



Directrices sobre los primeros auxilios y el VIH/SIDA



INTERNATIONAL COMMITTEE OF THE RED CROSS



Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

© Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

Está autorizado citar, copiar, traducir a otros idiomas o adaptar a las necesidades locales cualquier parte de esta publicación sin necesidad de solicitar previamente la aprobación de la Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja, siempre que se indique la fuente de manera expresa e inequívoca.

Ilustraciones: Sr Chung Chun Yu, voluntario de la Cruz Roja de Hongkong, filial de la Cruz Roja China

2001

Federación Internacional de Sociedades
de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja
Apartado Postal 372
CH-1211 Ginebra 19
Suiza
Teléfono: (41 22) 730 4222
Fax: (41 22) 733 0395
Correo electrónico: secretariat@ifrc.org
Sitio Web : www.ifrc.org

Comité Internacional de la Cruz Roja
19, avenida de la Paix
CH-1211 Ginebra 19
Suiza
Teléfono: (41 22) 734 6001
Fax: (41 22) 733 2057
Correo electrónico: icrc.gva@icrc.org
Sitio Web : www.icrc.org

Índice de materias

Introducción _____	5
Información sobre VIH/SIDA _____	6
Posición de la Federación Internacional en materia de VIH/SIDA _____	8
Primeros auxilios y VIH/SIDA _____	8
Medidas básicas de higiene en primeros auxilios _____	9
Áreas específicas de riesgo _____	11
Barreras a la transmisión _____	14
Referencias _____	16

Prefacio

La pandemia del VIH/SIDA sigue devastando comunidades en todas partes del mundo. Más de cinco millones de personas enfermaron el año pasado, y el impacto del virus sobre la salud y el desarrollo socioeconómico en muchos países es enorme. La Cruz Roja y la Media Luna Roja reconocen la magnitud del problema y la necesidad de que todos respondamos de acuerdo a ella. Es muy importante que cada persona sepa cómo se transmite el virus, y cómo no se transmite, cómo puede evitar su transmisión y mitigar los efectos del VIH y del SIDA.

Las Directrices sobre los primeros auxilios y el VIH/SIDA abordan la preocupación que causa la posibilidad de contagio del virus en las situaciones en que se prestan primeros auxilios, y sugieren medidas preventivas y prácticas de higiene. Los socorristas deben seguir las recomendaciones para reducir el riesgo de contraer infecciones sin perjuicio de seguir brindando atención a todos sin discriminación. Las principales vías de contagio del virus son los contactos sexuales sin protección y algunos comportamientos de alto riesgo que se explican en las Directrices.

Por estar en la vanguardia de los desastres, epidemias y problemas de salud cotidianos, los miembros del personal, los voluntarios y socorristas de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja *tendrán la oportunidad de movilizar a la comunidad para luchar contra el VIH/SIDA*. Es responsabilidad de ustedes protegerse e indicar a otros, incluyendo a sus amigos y sus familias, cómo protegerse del VIH/SIDA.

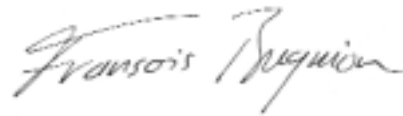
Esperamos que las Directrices les sirvan de preparación para aplicar las normas cautelares y las medidas preventivas necesarias cuando presten primeros auxilios. Además, al estar mejor informados sobre la enfermedad y participar en las actividades de concienciación y promoción en sus comunidades, podrán

ayudar a otros a cambiar su actitud y comportamiento y a adoptar un estilo de vida más sano y seguro.

Los primeros auxilios no sólo salvan vidas sino que además les abren la posibilidad de ejercer influencia en la lucha contra el VIH/SIDA.



Didier J. Cherpitel
Secretario General
Federación Internacionale
Sociedades de la Cruz Roja
y de la Media Luna Roja



François Bugnion
Director
Derecho internacional y comunicación
Comité Internacional de la Cruz Roja

Introducción

Las Sociedades Nacionales de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja desempeñan un papel fundamental en la prestación y la formación en primeros auxilios. Cada año, millones de personas –conductores de vehículos, obreros, madres de familia, jóvenes– reciben formación en acción preventiva y en el suministro de asistencia inmediata esencial para salvar vidas y reducir a un mínimo las consecuencias de las heridas. Los socorristas de primeros auxilios ayudan en problemas cotidianos de salud, en accidentes en conflictos y desastres naturales.

