

TEMA 9: FRACTURAS, LUXACIONES Y ESGUINCES

1. FRACTURAS

1.1. ¿Qué es una fractura?

La fractura es la pérdida de continuidad de la superficie de un hueso, es decir, la rotura de un hueso. En las fisuras, la rotura es incompleta.

El mecanismo más frecuente es un traumatismo o golpe directo en la zona lesionada. Así mismo, pueden aparecer fracturas como consecuencia de enfermedades sin estar asociadas a traumatismos.



Podemos encontrarnos con dos tipos de fracturas

1.2. Tipos de fracturas

- Dependiendo de si está respetada o no la integridad de la piel:
 - **Fracturas cerradas**, cuando se rompe el hueso, pero no hay heridas en la piel.
 - **Fracturas abiertas**, cuando hay una herida que comunica el hueso con el exterior, pudiendo incluso asomar los fragmentos de hueso a través de la abertura. Son más peligrosas; pues conllevan el riesgo de infección y de hemorragia.

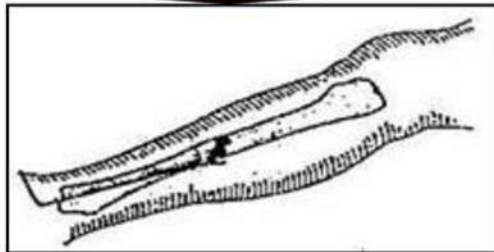
FRACTURAS

Rotura parcial o total de **huesos**.

Síntomas: **dolor, inflamación, dificultad de movimientos, deformidad de la articulación**,..., y en ocasiones **hemorragias**.

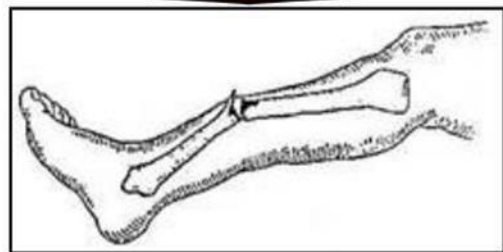
“cerradas”

La piel está intacta y la fractura es interna
Puede haber **desplazamiento** de los huesos



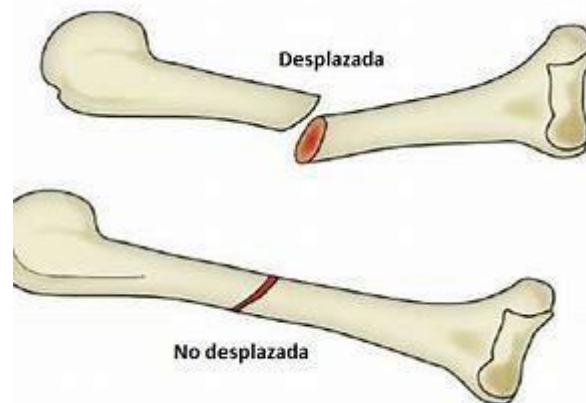
“abiertas”

La piel rompe y el hueso sale al exterior
Normalmente, hay **hemorragia**
Se deben atender con **urgencia**



- De cara a su posterior inmovilización:

- **Fracturas alineadas:** los fragmentos óseos no se han movido.
- **Fracturas desplazadas:** los fragmentos óseos se desvían por las tensiones musculares.



1.3. Síntomas generales de una fractura

De forma general, se puede sospechar de la existencia de una fractura si el accidentado presenta varios de los siguientes síntomas:

- Dolor, que aumenta al presionar en el punto de la lesión.
- Hinchazón, calor y enrojecimiento de la zona.
- Incapacidad funcional, imposibilidad o limitación de los movimientos habituales.

- Movimientos anormales, crepitación y chasquido o ruido en el momento de producirse.
- Deformidad de la zona, en las fracturas con desplazamiento.
- Hemorragia, en las fracturas cerradas se verá hematoma (cardenal).
- Shock, provocado por la propia hemorragia o por el dolor. Ante la posibilidad de que pueda existir además una hemorragia o por las repercusiones del dolor, observaremos síntomas generales como taquicardia, palidez, etc.

1.4. Actuación de primeros auxilios

Nuestra acción será:

1. Evitar movilizaciones innecesarias que pudieran ocasionar lesiones añadidas
2. Exploración:
 - Evaluación primaria: signos vitales.
 - Evaluación secundaria: preguntando por sensaciones, dolor, posibilidad de movimiento, comparación de extremidades, acortamiento de las mismas, deformidades, etc.
3. Ante una fractura abierta poner apósito estéril o pañuelo limpio sobre la herida.
4. Inmovilizarla fractura en la misma posición que la encontremos, nunca intentar realinear el miembro fracturado
5. Tapar al accidentado (Protección térmica).
6. Evacuación, manteniendo el control de las constantes vitales y vigilando el acondicionamiento de la fractura.

1.5. Inmovilización

Si no se mueve el hueso ni la articulación conseguiremos:

- Prevenir posibles lesiones en músculos, nervios y vasos sanguíneos.
- Evitar que cambie de cerrada a abierta o de incompleta a completa.
- Reducir el dolor.
- Evitar el shock.

Para inmovilizar una fractura se deberán seguir las siguientes recomendaciones:

- Tranquilizar al accidentado y explicarle lo que le vamos a hacer.
- Quitar todo lo que le pueda comprimir cuando se produzca la inflamación (relojes, anillos, cadenas...)
- Inmovilizar, hay dos técnicas:
 - Con material rígido (férulas) que pueden ser improvisados con tablas, palos, cartón...

- Con ayuda de pañuelos triangulares, vendas, etc. que una vez colocados hagan la misma función que el rígido
- Almohadillar las férulas que se improvisen (maderas, troncos, etc) con algodón, tela, etc.
- Inmovilizar una articulación por encima y por debajo del punto de fractura.
- Nunca reducir una fractura (no poner el hueso en su sitio).
- Trasladar siempre a un centro hospitalario. Ante cualquier duda, es preferible pedir CONSEJO MÉDICO POR TELÉFONO antes de actuar. LA INMOVILIZACIÓN SE IMPROVISA CON: BASTONES, TABLILLAS, REVISTAS, ETC, Y SE SUJETA CON: VENDAS, CINTURONES, ETC.



Enfermedades que pueden aumentar el riesgo de sufrir fracturas y fisuras en los huesos:

- **Osteopenia** (Densidad mineral ósea más baja de lo normal).
- **Osteoporosis** (Disminución más grave de la densidad del tejido óseo).
- **Osteogéneis imperfecta** (Defecto genético que da fragilidad a los huesos).
- **Enfermedad de Paget** (Enfermedad de origen desconocido que causa un proceso anormal de regeneración del hueso).
- Otras: **Cáncer, infecciones, mala nutrición, factores genéticos.**

2. LUXACIONES

2.1. ¿Qué es una luxación?

La luxación es la separación mantenida de las superficies articulares, por la cual la articulación queda totalmente desmontada, es decir, que el hueso se sale de su sitio.



Las principales causas son las caídas o los impactos fuertes contra la articulación. Puede ir acompañada de rotura de ligamentos, de las fibras musculares que envuelven la articulación o incluso puede haber fractura de los huesos implicados.

2.2. Síntomas generales

Los síntomas de una luxación son los siguientes:

- Dolor intenso como consecuencia de la ruptura o tensión que padecen los ligamentos y las fibras musculares.
- Inflamación de la zona. ○ Deformidad de la articulación afectada.
- Impotencia funcional total de la articulación porque ha perdido por completo su función.

2.3. Actuación de primeros auxilios El

modo de actuación ante una luxación sería:

1. Aplicar frío local.
2. Inmovilizar la extremidad afectada (por ej. con un pañuelo grande en caso de una extremidad superior).

3. No reducir nunca la luxación, intentando poner los huesos en su sitio. Podríamos dañar los nervios y vasos sanguíneos situados justo al lado de la articulación afectada.
4. Trasladar urgentemente a un centro sanitario.

3. ESGUINCES

3.1. ¿Qué es un esguince?

El esguince, conocidos como torceduras, consisten en la separación momentánea de las superficies articulares, generalmente después de realizar un movimiento forzado, que suele producir un estiramiento muscular y, a veces, su ruptura.

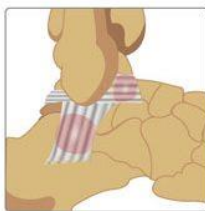
Puede suceder que el esguince arranque un trozo de hueso. Esto solamente se puede detectar a través de una radiografía, por lo que siempre habrá que llevar a la persona afectada a un centro sanitario.

Movimientos accidentales del pie que pueden causar un esguince:

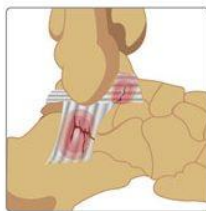
- **Inversión:** Doblar el pie bruscamente hacia fuera.
- **Eversión:** Doblar el pie bruscamente hacia dentro
- **Esguince alto de tobillo:** Al torcer o rotar el tobillo bruscamente de adelante a atrás. Se afecta la zona superior del tobillo.

Grados de un esguince:

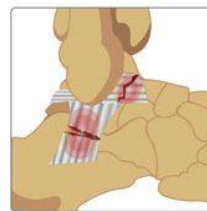
- **Grado 1:** Hay distensión de los ligamentos sin llegar a una rotura de estos.
- **Grado 2:** Existe rotura parcial del tejido ligamentoso.
- **Grado 3:** Hay una rotura completa de la porción ligamentosa.



Tipo 1



Tipo 2



Tipo 3

3.2. Síntomas de un esguince

Los síntomas que presenta la persona son los siguientes:

- Dolor intenso localizado en el punto de la lesión.
- Inflamación de la zona.
- Dificultad, más o menos manifiesta, para seguir moviendo la articulación.
- La lesión suele ir acompañada de hemorragia en los tejidos circundantes, lo cual produce un hematoma en la zona.

3.3. Actuación en Primeros auxilios

El modo de actuación que adoptaremos será el siguiente:

1. Aplicar frío local mediante hielo o una compresa fría.
2. Compresión sobre la lesión.
3. Reposo de la zona lesionada, mediante la inmovilización de la articulación si disponemos de vendas y tenemos conocimientos para ello.
4. Elevación de la extremidad afectada.
5. Acudir a un centro hospitalario.