una vez que la herida haya secado, haga un vendaje en forma de mariposa



- d) Cubra la herida y el vendaje en forma de mariposa con gasa. Repita diariamente el tratamiento con **Tintura de Yodo** y cambie los vendajes y la gasa hasta que la herida haya cerrado y no se observen indicios de infección (3 a 5 días).



Asegúrese de que el trabajo que realiza no vuelva a abrir la herida, si esto ocurriese interrumpa el trabajo hasta que la herida se cierre.

### 5.4 HERIDAS INFECTADAS

Una herida está infectada si muestra los siguientes síntomas:



- El área alrededor de la herida aparece roja, hinchada y dolorosa
- Se observa secreción amarillenta (pus)
- La herida huele mal

## 5.4.1. Tratamiento de heridas infectadas

Aplique compresas calientes (tela limpia empapada en agua hervida y CALIENTE y colocada sobre el área infectada hasta que el agua se enfríe), vuelva a aplicar durante un período de 20 minutos, 3 veces al día (o al menos en la mañana y en la noche).



Usando un pedazo limpio de **algodón** empapado en **Tintura de Yodo** limpie completamente la herida (por dentro y el área alrededor de ésta). Deje secar



Aplique una capa delgada de crema antibiótica (**Bacitracina Neomicina**) a la herida y cubra con un curita o un pedazo de gasa.



Vuelva a aplicar crema antibiótica y cambie de curita o gasa 2 a 3 veces al día hasta que se forme una costra sobre la herida y no se observen síntomas de infección (2 a 3 días).



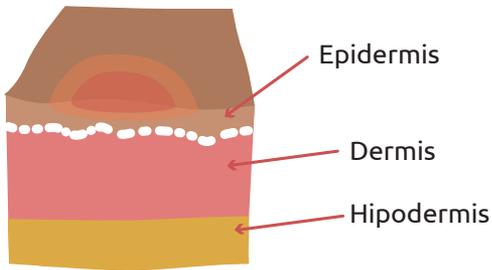
La infección de una herida puede extenderse al cuerpo y causar síntomas como fiebre, líneas rojas que salen de la herida e hinchazón de los ganglios. Si aparece cualquiera de estos síntomas, se debe tomar un antibiótico oral como **Amoxicilina** además del tratamiento superficial indicado.



## 5.5 QUEMADURAS

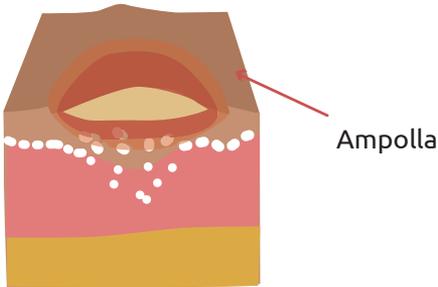
Las quemaduras leves generalmente dejan un área roja y dolorosa en la piel, pero no siempre producen ampollas. Las quemaduras graves o de tercer grado destruyen la piel y dejan áreas en carne viva.

### Tipos de Quemaduras



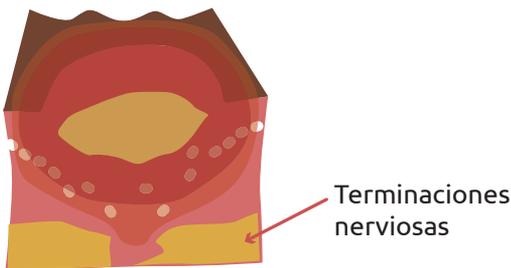
#### Quemadura de Primer Grado

Enrojecimiento  
Dolor  
Ligera Inflamación



#### Quemadura de Segundo Grado

Enrojecimiento  
Dolor  
Hinchazón  
Ampollas



#### Quemadura de Tercer Grado

Destrucción extensa de la piel  
Lesiones no dolorosas

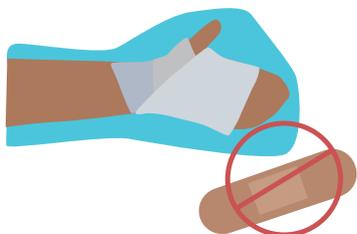
## 5.5.1. Tratamiento de quemaduras



Coloque la parte quemada en agua fría limpia o deje correr un chorro suave de agua fría sobre el área quemada.



Si aparecen ampollas, no las reviente. Si estuvieran abiertas o la quemadura es de tercer grado, limpie el área con suero fisiológico y seque suavemente con algodón o gasa.



No use curitas puesto que éstas no permiten que la quemadura se ventile y pueda “secar”.



