

## 2. ACCIDENTES

### Cómo actuar ante una sospecha de fractura o lesión importante después de una caída

#### ¿Qué es?

Es muy frecuente que los niños sufran caídas y accidentes mientras juegan o hacen deporte.

La **fractura** es la rotura de un hueso. Son muy frecuentes en la niñez. La causa más frecuente son las caídas.

El **esguince** ocurre cuando los ligamentos se han estirado demasiado o están parcialmente desgarrados. Los ligamentos son las conexiones que mantienen los huesos juntos. Suelen pasar en los niños mayores y adolescentes.

#### ¿Qué hay que saber?

Debe **sospechar una fractura** si ha sentido o escuchado el ruido de un hueso como si se quebrara. También, si tiene dificultades al mover la parte donde se ha golpeado o bien la mueve de forma poco natural o le duele mucho al tocarse. En los niños muy pequeños a veces es difícil sospechar una fractura porque no saben describir lo que sienten.

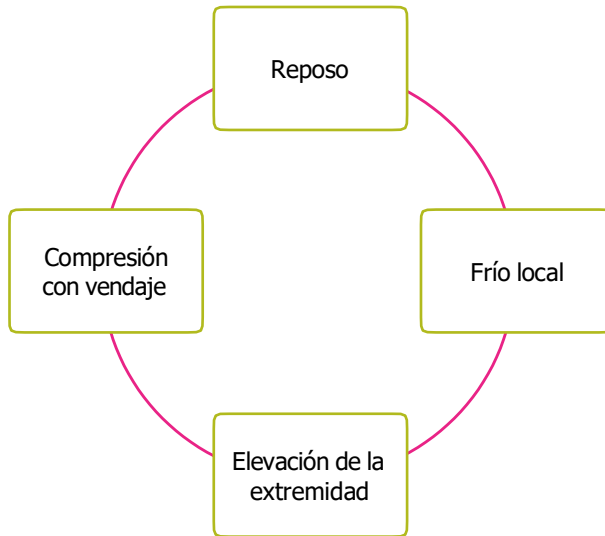
Debe **sospechar un esguince** si ha visto una torcedura y el niño refiere dolor o aparece hinchazón sobre el área lesionada.

#### ¿Cómo actuar?

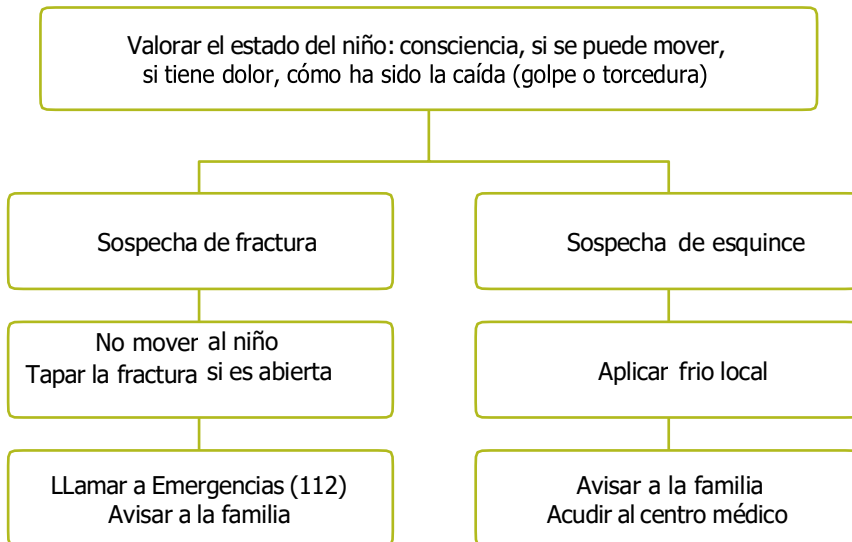
- Si se sospecha la fractura de un hueso debemos llamar al 112.
- Si la herida está localizada en la espalda o en el cuello no se debe mover al niño salvo que corra peligro.
- Si el niño tiene una herida por donde puede verse el hueso sobresalir y existe sangrado se debe aplicar presión con una compresa de gasa. No intente empujar hacia adentro la parte del hueso que puede estar visible.
- Si no sangra, coloque una bolsa de hielo cubierta con una gasa sobre el área lesionada.
- Mantenga al niño tumbado hasta que llegue la ayuda médica.
- Si se sospecha un esguince debe aplicar una bolsa de hielo cubierta con una gasa sobre el área lesionada. No aplique calor porque incrementa el dolor y la hinchazón.
- Luego se eleva el miembro o se pone en cabestrillo.
- Avisar a la familia.



## Pilares del tratamiento inicial de un esguince



## Protocolo de actuación ante una caída con fractura o esguince



## Recursos

- Los 5 pasos que hay que seguir si nuestro hijo sufre una torcedura, un esguince o una fractura: <https://faros.hsjdbcn.org/es/articulo/5-pasos-hay-seguir-si-nuestro-hijo-sufre-torcedura-esguince-fractura>
- Primeros auxilios para las fracturas y esguinces: <https://raisingchildren.net.au/toddlers/safety/cpr-first-aid/ricer-first-aid>