

# Lleve todo bien pensado: registros, listas de control y fechas de caducidad de su botiquín

En el Departamento de Formación de DAN ha habido numerosas ocasiones en que participantes de nuestros cursos que se han visto implicados en un accidente nos han dicho que ojalá hubieran dedicado unos minutos a hacer una comprobación previa de su equipo de seguridad.

No espere a comprobar su equipo de seguridad y primeros auxilios justo antes de una salida de buceo: es importante hacerlo con regularidad. Lleve un registro para recordar las fechas de caducidad y cuándo se ha realizado el mantenimiento del equipo. Si le dedica un poco de tiempo cada dos semanas (o incluso una vez al mes) y crea una sencilla lista de control con todos los artículos desechables y no desechables, podrá evitar problemas que se presentan como resultado de los descuidos o la falta de preparación.

En el anterior análisis de un caso, la especialista en primeros auxilios de DAN abordaba los procedimientos para tratar lesiones habituales producidas por seres vivos marinos, como es el caso de las laceraciones y las abrasiones. En los cursos DAN le ofrecemos tanto los conocimientos teóricos sobre este tema como la posibilidad de llevar a la práctica las distintas técnicas. Ambos aspectos son necesarios para resolver situaciones complicadas y ayudar a impedir que una lesión grave o potencialmente mortal vaya todavía a peor.

Manos a la obra: el botiquín de primeros auxilios para el buceador Lo primero es plantearnos qué materiales hay que llevar y qué debemos hacer para que todos los componentes estén a nuestra disposición y en buenas condiciones siempre que los necesitemos.

Empecemos por un botiquín básico para el buceador. Los artículos que figuran en la siguiente tabla son los fundamentales que se encuentran en el Botiquín DAN.

## **Vendas y apósitos**

Como puede observar, los artículos se dividen en módulos o paquetes, de manera que se pueda ir directamente a lo que uno necesita. Por ejemplo, el módulo «Stop Bleeding» para el control de hemorragias contiene todo lo necesario para actuar en caso de hemorragia: guantes protectores, gasas de 10×10 cm o de 5×5 cm, vendas y otros elementos que permiten ejercer presión directa.

¿Sabía que las gasas estériles y otros materiales esterilizados que se emplean para vendar tienen fecha de caducidad? El fabricante no garantiza que los artículos incluidos en los paquetes sigan siendo estériles después de dicha fecha. Para evitar infecciones, es muy importante utilizar vendajes limpios y estériles, de modo que no debemos olvidar hacer una revisión regular de estos artículos.

## **Medicamentos y soluciones para irrigación**

Lleve siempre una bolsa con medicamentos y otros productos, como agua oxigenada o una solución salina. La bolsa debería contener lo siguiente: analgésicos de venta sin receta (por ejemplo, ibuprofeno y paracetamol), cremas antibióticas, loperamida (para la diarrea) y antiácidos.

Lleve un inventario regular de estos artículos por si alguno ya se hubiera usado o si se acerca la fecha de caducidad. Asegúrese de que su botiquín también contiene una cantidad adecuada de ácido acético (vinagre de uso doméstico) para neutralizar picaduras venenosas de distintos seres vivos marinos, y suelo salino o agua estéril para irrigar y limpiar heridas.

## **Desinfecte después de usar**

Algunos elementos del botiquín pueden desinfectarse y volverse a utilizar, por ejemplo, una férula flexible, una jeringa de 20 ml con cono de tipo catéter (para irrigar) y la mascarilla nasofacial DAN de reanimación. Antes de utilizar estos dispositivos, asegúrese de que sabe cómo desinfectarlos correctamente.

Existen numerosas soluciones desinfectantes en el mercado, aunque unas son mejores que otras. Frecuentemente se utiliza una solución de lejía al 10%: los artículos se sumergen durante unos cinco minutos, se aclaran con agua dulce y se dejan secar al aire. Nunca se deben desinfectar y reutilizar los artículos de usar y tirar.

### **El equipo «pesado»**

Lo esencial no es sólo un buen botiquín, también lo son el equipo de oxígeno y el desfibrilador externo automatizado (DEA). En los cursos DAN de formación, siempre recomendamos que compruebe su equipo antes de salir a bucear.

### **Equipos de oxígeno**

A menudo, la mascarilla con válvulas unidireccionales y bolsa reservorio del equipo de oxígeno se ha abierto y vuelto a guardar de cualquier manera en la maleta, o bien los tubos o el manorreductor para el oxígeno ya no están ahí, o la botella de oxígeno se encuentra vacía o casi vacía. Con demasiada frecuencia es evidente que el manorreductor y el regulador a demanda inspiratoria no han pasado nunca una revisión, o lo hicieron hace demasiado tiempo.