Aplique una capa delgada de crema antibiótica (**Bacitracina Neomicina**) y/o Quemaderm y cubra suavemente con un vendaje de gasa. Se puede dar **Paracetamol** a la persona quemada para aliviar el dolor.



Las quemaduras graves cubren grandes áreas del cuerpo y necesitan atención médica inmediata – traslade a la persona a un centro médico.

## 5.6 COMPLICACIONES DE LA PIEL



Las irritaciones superficiales de la piel pueden tener varias causas, las más comunes en el campo son reacciones al calor y la transpiración (salpullido o pitaí), hongos y reacciones alérgicas a plantas o picaduras de insectos.

Para ayudar a la curación y evitar que el problema se repita o se esparza:



Báñese a diario (con agua fría)



Si puede, duerma desnudo

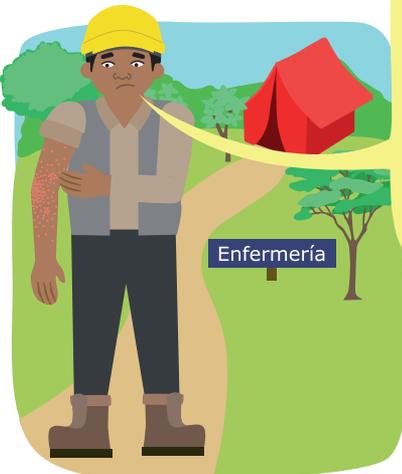


Trate de no usar ropa sucia y/o transpirada



Cámbiese diariamente de ropa interior y polera

### 5.6.1. Tratamiento de salpullidos (no relacionados con reacciones alérgicas)



Estos salpullidos generalmente aparecen en zonas del cuerpo que no están expuestas al aire o en partes que se mantienen sudorosas (entrepierna y nalgas, detrás de las rodillas y codos, axilas, etc.) y aparecen como una irritación roja con picazón.



a) Lave bien el área irritada con agua y jabón. Seque con una toalla y exponga al aire hasta secar completamente.

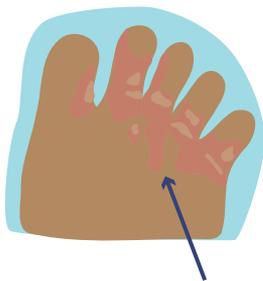


b) Aplique al área afectada una capa delgada de crema de óxido de zinc (*Hipoglós*)

### 5.6.2. Tratamiento de infecciones causadas por hongos



Los síntomas de las infecciones causadas por hongos son muy similares a las reacciones alérgicas o al salpullido debido al calor; pero generalmente no sanan rápidamente y pueden esparcirse.



Generalmente ocurren en la zona de la entepierna y entre los dedos de la mano y el pie.



Las infecciones causadas por hongos que ocurren en otras partes del cuerpo generalmente tienen aspecto de anillo.



a) Limpie bien el área irritada con jabón y agua tibia. Seque con una toalla y esponga al aire hasta secar completamente.



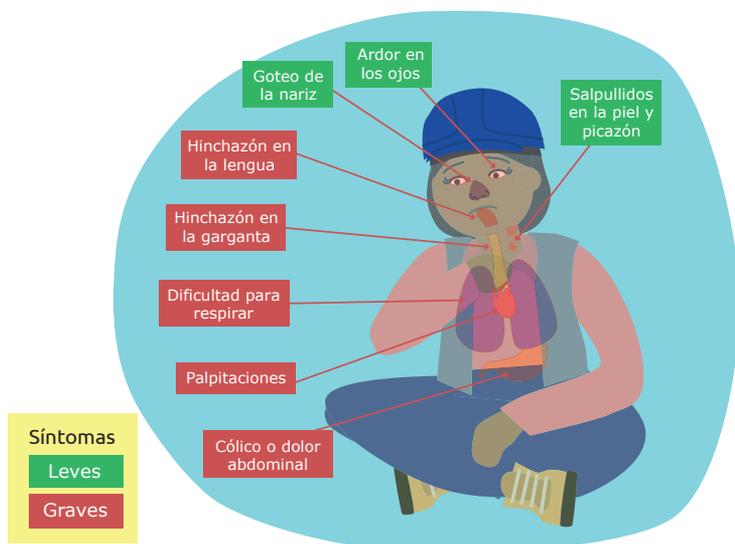
b) Aplique una capa delgada de crema para hongos (**Fungopirox**). Aplique 2 veces al día hasta que desaparezcan los síntomas y continúe durante 1 semana para evitar la reaparición del hongo.



c) Para ayudar a la curación y evitar que el problema se repita, báñese a diario (con agua fría) y si fuese posible duerma desnudo para que la piel esté en contacto con el aire. Trate de no volver a usar ropa sucia transpirada; cámbiese diariamente de ropa interior y polera.