No obstante, para mucha gente la posibilidad de contraer una enfermedad en la prestación de primeros auxilios es motivo de creciente preocupación, en particular en el contexto de la epidemia de SIDA, pero también con respecto a otras enfermedades transmisibles como la hepatitis B y C. Es importante destacar que hasta ahora no se ha registrado ni un solo caso de transmisión de VIH, el virus causante del SIDA, en la prestación de Primeros Auxilios.

El presente folleto, *Directrices sobre los primeros auxilios y el VIH/SIDA*, tiene por finalidad proporcionar información sobre el VIH/SIDA y sobre las vías por las cuales se transmite / no se transmite. El folleto describe medidas prácticas preventivas que todos pueden tomar en la prestación de primeros auxilios, para protegerse a sí mismos y a los demás. Las directrices ponen énfasis en que, si se toman precauciones adecuadas, el riesgo es mínimo, y en que los socorristas no deberían dejar de ayudar a una persona en peligro por temor a contraer el SIDA u otros virus.

Esperamos que estas orientaciones le sean útiles, y le ayuden a prepararse y a superar su temor a prestar primeros auxilios a cualquier persona que los necesite, sin discriminación.

Directrices sobre los primeros auxilios y el VIH/SIDA

Al prestar primeros auxilios, muchas personas sienten temor por la posibilidad de contagio de enfermedades. Esta inquietud aumentó con la aparición de la epidemia del SIDA (síndrome de inmunodeficiencia adquirida). El SIDA es provocado por el VIH (virus de inmunodeficiencia humana) que destruye el sistema inmunitario del organismo y puede conducir a infecciones fatales. Se puede ser portador del VIH durante más de ocho años sin llegar a desarrollar SIDA, pero durante ese período existe la posibilidad de contagiar a otras personas.

El riesgo de contraer una enfermedad transmisible, como la hepatitis B, la hepatitis C, el VIH, etc, al prestar servicios de primeros auxilios es mucho menor de lo que se cree. Además, si se toman las precauciones adecuadas y se aplican medidas básicas de higiene, el riesgo se reduce aun más.

Información sobre VIH/SIDA

Vías de transmisión del VIH

- a través de la sangre y derivados de la sangre, otros fluidos corporales y órganos transplantados que contienen el virus;
- de la madre portadora de VIH a su hijo durante el embarazo O El parto o a través de la lactancia;
- a través de relaciones sexuales sin protección con un portador de VIH (varón-mujer, mujer-varón, o varón-varón).

Usted es responsable no solamente de su propia protección, sino también de indicar a los demás cómo evitar la infección por el VIH. Para lograrlo es necesario:

- verificar que las agujas, jeringas u otros instrumentos estén esterilizados cuando se debe perforar o cortar la piel;
- velar por que nunca se compartan las agujas y jeringas de inyección;
- verificar que en las transfusiones se utilice solamente sangre segura, sometida a pruebas para detectar la presencia de VIH;

- optar por la abstinencia - prescindir del sexo es lo más seguro;
- insistir en las prácticas de sexo seguro a través del uso de condones.

*Usted tiene la responsabilidad de protegerse a sí mismo
y a los demás mediante la adopción de medidas preventivas
y de reducción del riesgo*

El VIH NO se transmite por:

- la prestación de primeros auxilios cuando se siguen las prácticas de seguridad apropiadas;
- contacto de la piel sana (sin lesiones) con sangre u otros fluidos corporales;
- la donación de sangre si usted no es VIH positivo;
- atender a personas con VIH/SIDA cuando se toman las precauciones adecuadas;
- tocar, abrazar o estrechar las manos;
- picaduras de mosquitos o de otros insectos;
- tos o estornudos;
- alimentos y agua;
- aire;
- retretes;
- compartir vestimentas o ropa de cama;
- nadar con una persona que tiene VIH/SIDA.

Posición de la Federación Internacional en materia de VIH/SIDA

La posición de la Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y Media Luna Roja en materia de VIH/SIDA¹ se basa en los Principios Fundamentales del Movimiento de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja.

Esta posición propicia:

- brindar ayuda humanitaria sin discriminar a las personas que presentan VIH/SIDA; e
- impulsar a los voluntarios a trabajar con organizaciones gubernamentales y otras organizaciones en la lucha contra el VIH/SIDA.