El fabricante de los equipos de oxígeno DAN recomienda que el mantenimiento se lleve a cabo cada dos años. En la página web de DAN America (<http://www.diversalernetnetwork.org/training/oxygen/repair.asp>) encontrará una lista con los centros de servicio técnico autorizados de Allied Healthcare Products. No tiene más que entrar en el sitio web de DAN, hacer clic en «Training & Education», y luego en «Oxygen Resources».

No olvide rellenar sus botellas de oxígeno en un proveedor acreditado de gas medicinal. En los Estados Unidos, la Food and Drug Administration (Agencia Estadounidense del Medicamento) ha establecido determinados requisitos para el llenado de botellas de gas medicinal. Por ejemplo, las botellas de oxígeno destinado a usos médicos tan sólo pueden llenarse con oxígeno medicinal. Además, los proveedores de gas deben inspeccionar el estado de la botella antes de rellenarla.

Una vez listo para el rellenado, el oxígeno se divide en lotes y se somete a análisis. En cada botella se indica el número de lote y la fecha de caducidad del gas. La mayoría de los proveedores de oxígeno medicinal cambian las botellas vacías por otras llenas para ahorrar el tiempo que requiere volverlas a llenar. Dado que los equipos de oxígeno DAN no utilizan botellas de tamaño estándar, será preciso dejarlas y volver más tarde a recogerlas. Normalmente, los proveedores de gas no rellenan las botellas en el momento.

### **Desfibriladores externos automatizados**

Cada vez es más frecuente encontrar un DEA, vayamos donde vayamos. Su equipo DEA debe someterse a exámenes regulares para garantizar que funciona correctamente y que cuenta con todos los elementos necesarios. Compruebe también la fecha de caducidad de los electrodos y asegúrese de que no falta ningún accesorio, como pueden ser las tijeras para cortar la ropa o el traje húmedo, o una toallita para secar el área en la que se van a fijar los electrodos. La mayor parte de los DEA está programada para realizar comprobaciones a diario; sin embargo, también es conveniente que usted realice una revisión más exhaustiva, por ejemplo una prueba de inserción de la batería (si el DEA permite esta función).

### **Conocimientos personales**

En cada inmersión que realicemos no sólo nos debemos preocupar por disponer de un buen equipo de seguridad, sino también de que haya gente que sepa cómo utilizarlo. Debemos mantener al día nuestros conocimientos de RCP y primeros auxilios. DAN ofrece toda una gama de cursos que complementan los primeros auxilios básicos con formación específica para la asistencia a buceadores.

Un curso perfecto para todos los que buceamos (y en especial para el personal de centros de buceo) es el de Socorrista DAN de gestión de emergencias de buceo (DEMP), que engloba los conocimientos de Primeros auxilios con oxígeno en accidentes de buceo, Primeros auxilios en lesiones producidas por seres vivos marinos peligrosos, Desfibrilador externo automatizado (AED) en el buceo, y un apartado optativo de Nivel avanzado de Primeros auxilios con oxígeno en accidentes de buceo para quienes deseen formación adicional.

Practique con regularidad cómo actuar en situaciones que planteen distintas situaciones de emergencia, de manera que todo el mundo esté bien preparado si se diera un caso real. En las embarcaciones, asegúrese de que todos conocen dónde se encuentra el equipo de emergencias y la radio. Para las personas que no buceen, pero que trabajen en una embarcación o con buceadores, la formación ideal sería el curso DAN primeros auxilios en accidentes de buceo para no buceadores.

Diseñe un buen plan de atención de urgencia y planifique ejercicios prácticos regularmente. DAN Training está a su disposición para ayudarle a través de sus cursos y seminarios por internet y, por supuesto, con su asesoramiento siempre que lo necesite.

### **Puntos básicos**

En posibles accidentes de buceo, DAN recomienda:

- Aleje a la persona accidentada del peligro;
- Compruebe la seguridad del entorno;
- Compruebe los puntos ABC (vías respiratorias Abiertas, Buena respiración, Circulación);
- Coloque al buceador accidentado tumbado en una postura cómoda (Nota: si el accidentado tiene náuseas o está inconsciente o semiinconsciente, póngalo de costado y con la cabeza apoyada, en lo que se conoce como posición lateral de seguridad);
- Si el buceador accidentado está consciente y orientado y no tiene dificultad para respirar, puede darle una bebida no gaseosa y sin alcohol ni cafeína, como por ejemplo agua o un zumo de frutas;
- Administre la mayor concentración posible de oxígeno inspirado colocándole al accidentado una mascarilla nasofacial de reanimación bien ajustada;
- Dé la alerta a los servicios médicos de urgencias de su área;
- Póngase en contacto con DAN para asegurarse de que el buceador accidentado está recibiendo la asistencia adecuada y, si fuera necesario, para remitirlo al centro hiperbárico disponible más cercano. Éste es un servicio disponible para todo el mundo, independientemente de cuál sea su tipo de seguro o de si es socio de DAN o no.