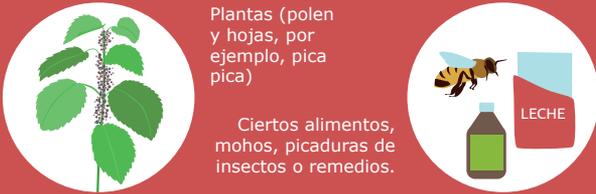
## 5.7 REACCIONES ALÉRGICAS

El organismo puede ser sensible a diversas cosas y las personas pueden presentar reacciones muy diferentes. Las reacciones alérgicas incluyen: salpullidos en la piel, goteo de la nariz y ardor de los ojos, irritación de la garganta o dificultad para respirar, y choque alérgico grave que puede causar la muerte.



Estas reacciones pueden ser producidas por una variedad de causas como plantas (polen y hojas, por ejemplo, pica pica), ciertos alimentos, mohos, picaduras de insectos o remedios.

Estas reacciones pueden ser producidas por una variedad de causas como:



Plantas (polen y hojas, por ejemplo, pica pica)

Ciertos alimentos, mohos, picaduras de insectos o remedios.

### 5.7.1. Tratamiento de reacciones alérgicas leves (salpullidos, picaduras de insectos, ardor de los ojos, etc.)



Casi todas las reacciones alérgicas leves se pueden tratar con cremas antialérgicas o antihistamínicos orales.

Si la reacción alérgica es superficial (aparece sobre la piel en forma de hinchazón alrededor de una picadura o de salpullido con picazón) se puede aplicar una crema antialérgica (*Fenergán*) directamente sobre el área. Repítase cada 2 horas hasta que la hinchazón o la picazón pasen. Si sólo se trata de una picadura que escuece mucho, se puede aplicar alcohol directamente (evita la infección además de calmar la picazón) y se puede poner *Mentisán* chino para calmar la picazón.



Si la reacción alérgica parece ser sistémica (hay urticaria en todo el cuerpo y no sólo en la zona de la picadura y se presenta goteo nasal, ardor de los ojos e irritación de la garganta) se debe tomar un antihistamínico oral (*Alerfast*). Tómese 1 tableta de antihistamínico cada 24 horas hasta que los síntomas desaparezcan.



## 5.7.2. Tratamiento de reacciones alérgicas graves y choque alérgico (generalmente a causa de picaduras de abejas o avispas, o a inyecciones de suero antiofídico)



Los síntomas del choque alérgico incluyen: piel fría, húmeda y grisácea, pulso débil o acelerado, dificultad para respirar y pérdida del sentido.



a) Inyecte inmediatamente en el muslo o el glúteo  $\frac{1}{2}$  ml de adrenalina. Véase el Anexo: cómo colocar inyecciones (pg. 43).



b) Si no hay mejora aparente en 10 a 15 minutos, colóquese otra inyección de  $\frac{1}{2}$  ml de **adrenalina** – una mitad de una ampolla. Observe a la persona constantemente durante, al menos, 30 minutos. Generalmente, hay una respuesta rápida a la inyección de adrenalina y la respiración tiende a normalizarse.



c) Si se nota mejora a los 10 a 15 minutos de aplicarse la primera inyección de adrenalina, se puede continuar con una dosis doble de antihistamínico oral (2 tabletas de **Alerfast**).



d) Si la persona no da señales de mejora después de la primera inyección o ha perdido el conocimiento, se la deberá trasladar a un centro médico lo antes posible (asegúrese de colocar la segunda inyección 10 a 15 minutos después de la primera).

## 5.8. ENVENENAMIENTO



El envenenamiento puede producirse por la ingestión de sustancias dañinas para el organismo.

Las sustancias dañinas mas comunes en un campamento son:



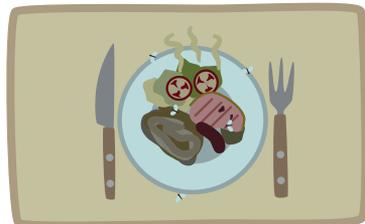
Gasolina, Diesel y Kerosén  
(Gasolina, Diésel)



Substancias Cáuísticas  
(Lavandina y detergentes)



Pesticidas  
(Herbicidas, Insecticidas)  
Ejemplo: Baygon o veneno para ratas



Cocina en mal estado

Los síntomas de envenenamiento incluyen:



Dolor de Cabeza



Dolor Abdominal



Fiebre



Mareos



Vómito



Diarrea

### 5.8.1. Tratamiento para la ingestión de gasolina, diésel o lavandina (sustancias cáusticas)

Tomar:



2 tabletas de  
Carbón Medicinal

+



2 vasos grandes  
de agua



Continuar administrando 2 vasos de agua (sin carbón) cada 15 minutos hasta que no se observen más síntomas.