*Los primeros auxilios salvan vidas
Preste primeros auxilios a todas las personas que los necesitan,
sin discriminación y tratándolas con respeto.*

Primeros auxilios y VIH/SIDA

En diciembre de 2000, el número de personas infectadas con el virus del VIH superaba los 57 millones y el de las personas que viven con VIH/SIDA era de 36 millones. Es importante recordar que hasta la fecha no se han comunicado casos de transmisión durante las tareas de primeros auxilios. Sin embargo, algunos estudios han demostrado que existe un riesgo de transmisión de la enfermedad en caso de exposición a la sangre, saliva u otros fluidos corporales, pero estos riesgos se reducen si usted está preparado para las emergencias en todo momento. Por lo tanto, siempre deben seguir normas de precaución rigurosas y medidas preventivas estrictas.

No olvide que:

- Las personas VIH positivas pueden permanecer asintomáticas durante largo tiempo antes de desarrollar SIDA. No obstante, pueden contagiar a otras personas; por lo tanto, no intente adivinar quién puede estar infectado y quién no.
- Las personas que viven con el VIH/SIDA tienen derecho a recibir primeros auxilios sin discriminación.

- La infección puede producirse en ambos sentidos: puede transmitirse de la persona lesionada al socorrista y del socorrista a la persona lesionada.
- Una vez fuera del organismo, el VIH es frágil y no sobrevive mucho tiempo.
- La piel intacta es una buena barrera para impedir el contacto directo con el VIH. El virus no puede penetrar a través de la piel intacta.

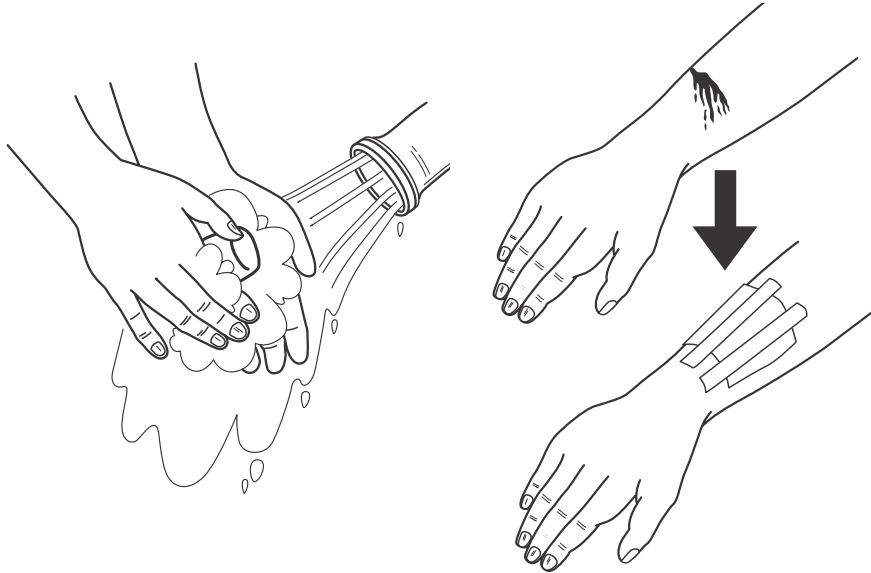
Aplique normas de precaución rigurosas y medidas preventivas en todo momento

Directrices sobre los primeros auxilios y el VIH/SIDA

La primera serie de *Directrices sobre los Primeros Auxilios y el VIH/SIDA* se estableció en colaboración con la Organización Mundial de la Salud para los equipos de primeros auxilios de las Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja². Estas directrices refuerzan las regulaciones nacionales existentes. Se deben aplicar de conformidad con los procedimientos nacionales y locales, como los que rigen la manipulación de los desechos.

Medidas básicas de higiene en primeros auxilios

- Lave sus manos con agua y jabón antes e inmediatamente después de cada prestación de primeros auxilios. Si dispone de guantes para usar durante las tareas de primeros auxilios, deberá también lavarse las manos antes de ponérselos y después de descartarlos.
- Evite el contacto con fluidos corporales siempre que sea posible. No toque objetos que puedan estar manchados con sangre u otros fluidos corporales. Sea especialmente prudente y tome medidas cautelares –especialmente use siempre guantes– cuando tenga que intervenir en tareas de primeros auxilios en situaciones en que haya luchas o gran número de víctimas.
- Tenga cuidado de no cortarse con vidrios rotos u otros objetos punzantes que se encuentren en poder de los heridos o cerca de éstos.



