

GUÍA SANITARIA A BORDO

VERSIÓN REDUCIDA

(Embarcaciones que naveguen hasta 10 millas náuticas de la costa)

© INSTITUTO SOCIAL DE LA MARINA



INSTITUTO SOCIAL
DE LA MARINA

Papel utilizado con sello fsc (*papel libre de cloro*)

NIPO: 273-16-051-0

NIPO WEB: 273-16-052-6

Depósito Legal: AS-01310-2021

ISBN: 978-84-18289-78-1

Maquetación: Seshat, *Producción Gráfica y Visual*

Imprime: HiFer Artes Gráficas - Oviedo / www.hifer.com

PRESENTACIÓN

El Instituto Social de la Marina (ISM) como organismo que, entre otras funciones y competencias, vela por la protección y promoción de los trabajadores del mar, ha venido publicando y distribuyendo gratuitamente diversas ediciones de la Guía sanitaria a bordo, instrumento imprescindible para la orientación de los responsables sanitarios a bordo en la realización de la consulta médica por radio.

Este dinamismo surge de la necesaria adaptación tanto a los avances científicos y técnicos en el ámbito sanitario como a los cambios normativos y a las necesidades detectadas en la comunidad marítima.

En este sentido, la nueva edición de *la Guía sanitaria a bordo en su versión reducida* se encuentra destinada a la numerosa flota que, en nuestro país, ejerce su actividad próxima a la costa, y que presenta unas necesidades específicas teniendo en cuenta la dotación de los botiquines de estas embarcaciones, la proximidad a los servicios sanitarios en tierra, los medios de evacuación existentes y los reducidos espacios a bordo.

Se ha mantenido la disposición general de la Guía Sanitaria a Bordo en su versión completa, dada su comprobada eficacia en la localización sin demoras por los responsables de la atención médica a bordo, de lo que debe hacerse ante las principales emergencias y urgencias. No obstante, la lectura de esta publicación, no sustituye la formación de los responsables sanitarios a bordo, sino que viene a complementarla.

La elaboración de este libro ha sido posible gracias a la dedicación, esfuerzo y la dilatada experiencia de los numerosos profesionales de Sanidad Marítima que, desde los orígenes del Servicio, han venido desarrollando su actividad en aras a garantizar la atención integral del trabajador del mar.

Esta nueva Guía pretende ser una herramienta más, que desde el ISM, ponemos al alcance del sector marítimo-pesquero, para contribuir a mejorar la salud en el ámbito laboral, favoreciendo la existencia de ese primer eslabón, fundamental en la cadena asistencial de socorro, que son los primeros auxilios.

En Madrid, 1 de septiembre de 2016

INTRODUCCIÓN Y MODO DE USAR LA GUÍA

La idea fundamental que ha dirigido la redacción de esta Guía es la de que sirva de instrumento en las consultas médicas realizadas a distancia. Además, debe permitir poder utilizar el botiquín en caso de necesidad urgente o cuando, por imposibilidad técnica, no se pueda comunicar con el Centro Radio-Médico. Con estos objetivos, se ha la obra en tres bloques temáticos

I. Actuación ante riesgo vital. Consta de dos capítulos, centrados en aquellas situaciones en las que hay que actuar inmediatamente y no se puede esperar a realizar una consulta radio-médica para recibir instrucciones. En estos capítulos se describe de una manera esquemática cómo reconocer estas situaciones y qué hacer ante ellas. Se pretende que, mediante unas indicaciones básicas y dibujos descriptivos, estos capítulos sirvan de recordatorio y guía a lo ya aprendido en los cursos de formación sanitaria. En cada página se expone una situación de riesgo vital, cómo reconocerla, qué hacer y qué no hacer ante ella.

La diferenciación de ambos capítulos se fundamenta en los tiempos de actuación, siendo las emergencias aquellas situaciones con riesgo vital que requieren una respuesta inmediata en los primeros cinco minutos (resucitación cardiopulmonar, control de hemorragias). Las urgencias son aquellas cuyo tiempo de respuesta puede demorarse más allá de los cinco minutos, pero debe ser pronta para evitar que evolucione a la muerte o a secuelas irreversibles.