### 5.8.2. Tratamiento para la ingestión de otros tóxicos (insecticidas, etc.)



- a) Se debe procurar que la persona vomite. Esto se puede lograr administrando 1 cuchara de jarabe de Ipecacuana, seguida con 1 vaso de agua.
- b) Cuando acaben los vómitos, administre 2 tabletas de **Carbón Medicinal** con 2 vasos grandes de agua, seguidos por varios vasos de agua.

### 5.8.3. Tratamiento de intoxicación por alimentos

- a) Trate la diarrea y los vómitos según se especifica en la sección indicada de diarrea y vómitos en la presente guía.

**¡No vuelva a comer alimentos en mal estado!**

Evite comer:



Sobras de comida sin antes calentarlas a alta temperatura.



Pollo mucho tiempo después de cocinarlo, porque puede desarrollar salmonela.

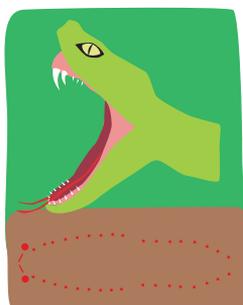
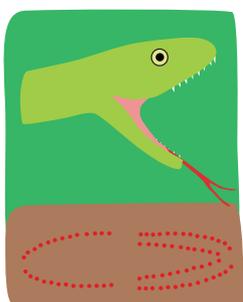


Alimentos que huelan mal o que burbujeen estando fríos.

## 5.9. MORDEDURAS DE SERPIENTE

En general, en el monte se puede encontrar 4 tipos de serpiente venenosa (**víboras**): cascabel, cascabel púa, yoperjobobo y coral. Estos animales viven en el bosque pero es raro encontrarlos, generalmente se ven serpientes no venenosas (**culebras**). Si, por casualidad, le muerde una víbora deberá determinar si ésta es o no venenosa.

Las serpientes no venenosas (**culebras**) dejan marcas de dos hileras de dientes, pequeños puntos o raspaduras en fila

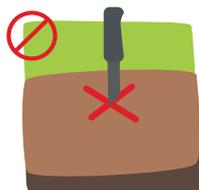


Las serpientes venenosas (**víboras**) dejan marcas de los dos colmillos y rara vez marcas de otros dientes.

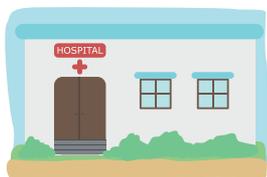
### 5.9.1. Tratamiento de mordeduras de serpiente



No colocar torniquetes



No corte la herida



Transporte a la persona mordida cuanto antes a un centro médico



No corte ni succione la herida



Si es posible, tomar foto del animal.

## Víboras más comunes

### Yoperojobobo



Cuando se pone en actitud de ataque, hace vibrar rápidamente su cola y la choca a veces contra la hojarasca seca, donde es común encontrarla .



Agresiva e irritable



1-1.70m  
(Depende de la especie)



Diurna y nocturna



Relativamente Lenta



En zonas con inundaciones puede ser semiarbórea.

### Cascabel de púa



A diferencia de la anterior, la cola de esta víbora termina en una púa y no produce sonido.

- Prefiere hábitats húmedos, principalmente bosques, donde se camufla por su coloración.
- Huelen mal
- Pueden estar en parejas.

#1

La venenosa más grande



2.5-3.65m  
De gran



Sigilosa y nocturna.



Alta velocidad



Terrestre

## Cascabel



Inconfundibles por su chonono, que emite sonidos cuando está en posición de ataque y su diseño dorsal en forma de diamantes. Su veneno es una mezcla de sustancias neurotóxicas y hemolíticas.



**#1**

La más común en la Chiquitanía



Hasta 1.80m  
De gran tamaño



Nocturna



Agresiva



Terrestre

## Coral



En Bolivia, existen 10 especies de corales. A diferencia de otras serpientes venenosas, tienen la cabeza redondeada. El patrón de color más común en Bolivia es el de las triadas negras.

Se diferencian de las falsas corales por tener los anillos de color alrededor de todo el cuerpo (lomo y vientre).