- Evite las lesiones al manipular, limpiar o eliminar instrumentos o dispositivos punzantes.
- Cubra las heridas cortantes y rasguños con vendajes secos y limpios.
- Las afecciones crónicas de la piel pueden provocar llagas abiertas en las manos. Las personas con esas afecciones deben evitar el contacto directo con una persona lesionada que esté sangrando o que presente heridas abiertas.

*Lávese las manos con agua y jabón antes
e inmediatamente después de prestar primeros auxilios*

Áreas específicas de riesgo

1. Brindar ventilación respiratoria boca a boca (también llamada respiración boca a boca)

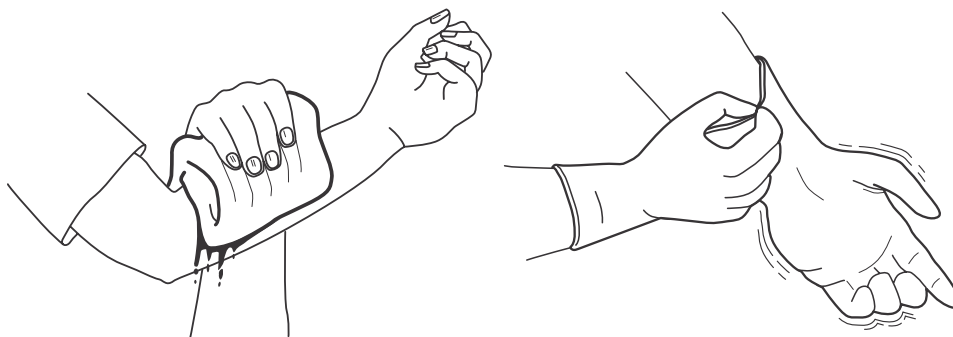
Este es un acto que puede salvar vidas y no se debe evitar por temor de contraer el VIH u otras infecciones. No se han comunicado casos de transmisión del VIH a través de la respiración boca a boca, pero si la persona lesionada está sangrando por la boca o si el socorrista presenta llagas abiertas en la boca, se debe evitar el contacto directo con la sangre.

- Use un paño o un pañuelo limpio, si lo tiene, para limpiar la sangre que pueda tener el herido en la boca y para despejar las vías respiratorias.
- Aprenda a utilizar protectores para la cara o mascarillas durante la respiración boca a boca. En lo posible los kits de primeros auxilios deberían contener esos protectores o mascarillas, o los socorristas deberían llevar consigo sus propias mascarillas.

La falta de protectores para la cara o de mascarillas NO debería ser una razón para negarse a efectuar la respiración boca a boca.

2. Atención de personas que sangran

Una hemorragia puede resultar fatal. La persona que está sangrando necesita los servicios de primeros auxilios para detener la hemorragia.



- Cuando sea posible, pida a la persona que sangra que presione sobre la herida por sí misma.
- Si por cualquier razón la persona herida no puede detener la hemorragia, utilice un paño grueso, la tela de una prenda o cualquier otro material apropiado y limpio como barrera para detener la hemorragia y para evitar el contacto directo con la sangre. Si no puede aplicar un vendaje de compresión, o si éste no es eficaz, ejerza presión sobre la arteria principal, cerca de la herida.
- Si dispone de guantes, utilícelos, especialmente en situaciones en que haya luchas o gran número de víctimas.

Para reducir los riesgos de contraer enfermedades transmisibles durante los primeros auxilios es necesario adoptar medidas básicas de higiene y precauciones simples y obrar con sentido común

3. Contacto con la sangre de la víctima

- Si se ha manchado las manos con sangre, láveselas cuidadosamente con agua y jabón lo antes posible.
- Si se ha salpicado o manchado con sangre o fluidos corporales en otra parte del cuerpo –especialmente en los ojos–, lávela o vierta abundante agua sobre la misma.
- Si se corta con cualquier objeto manchado con sangre, lave la herida cuidadosamente con agua y jabón y aplique un vendaje seco y limpio

Si teme haber estado en contacto con cualquier tipo de infección, busque consejo y asesoramiento médico y se efectuen las pruebas diagnósticas

4. Limpieza de la sangre derramada

- La sangre derramada debe limpiarse con materiales absorbentes, como paños, trapos, toallas de papel o aserrín. Estos materiales deben considerarse como desechos contaminados y puestos en bolsas plásticas para su destrucción o bien ser enterrados o quemados.
- Seguidamente se debe lavar la superficie donde se derramó la sangre con un desinfectante (preferentemente hipoclorito de sodio, lejía doméstica diluida a razón

de una medida de lejía por diez de agua para obtener una concentración de 0,1-0,5%), para desinfectar la superficie¹. Espere 10 a 15 minutos antes de enjuagar la superficie donde se derramó la sangre.