Capítulo 1. Emergencias

Capítulo 2. Urgencias

II. Consulta radio-médica. Constará de cuatro capítulos. Este apartado aborda la consulta radio-médica y lo que la rodea: el examen previo del paciente, cómo se hace una consulta radio-médica y el botiquín reglamentario a bordo.

Capítulo 3. Examen del paciente

Capítulo 4. Consulta radio-médica

Capítulo 5. Botiquín de a bordo

III. Primeros auxilios a bordo. Organizado en dos capítulos. En ellos se exponen normas para el tratamiento de enfermos y accidentados. Está pensado para aquellas situaciones no urgentes en las que no se pueda hacer consulta radio-médica desde el barco. Además, puede, en el caso de que se haga, complementar a ésta.

Capítulo 6. Asistencia al accidentado

Capítulo 7. Asistencia al enfermo

La Guía debe guardarse a bordo, con el botiquín a bordo, para ser encontrada rápidamente. El responsable sanitario a bordo debe estar familiarizado con el contenido de la Guía y conocer su manejo:

- Ante una situación urgente, vaya directamente a buscar en el directorio **ACTUACIÓN ANTE UN RIESGO VITAL** (hoja siguiente) la ayuda que necesita para esa situación concreta. Puede que deba empezar por la primera, **VALORACIÓN DE LA EMERGENCIA**. Llegará a cada apartado a través de la pestaña concreta, numerada y coloreada (ver figuras).
- Antes de realizar una consulta radio-médica, consulte los Capítulos 3 y 4, donde encontrará la forma de hacer una breve Historia Clínica previa y cómo realizar correctamente después la propia consulta. A lo largo del texto se aconseja pedir ayuda médica con la leyenda «solicite **CONSEJO MÉDICO POR RADIO**».
- El responsable sanitario a bordo se debe familiarizar con la búsqueda rápida del término deseado en el **ÍNDICE ALFABÉTICO DE MATERIAS**, al final de esta guía.

BLOQUE I

ACTUACIÓN ANTE RIESGO VITAL

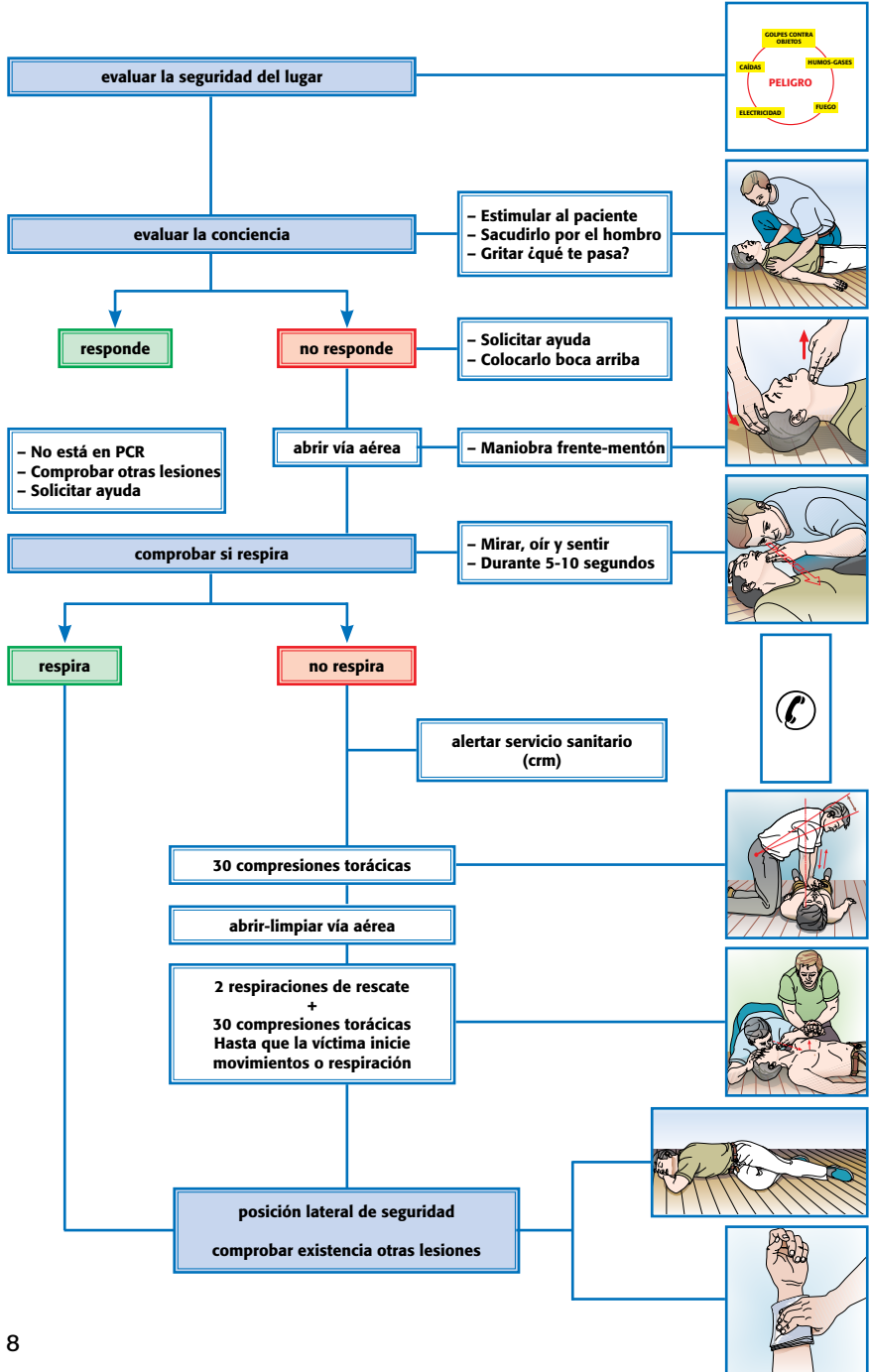
Emergencias

1

Urgencias

2

ACTUACIÓN ANTE RIESGO VITAL



INDICE GENERAL

PRESENTACIÓN	3
INTRODUCCIÓN Y MANERA DE USAR LA GUÍA	5
BLOQUE I: ACTUACIÓN ANTE UN RIESGO VITAL	7
CAPÍTULO 1. Emergencias	9
Valoración de la emergencia	10
Apertura de la vía aérea - Comprobación de la respiración	12
Restablecimiento de la circulación y respiración	14
Actuación ante una obstrucción de la vía aérea (atragantamiento)	18
Detención de hemorragias	20
Posición lateral de seguridad	22
CAPÍTULO 2. Urgencias	25
Shock	26
Reacción alérgica grave	27
Ataque al corazón	28
Apoplejía (parálisis)	29
Quemaduras	30
Lesiones de cabeza, cuello y espalda	32
Lesiones de tórax y abdomen	34
Fracturas y dislocaciones	35
Intoxicación por ingestión (por boca)	36
Intoxicación por inhalación (vía respiratoria)	37
Accidentes por frío: hipotermia	38
Accidentes por calor: golpe de calor	39

BLOQUE II: CONSULTA RADIO-MÉDICA	41
CAPÍTULO 3. Examen del paciente	43
Interrogatorio clínico	45
Exploración física	48
— Registro de constantes vitales	48
— Exploración por zonas corporales	49
CAPÍTULO 4. Asistencia médica a distancia	59
Forma de conectar con el Centro Radio-Médico Español	61
Normas para realizar la consulta radio-médica	63
Instrucciones a seguir para la toma de datos y síntomas del paciente ..	64
CAPÍTULO 5. Botiquín de a bordo	67
Normativa reguladora	69
Documentos sanitarios del botiquín a bordo en barcos que naveguen hasta 10 millas náuticas de distancia a la costa	70
Revisión de los botiquines a bordo	71
Mantenimiento y reposición del botiquín a bordo	72
Uso de medicamentos	73
Dotación del botiquín tipo C para barcos que naveguen hasta 10 millas náuticas de la costa	74
BLOQUE III: PRIMEROS AUXILIOS A BORDO	77
CAPÍTULO 6. Asistencia al accidentado	79
Heridas	81
Hemorragias	90
Quemaduras	93
Fracturas	97
Lesiones de las articulaciones	103
Inmovilizaciones y vendajes	105
Lesiones internas	118
Transporte de accidentados	119

Cuerpos extraños	124
Lesiones por animales marinos	126
Lesiones por frío o calor	128
Rescatados de ahogamiento	133
Intoxicaciones y envenenamientos	133
CAPÍTULO 7. Asistencia al enfermo	139
Alergia	141
Alteraciones de la conducta	141
Calambre muscular	142
Convulsión	144
Diarrea	145
Dificultad respiratoria	146
Dolor de abdomen	146
Dolor articular (reumatismo)	147
Dolor de cabeza	148
Dolor dental	148
Dolor de espalda	149
Dolor de garganta	150
Dolor de oídos	151
Dolor de pecho (torácico)	152
Dolor testicular	153
Hemorroides (almorranas)	153
Hernia	154
Mareo (mal de mar)	155
Ojo rojo	156
Parálisis (apoplejía)	157
Pérdida momentánea del conocimiento (síncope)	158
Vértigo	158
Vómito	159

ÍNDICE ALFABÉTICO DE MATERIAS

A

Abdomen, exploración, 52
Abdomen, herida, 83, 85
Abdomen, lesión, 34, 138
Accidentado, transporte, 119
Accidente cerebrovascular, 157
Accidente por calor, 39
Accidente por frío, 38
Agotamiento por calor, 132
Ahogamiento, 133
Alergia, 21, 47, 141
Alergia, reacción grave, 27
Almorranas, 153
Amputación, conservación, 89, 92,
Animales, lesiones, 126
Antebrazo, inmovilización, 111, 108
Anzuelo, herida, 87
Aplastamiento, herida, 87
Apoplejía, 29, 157
Articulaciones, lesiones, 103
Astilla (cuerpo extraño), 125
Ataque al corazón, 26, 28, 153
Atragantamiento, 9, 18

B

Bolsa de hielo, 35, 89, 93
Botiquín, 20, 27, 69, 96, 103, 104,
105, 109, 112, 124, 127

Brazo, inmovilización, 110
Bultos, 52, 56, 58

C

Cabestrillo, 103, 107, 109, 110, 111,
112
Cabeza, exploración, 49, 51
Cabeza, lesión, 12, 32,
Cadera, fractura, 102, 116
Cadera, inmovilización, 116
Calambre muscular, 142, 143
Calor, lesiones, 39
Calor, calambres, 143
Camilla improvisada, 122
Cefalea, 148
Centro Radio-Médico Español, 61
Certificado de Revisión
del Botiquín, 70, 71
Clavícula, inmovilización, 108
Codo, inmovilización, 110
Columna vertebral,
inmovilización, 113
Collarín cervical, 33, 102, 108
Conciencia, 11, 29, 32, 36, 39, 47,
90, 97,
Congelaciones, 128
Conjuntivas, alteraciones, 50
Constantes vitales, 48
Consulta radio-médica, 6

Convulsión, 144
Corazón, ataque, 26, 28, 153
Corrosivas, sustancias tóxicas, 135, 137
Costillas, inmovilización, 113
Cráneo, fractura, 101
Cuadruplejía, 157
Cuello, exploración, 52
Cuello, inmovilización, 102, 108
Cuello, lesión, 12, 22
Cuerpos extraños, 82, 83, 84, 124, 126
Cuerpos extraños (Atragantamiento), 18
Cuerpos extraños en las heridas, 125

D

Dedo luxado, 97, 112, 118
Dedos de la mano, inmovilización, 112
Dedos del pie, inmovilización, 118
Depresoras, sustancias tóxicas, 135
Derrame en el ojo, 156
Diarrea, 26, 46, 126, 145
Dificultad respiratoria, 47, 146
Dislocación, 35
Documento de control del contenido del botiquín, 70
Documentos sanitarios, 70
Dolor articular, 147
Dolor de abdomen, 146
Dolor de cabeza, 29
Dolor de espalda, 149

Dolor de garganta, 150
Dolor de oídos, 151
Dolor de pecho, 152
Dolor testicular, 153
Dolor dental, 148
Dolor lumbar, exploración, 55
Dotación del botiquín, 74, 81, 82

E

Emergencias, 3, 5, 9
Envenenamientos, 134
Epilepsia, 141, 144, 145
Epistaxis, 90
Erizos de mar, 127
Esguinces, 103, 104, 118
Espalda, exploración, 55
Espalda, lesión, 100
Espinas, 125, 126
Eversión del párpado, 50
Excitantes, sustancias tóxicas, 135
Exploración física, 48
Exploración por zonas corporales, 49
Explosión, herida, 87
Extremidades, exploración, 56

F

Faringitis, 150, 151
Fémur, inmovilización, 116
Férula, 103, 104, 105, 110, 111, 112, 116, 117, 118
Flemón dental, 149
Fractura, 33, 35, 47, 97

Fractura de columna vertebral, 100
Fractura de cráneo, 101
Fractura de la cadera, 102
Frecuencia respiratoria, 48, 152,
Frío, como tratamiento, 90, 103
Frío, lesiones, 38, 128, 130

G

Gasas grasas, 75, 84, 96
Golpe de calor, 132

H

Heimlich, maniobra, 19
Hemorragia, 9, 12, 20
Hemorragia en el labio, 91
Hemorragia por la nariz, 90
Hemorroides, 153
Herida, 81
Herida, cuerpos extraños, 124
Herida en el abdomen, 85
Herida en el tórax, 84
Heridas graves, 83, 84
Heridas leves, 82
Heridas por anzuelo, 87
Heridas por aplastamiento, 87
Heridas por explosión, 87
Hernia, 154
Hiposfagma, 156
Hipotermia, 38, 128, 130
Historia clínica, 6, 45, 49
Hoja de Registro de la Administración de Fármacos a bordo, 70

Hombro luxado, 109
Hombro, inmovilización, 109

I

Inmovilizaciones según zona corporal, 108
Intoxicación por ingestión, 36
Intoxicación por inhalación, 37
Intoxicación por inoculación, 137
Intoxicación por vía cutánea, 137
Irritantes, sustancias tóxicas, 135

L

Labio, hemorragia, 91
Laringitis, 150
Lesiones internas, 118
Lipotimia, 158
Lumbalgia, 149
Luxación, 35,

M

Mandíbula, inmovilización, 108
Maniobra de Heimlich, 19
Mano, inmovilización, 112
Mantenimiento del botiquín, 72
Mareo, 155
Medicamentos, uso, 73
Médula espinal, lesión, 100, 157
Medusas, 127
Miembro amputado, conservación, 89
Mordedura, lesiones, 128
Muñeca, inmovilización, 111

N

Nariz, cuerpo extraño, 126
Nariz, sangrado, 90
Normativa reguladora, botiquines a bordo, 69

O

Oído, cuerpo extraño, 125
Ojo rojo, 50, 156
Ojo, cuerpo extraño, 50, 124
Ojo, derrame, 156
Ojo, quemadura, 31
Orina, color, 47

P

Parálisis, 157
Paraplejía, 157
Párpado, eversión, 50
Pelvis, inmovilización, 116
Pérdida del conocimiento, 29, 101, 158
Picadura, lesiones, 126
Pie, inmovilización, 118
Piel, exploración, 56
Pierna, calambre, 142
Pierna, inmovilización, 117
Poliartritis, 147
Posición lateral de seguridad, 22
Pterigion, 157
Pulso, 48
Pupilas, exploración de reflejo, 49

Q

Quemaduras, 30

R

Reacción alérgica grave, 26, 27, 127, 141
Reanimación cardiopulmonar, 13, 19, 102, 130
Reposición del botiquín, 72
Respiración, comprobación, 12, 13, 102, 130, 131,
Respiración, dificultad, 18, 141
Reumatismo, 147
Revisión periódica de los botiquines, 71
Rodilla, inmovilización, 116

S

Sangre por la nariz, 90
Shock, 26, 95, 98,
Síncope, 126, 144, 158
Sutura adhesiva, 83

T

Tobillo, inmovilización, 118
Tórax, exploración, 52
Tórax, herida, 84
Tórax, lesión, 118
Torniquete, 92
Tóxicos, 134,
Transporte con camilla improvisada, 122

Transporte del accidentado, 119
Transporte sin camilla, 119
Traumatismo craneal, 102
Tumoraciones, 58

U

Urgencias, 3, 5, 7, 21, 22, 25
Urticaria, 141,
Uso de medicamentos, 73

V

Venda triangular, 92, 107, 109, 113
Vendaje, 96, 99, 103, 105
Vía aérea, cuerpo extraño, 18
Vendaje en ocho, 108,
Violento, paciente, 142
Vertebral, fractura, 100, 102
Vómito, 159
Vértigo, 155, 158