Suelen ser solitarias



50-120cm  
De pequeñas a medianas



No suelen ser agresivas



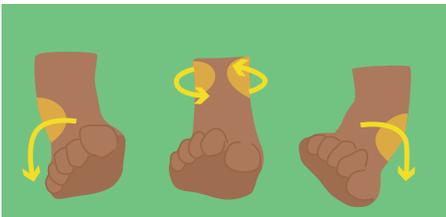
Terrestre

## 5.10 TORCEDURAS

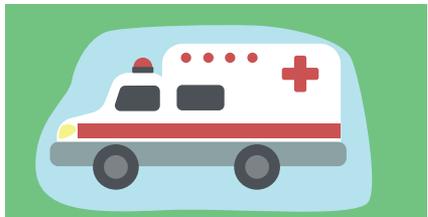
Los síntomas de las torceduras son; dolor, hinchazón de la articulación y magulladuras. Si la persona herida puede mover los dedos o la articulación, la lesión se puede tratar en el sitio.



Son lesiones de las articulaciones del tobillo, la rodilla, la muñeca y el codo.



Se debe verificar que los dedos de la mano o el pie puedan moverse y que la articulación funcione (doble el tobillo, la muñeca, la rodilla, etc. aunque sea doloroso)



Si la persona herida no puede mover los dedos o la articulación, se la deberá trasladar inmediatamente a un centro médico. Si la persona herida puede mover los dedos o la articulación, la lesión se puede tratar en el sitio.

### 5.10.1.- Tratamiento de torceduras



Inmovilice la articulación y envuélvala con una **venda elástica** para sostenerla.



Administre **Paracetamol** para aliviar el dolor y la hinchazón.



20 a 30 minutos, varias veces al día.



Si fuese posible, mantenga la articulación lesionada elevada; esto ayuda a aliviar la hinchazón. Durante los primeros días aplique hielo (si se dispone) a la articulación hinchada por lapsos de 20 a 30 minutos, varias veces al día, o remoje la articulación en un río o arroyo durante el mismo tiempo.



Remoje la articulación lesionada en agua caliente

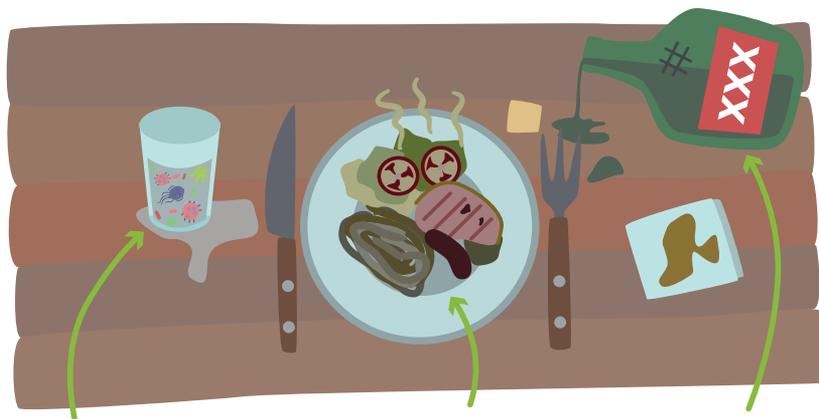


Después de 2 a 3 días y una vez que disminuya la hinchazón, remoje la articulación lesionada en agua caliente durante 20 minutos, varias veces al día. Evite usar la articulación lesionada durante este tiempo; se pueden causar daños más graves por el uso continuo del área debilitada.

## 5.11 DIARREA, VÓMITOS



Muchos de estos problemas pueden deberse a:



Consumo de agua que no se ha hervido o que no es potable (contiene bacterias, amebas, giardia)

Comida en mal estado (sobras que no se recalentaron debidamente)

Exceso de alcohol.

### 5.11.1. Tratamiento de diarrea y vómitos



a) Es necesario controlar o evitar la deshidratación, asegurándose de que la persona consuma mucho líquido como soda o mate de manzanilla.

Si los vómitos o la diarrea se prolongan por más de un día, se debe administrar una solución de sales hidratantes (**Suero de la Vida**)

#### Preparación del Suero de la vida

paquete de sales con 1 litro de agua.



O tomar Agua con sal. Una cucharada de sal por un litro de agua

#### DIGESTÁN



ANTIÁCIDO

#### VIADIL

Dosis:  
1 tableta  
cada 6 horas



Si las náuseas y diarrea están acompañadas por:



Retorcijones

Las deposiciones son:

- Sueltas, pero no aguamosas
- Hay mucosidad
- Hay sangre

Es probable que se traten de AMEBIASIS.

Detailed description: This infographic has a green background. On the left, there is a circular illustration of a stool with yellow worms (retorcijones) and a blue section. Below it, the text 'Retorcijones' is written. Further down, the text 'Las deposiciones son:' is followed by three circular icons: a brown stool, a green star-shaped mucus, and a red blood drop. To the right of these icons are the labels 'Sueltas, pero no aguamosas', 'Hay mucosidad', and 'Hay sangre'. On the far right, a green rounded rectangle contains the text 'Es probable que se traten de AMEBIASIS.' and a yellow rounded rectangle below it containing a pink, multi-segmented parasite with blue spots and cilia.

Si la diarrea es:



Amarillenta, espumosa y huele mal.

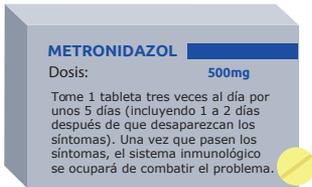
Detailed description: A light blue, irregular shape representing stool, with three yellow wavy lines above it indicating foam or bubbles.

Probablemente se trata de GIARDIA.



Detailed description: A green rounded rectangle containing the text 'Probablemente se trata de GIARDIA.' and a yellow rounded rectangle below it containing a blue, multi-segmented parasite with cilia.

Ambos problemas deben tratarse con Metronidazol.



**METRONIDAZOL** 500mg

Dosis: 500mg

Tome 1 tableta tres veces al día por unos 5 días (incluyendo 1 a 2 días después de que desaparezcan los síntomas). Una vez que pasen los síntomas, el sistema inmunológico se ocupará de combatir el problema.

Detailed description: A grey rectangular box representing a medicine box. The top part is blue with the text 'METRONIDAZOL' and '500mg'. Below that, the word 'Dosis:' is followed by '500mg'. The bottom part contains a paragraph of text. A yellow pill is shown to the right of the box.

El metronidazol es un antibiótico potente y su uso se debe limitar a periodos cortos de tiempo.

Para aliviar las indisposiciones leves, se pueden dar **Digestán**.



Cuando una persona entra en estado de conmoción, su sistema circulatorio se colapsa. Por este motivo, es incapaz de abastecer las demandas de oxígeno de los tejidos y órganos.

Detailed description: An illustration of a woman with dark hair, wearing a pink jacket, blue pants, and yellow boots, sitting on a large log in a forest. She has a distressed expression. A yellow speech bubble points to her from the text on the right. The background shows green trees and a brown log.

La conmoción, choque, o shock puede ser causada por varias dolencias o accidentes como:



Quemaduras graves



Pérdida de mucha sangre



Reacciones alérgicas severas.



Deshidratación



Daño en el sistema nervioso central



Problemas en el corazón



Infección (generalmente bacteriana)

### Los síntomas de conmoción son:



Pulso débil o acelerado



Piel fría, sudorosa y pálida

Las conmociones amenazan la vida y deben tratarse inmediatamente.



Baja acentuada de la presión sanguínea



Mareo o pérdida del conocimiento



Confusión o debilidad

Si no funciona, se puede tomar *Viadil*.



## 5.12 CONDICIONES MÁS GRAVES

### 5.12.1 Conmoción

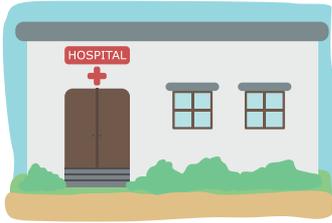
#### a) Tratamiento de conmoción

- Tratar la causa de la conmoción (sangrado, deshidratación, etc.).

#### Preparación del suero de la vida



Mezclar 1 paquete de sales con 1 litro de agua. O tomar Agua con sal, una cucharada de sal por un litro de agua.



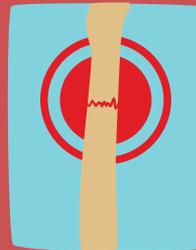
- Si la persona está consciente y puede beber, darle tragos de agua o solución de sales hidratantes (Suero de la vida)

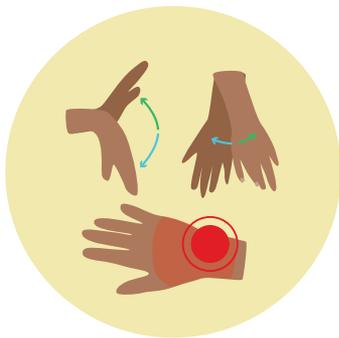
Las fracturas son rupturas en el hueso y suelen ser más comunes en los brazos y en las piernas.