- Utilice guantes de goma de uso general, guantes de uso doméstico de látex grueso o dos pares de guantes comunes para evitar el contacto con la sangre al limpiar las superficies donde ésta se derramó. Después de utilizar los guantes, colóquelos en una bolsa de plástico para su destrucción.
- Si no dispone de guantes, utilice cualquier material apropiado para evitar el contacto directo con la sangre.

Debe lavarse siempre las manos con agua y jabón después de limpiar sangre u otros fluidos corporales.



5. Lavado de ropa manchada con sangre

Los paños o la ropa con manchas de sangre deben manipularse con extremo cuidado.

- Utilice guantes de goma para uso general o guantes domésticos de látex grueso cuando tenga que manipular trapos o ropa manchados con sangre, que luego hay que eliminar debidamente, quemar o enterrar.
- Cuando sea necesario lavar trapos o ropa manchados con sangre, use detergente y agua caliente (por lo menos a 70° Celsius) manteniéndolos en remojo durante por lo menos 25 minutos, o utilice agua más fría con un detergente apropiado para el lavado en frío.

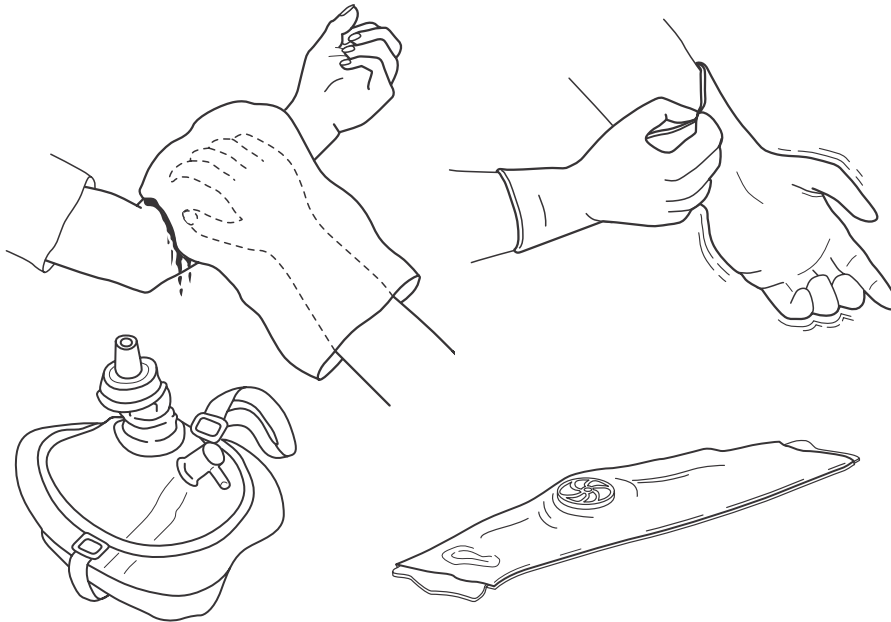
Los materiales manchados con sangre deben manipularse con gran precaución

¹ Otro desinfectante alternativo es el dicloroisocianurato de sodio o NaDCC, a la concentración de 0,2-0,5%.

Barreras a la transmisión

Con el fin de minimizar los riesgos de transmisión de enfermedades, se han desarrollado diversos tipos de barreras y protecciones para uso de los socorristas que deberían ser incluidas en los kits de primeros auxilios. Es necesario que aprenda a usar correctamente estas barreras.

- Se pueden utilizar guantes y descartarlos después de su uso.
- En la respiración boca a boca se pueden utilizar protectores faciales y mascarillas.
- Se pueden usar bolsas de plástico como guantes o como protección y para recoger cualquier material manchado.
- También se puede usar un trozo de tela gruesa, ropa o cualquier otro material apropiado como barrera para evitar el contacto con fluidos corporales.



