

¿CÓMO NO SER UN PACIENTE TRAUMATOLÓGICO, O AL MENOS EVITARLO?

INTRODUCCIÓN

Partimos de que se es paciente traumatológico en el 90% de los casos tras sufrir un accidente sea de la índole que sea.

Definición de accidente según la OMS 1958: "Acontecimiento fortuito, generalmente desgraciado o dañino, o acontecimiento independiente de la voluntad humana, provocado por una fuerza exterior que actúa rápidamente y que se manifiesta por un daño corporal o mental".

INCIDENCIA

Un estudio elaborado por el Instituto Nacional de Consumo revela que el hogar sigue siendo el lugar más peligroso, con el 58% de los accidentes domésticos y de ocio registrados el año pasado, la mayoría por azar o imprudencia.

HERRAMIENTAS QUE VAMOS A UTILIZAR PARA NO SER UN PACIENTE TRAUMATOLÓGICO O AL MENOS EVITARLO. LA PREVENCIÓN.

PREVENIR: Vamos a prevenir a través de la Educación para la salud, vamos a valorar dónde están los riesgos y sus consecuencias y cómo actuar para que no ocurran los accidentes o disminuirlos.

Hoy día la Educación para la Salud es la herramienta que tenemos todos los sanitarios para mejorar el bienestar de la sociedad, en presente y futuro.

¿DÓNDE VAMOS A PREVENIR?

1. En el hogar.
2. En el trabajo.

ACCIDENTES DOMÉSTICOS

Los accidentes constituyen una causa de muerte exógena y por tanto, vulnerable a las actuaciones preventivas de las políticas de salud.

Los accidentes infantiles constituyen la primera causa de muerte para la población de 1 a 14 años, sin embargo, su trascendencia social incluye otras muchas razones.

EPIDEMIOLOGÍA DE LOS ACCIDENTES

En los accidentes encontramos tres elementos básicos:

1. Sujeto susceptible.
2. Medio ambiente físico y humano favorable.
3. Agentes que lo provocan.

1. Sujeto susceptible.

- a) Niños: De 1 a 4 años. De 5 a 9 años. De 10 a 14 años.
- b) Mayores de 65 años.
- c) Amas de casa.

2. Medio Ambiente Social, Espacial y Temporal.

Medio familiar: Falta de vigilancia, Ausencia del orden, Falta de educación.

Medio ambiente espacial: Hogar, Escuela, Vías de tránsito, otros lugares.

3. Agentes que lo provocan.

CONSECUENCIA DE LOS ACCIDENTES

Caídas, intoxicaciones, alergias e irritaciones, quemaduras, incendios y explosiones, electrocución, asfixia respiratoria, golpes y atrapamientos, heridas.

Por ello debemos aumentar la atención y el cuidado, seguir hábitos seguros en todo lo que concierne a los aparatos, productos, instalaciones y situaciones que en el hogar se van sucediendo.

Caídas: Ocupan más del 90% de los accidentes domésticos.

- Principales causas de las caídas:

- pavimentos poco limpios.
- suelos resbaladizos.
- existencia de huecos abiertos o mal protegidos.
- en bañeras.

- Medidas de Actuación a seguir.

ACCIDENTES EN EL TRABAJO.

Por la importancia que tienen los accidentes producidos por caídas de altura a nivel traumatológico, nos vamos a centrar en ellos, ya que son consecuencia de un 16 % de la mortalidad en trabajadores y un alto porcentaje de grandes invalideces.

Se considera caída de altura, aquella que se ha producido a partir de 2 metros. Existen distintos sectores expuestos a este grave riesgo, como son:

- Sector de la construcción.
- Trabajos en postes o torres.
- Actividades de montaje y desmontaje de elementos prefabricados.
- Labores de reparación, conservación y/o saneamiento.
- Operaciones de pintura y de limpieza.
- Actividades en ascensores, mecanismos elevadores, grúas y medios de transporte.
- Cabinas de conductor de estibadores con horquilla elevadora.
- Emplazamiento de torres de perforación.
- Fosas, zanjas, pozos, galerías y canalizaciones de gran diámetro.

Quizás no todos estemos en contacto con trabajadores de estos distintos sectores, pero seguro que conocemos amigos, familiares, etc., que se dedican a trabajos con riesgo en caídas en altura y podremos hacerles ver la importancia del cumplimiento de las normas de prevención y seguridad laboral, para prevenir un posible accidente con el resultado de traumatismo grave y/o invalidante.

En una caída de altura se puede lesionar cualquier zona del cuerpo. Podemos realizar una clasificación respondiendo a la zona afectada.

- Cabeza: suelen ocasionar graves lesiones. Es el traumatismo que provoca el fallecimiento del trabajador con mayor frecuencia.
- Columna vertebral: lesiones graves con grandes secuelas permanentes asociadas (parálisis, etc.)
- Tronco: lesiones orgánicas internas con grave riesgo de fallecimiento.
- Extremidades: Fracturas de alta energía con graves repercusiones en la posterior reincorporación de los trabajadores a la vida activa.
- Múltiple localizaciones: pueden estar afectadas dos o más segmentos de los referidos anteriormente.

El tratamiento de estas lesiones suele ser quirúrgico y los resultados suelen ser desesperanzadores, tanto para el traumatólogo como para el propio paciente. Tras una larga convalecencia suele dejar secuelas severas para la marcha que incapacitan al trabajador para reincorporarse a su trabajo.

La prevención es relativamente sencilla y se basa en acotar los espacios por los que se pueden precipitar los trabajadores con vayas, barandillas, redes, etc. Y proporcionar a los trabajadores los equipos de protección individual (EPI) apropiados y la formación necesaria para su uso.

CONCLUSIONES

En nuestra mano está Educar para la Salud, Educar para la Vida y utilizar la gran herramienta que es la **Prevención** para ***no ser un paciente traumatológico, o al menos evitarlo.***