## Fracturas sin desplazamiento de hueso

Son las fracturas en las que el hueso está rajado, pero sigue alineado en la posición correcta.





Las fracturas se pueden detectar si:

El movimiento de la mano o el pie es muy doloroso.

Si no se encuentra hinchado en la parte de la articulación. También si al palpar el hueso, se encuentra una zona muy sensible o adolorida.

- Mantenga calmada a la persona y trasládela a un centro médico inmediatamente.

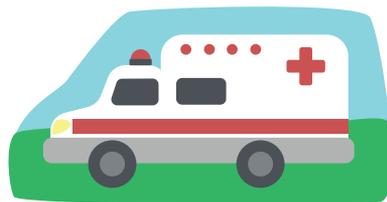
### 5.12.2. Fracturas

#### a) Tratamiento de fracturas sin tratamiento de hueso

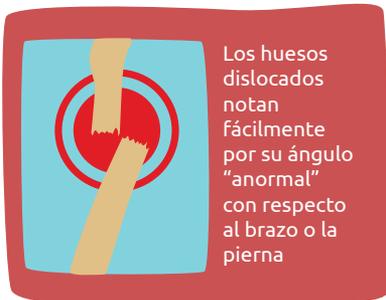
Si la fractura no muestra dislocación, será necesario inmovilizar la extremidad, con una tablilla y venda elástica. Una vez que la extremidad esté entablillada, se puede transportar a la persona a un centro médico.



Asegúrese que la venda no esté demasiado apretada (que no corte la circulación), pero que sujete firmemente la extremidad a la tablilla.



#### b) Tratamiento de fracturas con desplazamiento de hueso



Los huesos dislocados notan fácilmente por su ángulo "anormal" con respecto al brazo o la pierna



En fracturas muy graves, los huesos pueden atravesar la piel.



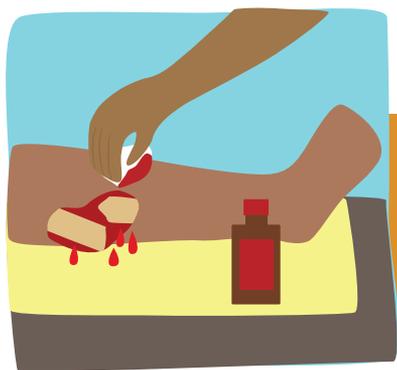
La víctima puede sufrir sangrado y shock.

Si la fractura muestra huesos dislocados, se debe tratar de inmovilizar la extremidad lo mejor posible **SIN MOVER LOS HUESOS**.

En caso de conmoción, eleve la extremidad que no está lesionada. (Revisar el capítulo Conmoción)



No trate de alinear los huesos si no tiene experiencia en esto; solo inmovilice la extremidad.



Si los huesos fracturados han atravesado la piel, será necesario limpiar y desinfectar la herida.  
**NO TRATE DE METER EL HUESO A LA HERIDA**

Para aliviar el dolor, se puede administrar 2 tabletas de Paracetamol cada 4 horas.



Enjuague el área con agua hervida fría y luego con tintura de yodo  
Cubra la herida y el hueso con un pedazo grande de gasa.



Inmovilice la extremidad con una tablilla y venda elástica, con cuidado de no poner la venda sobre la herida.  
Una vez que la extremidad haya sido inmovilizada, traslade a la persona a un centro médico.

## ANEXOS

### BOTIQUÍN DE PRIMEROS AUXILIOS:

En cada lugar donde se realiza un trabajo forestal debe existir un botiquín de primeros auxilios que tenga como mínimo lo siguiente:

Nombre	Descripción	Utilidad
Agua oxigenada	Líquido	Heridas
Alerfast	Tabletas	Alergias
Algodón	Fibra	Varios
Amoxicilina	Tabletas 500 mg	Garganta
Aspirinas	Tabletas	Dolor de cabeza
Bacterol fuerte	Comprimidos	Inf. Estomacal
Blumen-col	Gotas	Ojos desconges.
Curitas	Cinta	Heridas
Adrenalina	Ampolla	Alergia aguda
Digestan comp.	Sobre	Digestivo
Fungopirox	Crema	Hongos
Gasa	Compresas	Heridas
Hipoglos	Crema	Escaldadura
Klosidol	Tabletas	Fiebre
Mebendazol	Tabletas	Desparasitario
Mentisan	Crema	Varios
Microporo	Cinta	Heridas
Otazol	Gotas	Dolor de oído
Penicilina	Polvo	Heridas
Paracetamol	Tabletas	Fiebre
Quemaderm	Crema	Quemaduras
Tela adhesiva	Cinta	Heridas
Tijera	Metálica	Varios
Tintura de yodo	Líquido	Heridas
Viadil	Tabletas	Dolor estomago
Vendas elásticas	Cintas	Heridas profundas
Sueros de la vida	Sobre para un lt.	Deshidratación
Especifico	Jarabe	Picada víbora

**Nota:** La cantidad de medicamentos está en función del número de personas que se encuentran realizando actividades de manejo forestal.

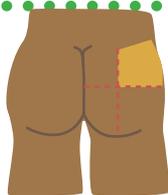
## ANEXOS

### CÓMO COLOCAR UNA INYECCIÓN INTRAMUSCULAR

#### PASO A PASO



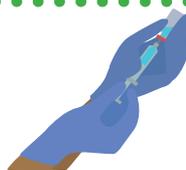
Lavar las manos, desinfectar con alcohol y colocar guantes de goma



Escoger el sitio en el que se va a inyectar y palpar para determinar si existen hematomas, endurecimiento o infección.



Abre el medicamento, si se trata de un bote de rosca o goma, limpiar la parte superior con alcohol.



Asegurar una jeringa nueva, llenar de aire y soltar. Pinchar la superficie de la ampolla y rellenar con la cantidad necesaria. Cuidar de no absorber aire.

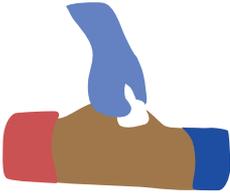


Colocar la jeringa con la punta hacia arriba y dar pequeños golpecitos para asegurarse que todo el aire se vaya a la parte de encima y luego expulsarlo.

# ANEXOS

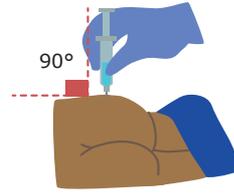
## CÓMO COLOCAR UNA INYECCIÓN INTRAMUSCULAR PASO A PASO

1



Limpiar el lugar donde se va a colocar la inyección con un algodón humedecido en alcohol.

2



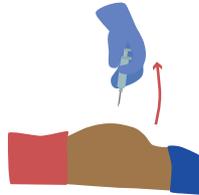
Introduzca la jeringa de forma recta, con un solo intento.

3



Jale el émbolo para ver que no entre sangre a la jeringa. De ser así, saque la aguja e inyecte de nuevo en un sitio cercano o en la nalga del otro lado.

4



Después de terminar de inyectar, saque la aguja en un solo movimiento.

5



Limpie con un algodón humedecido en alcohol el punto de sangre que quedó en el sitio de la inyección.

## Bibliografía

- BOLFORD; Merlo, Froilán; Rojas, Nelson; Contreras Freddy; Ledezma, José. 1999. "Guía de Operación del Sistema de Censos Forestales". Santa Cruz, Bolivia.
- BOLFORD; Tanner, Hans. 1997. "Técnica de Corta Dirigida". Santa Cruz, Bolivia.
- Ley Forestal N° 1700, 12 de julio de 1996. Congreso Nacional de Bolivia.  
Reglamento general de la Ley Forestal, Decreto Supremo N° 24453.
- Norma Técnica 136/97 para la "Elaboración de instrumentos de Manejo Forestal Comercial (inventarios, planes de manejo, Planes operativos, mapas) en Tierras comunitarias de origen". 1997. Ministerio de Desarrollo Sostenible y Medio Ambiente de Bolivia.
- Norma Técnica 248/98 para la "Elaboración de Instrumentos de Manejo Forestal (Inventarios, Planes De Manejo, Planes operativos, Mapas) en Propiedades Privadas o Concesiones con superficies mayores a 200 hectáreas". 1998. Ministerio de Desarrollo Sostenible y Medio Ambiente de Bolivia.
- IMAZON; Amaral.P.H, et al. 1998. "Bosques para siempre: un manual para la producción de madera en la Amazonia". Belem, Brasil.
- Fundación Puma Fondo Ambiental. 2011. "Manuales para el aprovechamiento forestal (censo forestal, caminos y patios de acopio, corte, rodeo, saneo, carguío, despacho y transporte de troncas)". Santa Cruz, Bolivia.



[www. ibifbolivia.org.bo](http://www.ibifbolivia.org.bo)



Con el apoyo de:

MÁS ROL PARA LOS MÚLTIPLES



Bélgica  
socio para el desarrollo