*La piel intacta es una buena barrera para impedir la infección.
Pero la ausencia de barreras NO es una razón
para negarse a prestar servicios
de primeros auxilios*

Qué puede hacer el socorrista

Las prácticas de seguridad y de precaución de alto nivel son esenciales en todo momento para prevenir el riesgo remoto de contraer VIH/SIDA en la prestación de primeros auxilios. La probabilidad de contraer VIH/SIDA disminuye significativamente si usted practica sexo seguro y evita comportamientos de alto riesgo como los previamente citados (ver “Vías de transmisión del VIH”).

Vele por su propia protección e indique a otros, incluyendo a sus amigos y familiares, cómo protegerse del VIH/SIDA

Referencias

- ¹ Documento de posición sobre sensibilización en materia de VIH/SIDA aprobada por la Junta de Gobierno de la Federación de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja, Ginebra 2000.
- ² Organización Mundial de Salud (OMS). Directrices sobre SIDA y primeros auxilios en el lugar de trabajo. Ginebra: Serie OMS SIDA, No. 7, 1990.

Sitios Web

UNAIDS (<http://www.unaids.org>)

Incluye información actualizada sobre la difusión de la pandemia por país. Noticias y eventos actuales sobre SIDA.

Federación Internacional (<http://www.ifrc.org>)

El sitio de la Federación Internacional incluye información sobre las actividades de la Federación Internacional y vincula con los sitios de las Sociedades Nacionales de la Cruz Roja y Media Luna Roja.

Comité Internacional de la Cruz Roja (CICR) (<http://www.icrc.org>)

Información sobre las actividades del CICR.

Los Principios Fundamentales del Movimiento Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja

Humanidad. El Movimiento Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja, al que ha dado nacimiento la preocupación de prestar auxilio, sin discriminación, a todos los heridos en los campos de batalla, se esfuerza, bajo su aspecto internacional y nacional, en prevenir y aliviar el sufrimiento de los hombres en todas las circunstancias. Tiende a proteger la vida y la salud, así como a hacer respetar a la persona humana. Favorece la comprensión mutua, la amistad, la cooperación y una paz duradera entre todos los pueblos.

Imparcialidad. No hace ninguna distinción de nacionalidad, raza, religión, condición social ni credo político. Se dedica únicamente a socorrer a los individuos en proporción con los sufrimientos, remediando sus necesidades y dando prioridad a las más urgentes.

Neutralidad. Con el fin de conservar la confianza de todos, el Movimiento se abstiene de tomar parte en las hostilidades y, en todo tiempo, en las controversias de orden político, racial, religioso e ideológico.

Independencia. El Movimiento es independiente. Auxiliares de los poderes públicos en sus actividades humanitarias y sometidas a las leyes que rigen los países respectivos, las Sociedades Nacionales deben, sin embargo, conservar una autonomía que les permita actuar siempre de acuerdo con los principios del Movimiento.

Voluntariado. Es un movimiento de socorro voluntario y de carácter desinteresado.

Unidad. En cada país sólo puede existir una Sociedad de la Cruz Roja o de la Media Luna Roja, que debe ser accesible a todos y extender su acción humanitaria a la totalidad del territorio.

Universalidad. El Movimiento Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja, en cuyo seno todas las Sociedades tienen los mismos derechos y el deber de ayudarse mutuamente, es universal.



La *Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja* promueve las actividades humanitarias de las Sociedades Nacionales en favor de las personas vulnerables.

Mediante la coordinación del socorro internacional en casos de desastre y el fomento de la asistencia para el desarrollo, se propone prevenir y aliviar el sufrimiento humano.

La Federación, las Sociedades Nacionales y el Comité Internacional de la Cruz Roja constituyen, juntos, el Movimiento Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja.



El Comité Internacional de la Cruz Roja (CICR), organización imparcial, neutral e independiente, tiene la misión exclusivamente humanitaria de proteger la vida y la dignidad de las víctimas de la guerra y de la violencia interna, así como de prestarles asistencia. En las situaciones de conflicto, dirige y coordina las actividades internacionales de socorro del Movimiento. Procura, asimismo, prevenir el sufrimiento mediante la promoción y el fortalecimiento del derecho humanitario y de los principios humanitarios universales. A partir del CICR, fundado en 1863, se originó el Movimiento Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja.