

# Directorio de números de emergencias en México



Información general 040 \*



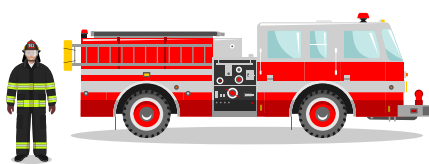
Radio patrullas 911



Cruz Roja 065 o +52(55)5557-5757



Servicio Nacional de Emergencias 911



Bomberos 068 o +52(55)5768-3700



Policía (Emergencia) 911

Denuncia anónima 089

Locatel (Ciudad de México)

+52(55)56581111 \*

Protección Civil +52(55)5683-2222

Emergencias en carretera 074

\*Número no gratuito, es útil en caso de tener un accidente de cualquier tipo dado que se le puede contactar desde un teléfono celular, público o de casa.

# ¿Qué hacer en caso de sospecha de abuso o maltrato?

La Unicef (2013) hace referencia a la sospecha de abuso o de maltrato cuando se observan indicios poco claros e inespecíficos de una posible situación, que por sí solos no son suficientes para descartar la posibilidad de que haya ocurrido. Ante una sospecha de abuso o maltrato es indispensable tener en cuenta las siguientes fases:

## 1. Toma de decisiones:

- ✓ Desde el mismo momento en que hay sospecha de abuso o maltrato quienes se encargan de NN (niñas y niños) deberán velar y hacer respetar sus derechos a ser escuchados; dar valor a su palabra y mantener la confidencialidad.



- ✓ Ante la existencia de una sospecha de que NN están siendo abusados o maltratados se debe de manera inmediata comunicarlo a la dirección para que sea esta la que se encargue de los procesos legales como cabeza de la institución.

## 2. Seguimiento:

- ✓ El encargo del caso deberá incorporar los servicios externos al centro educativo (servicios de orientación escolar, salud mental, servicios sociales, servicios de protección, servicios jurídicos u otros). De la misma manera, se reconocen las siguientes medidas las cuales se consideran necesarias frente a la sospecha de abuso o maltrato:

Canalización

## Detectar-observar:

- ✓ Identificar situaciones o indicadores que permiten sospechar que NN puede estar padeciendo malos tratos o abuso.



## Informar:

- ✓ Comunicar la detección a la dirección del centro educativo.
- ✓ Comunicar la detección a los servicios de orientación escolar, salud mental, servicios sociales, servicios de protección, servicios jurídicos u otros.

## Observar y reunir información para la elaboración de un protocolo:

1. La persona adulta deberá llevar a cabo un rastreo en el tiempo de elementos que puedan comprobar sus sospechas.

2. Se debe llevar a cabo un estudio de la historia de vida de la niña o niño y de los contextos en los que se desenvuelve en la actualidad (observar características relacionadas con aspecto de higiene, características de personas que los cuidan, historia de abuso o maltrato dentro del contexto de los mismos).



3. Hacer un análisis y observación juiciosa de posibles síntomas, reacciones, conductas, estados emocionales u otras variables que pudieran apoyar esta sospecha. Lo anterior se puede llevar a cabo por medio de:

- ✓ Observar en NN posibles marcas en el cuerpo, cambios de estado de ánimo, conducta o rendimiento.
- ✓ Recabar información de años anteriores, así como de educadoras y educadores que trabajan con la niña o el niño.



**4.** Evaluar el riesgo en el que se encuentra la niña o el niño identificado como víctima de maltrato, teniendo en cuenta los siguientes indicadores:

- ✓ Lesiones provocadas en una niña o niño menor de tres años.
- ✓ Abuso sexual intrafamiliar (cambios de humor, cambios en el sueño, micciones nocturnas, sumisión excesiva, irritabilidad, miedo a algún adulto, decremento en el aprovechamiento escolar, entre otros).
- ✓ Niña o niño en situación de abandono, sin persona adultas referentes que lo protejan y lo resguarden.
- ✓ Cronicidad del abuso o de la situación de negligencia.
- ✓ Características que hacen a la niña o niño maltratado más vulnerable (como enfermedad crónica, dificultades motrices, o retraso mental, entre otras).
- ✓ Madres y padres de niñas y niños maltratados que tienen rasgos que reducen sus posibilidades de protegerlos adecuadamente (como estructura psicótica, drogodependencia, alcoholismo) y sin red familiar ampliada de apoyo.



**5.** Garantizar la provisión de servicios de urgencia cuando la valoración del riesgo así lo requiera.

**6.** Es indispensable que a medida que se van obteniendo datos que puedan ser relevantes para confirmar las sospechas, se lleve a cabo una cronología de los datos obtenidos y hechos observados.

## Evaluación

Debe ser realizada por los servicios que llevaron a cabo la investigación. En esta fase se formula el diagnóstico y el tipo de intervención que se llevará a cabo. Para lo anterior será indispensable identificar:

- ✓ Las causas que pueden haber motivado la situación de maltrato o abuso.
- ✓ Los factores de protección de la niña o el niño, la familia y la comunidad, en los cuales podrá apoyarse la intervención para conseguir una mejora progresiva de la situación.
- ✓ Los factores de riesgo en la niña o el niño, la familia y la comunidad que pueden constituir un obstáculo para la intervención de ayuda y para la mejora de la situación.
- ✓ Los diferentes aspectos en los que hay que incidir para ayudar a la solución del problema.

Es indispensable tener en cuenta los siguientes aspectos de gran relevancia dentro del centro educativo:





- ✓ La educadora o el educador nunca puede actuar solo, debe recurrir a la dirección y solicitar ayuda toda vez que la necesite.
  - ✓ La niña o el niño maltratado o abusado tiene derecho a hablar o callar, no se lo debe violentar para que hable.
  - ✓ Disponer de información y de criterios claros para actuar reduce la ansiedad y los temores.
- 
- ✓ Derivar responsablemente es informar, no es denunciar, no es delegar. Nunca es juzgar.
  - ✓ El centro educativo siempre actuará en función del interés superior de la niña o el niño, tal como lo establecen los derechos infantiles.



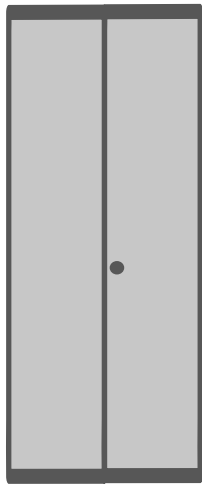
# ¿Qué hacer en caso de intoxicación?

Una intoxicación es la reacción del organismo a la entrada de un tóxico, el cual puede causar lesiones o inclusive la muerte dependiendo del tipo, dosis asimiladas, concentración, vía de administración e intolerancia individual. Un tóxico es la sustancia sintética capaz de poner en riesgo la salud o provocar la muerte al entrar de manera accidental al cuerpo, mientras que, se considera veneno al tóxico natural que puede ser producido por algunas plantas o animales.

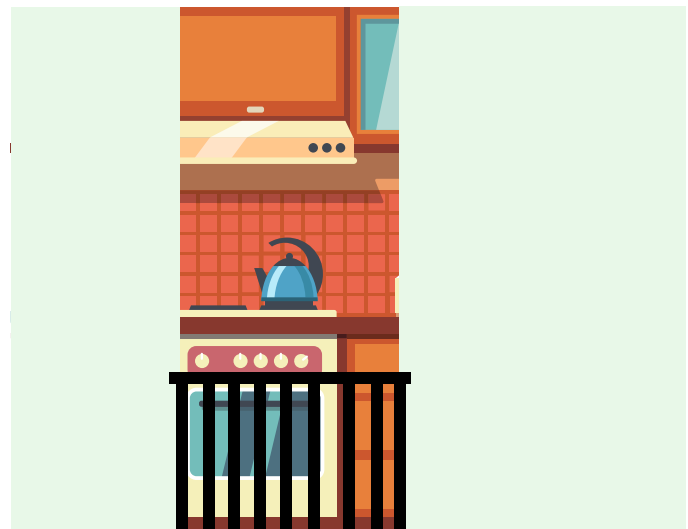
Materiales inflamables	Materiales irritantes	Materiales tóxicos
<p>Son sustancias que se caracterizan por incendiarse o hacer explosión al ponerse en contacto con una llama, chispa o calor intenso. Pueden producir quemaduras graves u en algunos casos hasta la muerte.</p>	<p>Son sustancias que producen irritación e inflamación cuando entran en contacto con la piel y los ojos. También pueden afectar las vías respiratorias al ser inhalados</p>	<p>Son sustancias que puedes causar intoxicaciones o envenenamiento. Ingerirlos, untarlos sobre la piel o inhalarlos, trae como consecuencia problemas graves e incluso la muerte</p>
<p>Ejemplos: gas, gasolina, fósforos y alcohol</p> 	<p>Ejemplos: jabones, detergentes, cloro y limpiadores de hornos</p> 	<p>Ejemplos: pegantes, pinturas, barnices, lacas, plaguicidas, líquido para destapar cañerías entre otros.</p> 
<p>Los envases presentan una llama que significa inflamable o explosivo</p> 	<p>Los envases tienen un símbolo formado por un cuadrado con fondo amarillo y una equis negra, indicando que es un producto irritante</p> 	<p>Los envases tienen el símbolo con el dibujo de una calavera con de huesos cruzados, lo cual advierte al usuario que es un material o sustancia venenosa.</p> 

## ¿Cómo debe ser un centro educativo seguro para la prevención de intoxicaciones?

- ✓ Los espacios deben ser amplios y ventilados.
- ✓ Los lugares de juego y clase deben ser cercados para evitar riesgos en la seguridad.
- ✓ Los salones de clase, las cocinas escolares, las tiendas escolares y los sitios como salas de informática, deben proveer estantes aseados para separar y organizar los objetos.
- ✓ Los salones de clase deben contar con instalaciones inadecuadas de energía eléctrica.



- ✓ La cocina escolar debe estar ventilada, con chimenea y con un adecuado espacio para el almacenamiento, preservación y manipulación de alimentos.
- ✓ Debe haber un lugar especial para resguardo de líquidos de limpieza y sustancias tóxicas.
- ✓ Debe haber un lugar accesible para un botiquín de emergencias que debe estar surtido y en buenas condiciones de mantenimiento y caducidad de los medicamentos.



## Según la vía de exposición los tóxicos se pueden dividir en:

- ✓ Inhalados (por vía respiratoria).
- ✓ Absorbidos (por vía dérmica).
- ✓ Ingeridos (por vía digestiva).
- ✓ Inyectados.

**Dependiendo de la dosis y la vía de exposición, los síntomas que se pueden presentar son:**

- ✓ Irritación ocular.
- ✓ Alteración del estado de conciencia o inconsciencia.
- ✓ Falta de oxígeno.
- ✓ Náusea, mareo y vómito.
- ✓ Dolor de cabeza.
- ✓ Convulsiones.
- ✓ Coloración azulada de los labios o quemaduras en las comisuras de nariz y boca.
- ✓ Indicio de algún piquete de insecto o animal.



**Las recomendaciones a seguir ante una intoxicación son:**



- ✓ Alejarse de la fuente de intoxicación en caso de ser inhalado.
- ✓ En caso de ser absorbido, enjuagar la zona afectada con agua abundante.
- ✓ No suministrar medicamentos o drogas.
- ✓ Quitar la ropa contaminada con guantes.
- ✓ Revisar si hay conciencia, respiración y hay pulso.
- ✓ No inducir el vómito.
- ✓ Trasladar al hospital.

**Se sugiere tener en cuenta los siguientes aspectos:**

- ✓ La persona que aplique los primeros auxilios debe conocer muy bien los procedimientos a realizar.
- ✓ Actuar con rapidez y mantener la serenidad.
- ✓ Llamar de manera oportuna al centro médico para que envíen profesionales especializados.
- ✓ Evitar la presencia de personas curiosas alrededor.
- ✓ No gritar ni actuar precipitadamente para evitar el pánico.
- ✓ No mover o trasladar, porque se corre el riesgo de agravar sus lesiones.
- ✓ Aflojar la ropa para que se pueda respirar mejor.
- ✓ Mantener la temperatura con cobijas.



## ¿Qué hacer en caso de quemaduras?

Es importante mantener a bebés, niñas y niños lejos de estufas, hornos, calentadores, fogatas, contactos, cables, sustancia químicas, encendedores, velas, cuetes y todo lo que tenga fuego para evitar algún accidente.

Según la Organización Mundial de la Salud (2017) es importante que antes de comenzar a brindar los primeros auxilios se garantice la seguridad. Lo anterior se logra por medio del uso de guantes de protección contra productos químicos, interrupción de la corriente eléctrica, entre otros.

**Las recomendaciones a seguir ante una quemadura son:**

1. No tocar el área dañada. Si tiene algo pegado a la piel no quitarlo.
2. Colocar la parte lesionada bajo el chorro suave de agua fría.
3. En caso que las quemaduras sean por sustancias químicas, se debe remover de manera inmediata el químico con abundante agua.
4. Si la persona se encuentra cubierta por las llamas, se debe hacer rodar al por el piso, cubrirla con una manta para apagar el fuego.
5. Envolverla en un paño o una sábana limpia y transportarla al hospital más cercano para que pueda ser atendida por profesionales.



**¿Qué no hacer?:**

- ✓ No aplicar ningún tipo de pomada o aceite a la quemadura.
- ✓ No utilizar algodón sobre las heridas pues puede agravarlas o incluso hacer que se infecten, generando con esto una emergencia mayor.
- ✓ Evitar el enfriamiento prolongado de las partes afectadas con agua.
- ✓ No romper las ampollas resultantes de una quemadura hasta que sean vistas y tratadas por un profesional de la salud.
- ✓ No aplicar ningún tipo de medicación o sustancia sobre la quemadura hasta que esta haya recibido la atención médica adecuada.

## ¿Qué hacer en caso de asfixia?

Según Medicina Preventiva (2013), la asfixia mecánica es definida como la obstrucción de las vías respiratorias (fosas nasales, la boca, la faringe o la laringe). Es común que se presente este tipo de obstrucción debido a la ingesta de cuerpos u objetos extraños que suelen ser ingeridos principalmente por niñas y niños de edades tempranas. La maniobra de Heimlich, llamada compresión abdominal es un procedimiento de primeros auxilios para desobstruir el conducto respiratorio, normalmente bloqueado por un trozo de alimento o cualquier otro objeto. Es una técnica efectiva para salvar vidas en caso de asfixia por atragantamiento. La maniobra de Heimlich es llamada así por el doctor Henry Heimlich, que fue el primero en describirla, en 1974. Este promovió la técnica como tratamiento para la asfixia y ataques de asma. Es de gran relevancia conocer y saber aplicar las estrategias de primeros auxilios en este tipo de emergencias debido a que se puede evitar la muerte de niñas y niños.

Por lo anterior, si la niña o el niño no tienen la capacidad de pedir ayuda a través del habla; emite respiraciones ruidosas o cualquier otro tipo de sonido; presenta dificultad para respirar o evidencia un color azulado en su piel, se debe hacer lo siguiente de forma ágil y veloz:

1. Ubicarse detrás rodeando con los brazos la cintura.
2. Ubicar un puño de la mano justo en la parte superior del ombligo y en la parte inferior del esternón.
3. Agarrar el puño con la otra mano y comenzar a ejercer presión rápidamente hacia afuera y hacia adentro con el puño sostenido por la otra mano.
4. Continuar con las compresiones hasta que el elemento que está obstruyendo las vías respiratorias haya salido completamente o pierda el conocimiento o se desmaye.
5. Si pierde el conocimiento, se debe pedir de manera inmediata atención médica especializada. Y mientras los servicios de emergencia llegan, se debe poner en el piso y proporcionar respiración boca a boca continuando con las compresiones explicadas anteriormente.

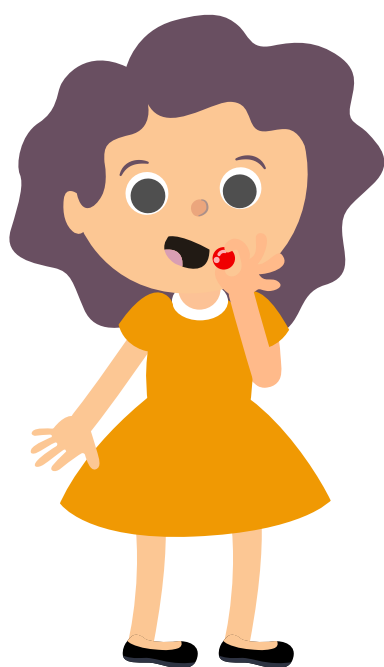
6. Si se alcanza a ver el objeto que no está permitiendo el flujo normal de aire, se debe intentar retirarlo para desbloquear las vías respiratorias.

### Es importante tomar en cuenta:

- ✓ En el caso de niñas o niños pequeños, la presión que se ejerza sobre el pecho debe ser moderada o baja, pues si la presión es mucha, podría haber un rompimiento de costillas.
- ✓ Si el elemento que está obstruyendo se puede observar pero está en la garganta, no se debe intentar retirar, debido a que en lugar de sacarlo se puede presionar más, empeorando la obstrucción y la capacidad de respirar.
- ✓ Enseñar a niñas y niños a comer de forma lenta y a no llevarse a la boca grandes porciones de comida, además de no hablar ni jugar mientras mastican.
- ✓ Estar pendiente para prevenir que bebés, niñas y niños se metan objetos a su boca que puedan llegar a obstruir sus vías respiratorias. Puedes apoyarte en estos videos para comprender mejor el funcionamiento de la maniobra de Heimlich:

▶ Maniobra para bebés: [https://youtu.be/1s\\_1t4bSarU](https://youtu.be/1s_1t4bSarU)

▶ Maniobra para niñas o niños: <https://youtu.be/l4ctaiGI88o>



# ¿Qué hacer en caso de hemorragia nasal?

Según la Universidad Nacional Autónoma de México en el manual de primeros auxilios básicos (2006) la hemorragia nasal o epistaxis hace referencia a la salida de sangre de los conductos o vasos nasales. Esta salida implica la pérdida gradual de sangre, la cual debe ser controlada lo antes posible. Comúnmente, los sangrados se generan de manera espontánea. Sin embargo, también se puede generar por golpes o lesiones internas a las fosas nasales como por fuertes olas de calor, exposición a comidas muy calientes, rascarse la nariz, entre otras.



## Medidas para manejar una hemorragia nasal:



1. Levantarlo el cuerpo haciéndolo quedar en una posición de sentado.
2. Hacer que incline la cabeza hacia abajo.
3. Presionar suavemente la parte superior de los orificios nasales por aproximadamente 15 minutos.

Si la hemorragia no se ha detenido 15 minutos después efectuados los procedimientos, se deberá llevar a la niña o el niño de manera inmediata al centro de salud más cercano.

## ¿Qué no hacer?:

- ✓ No introducir en los orificios nasales rollos de papel, ya que una vez que estos se retiren pueden generar otra hemorragia. Los fragmentos del papel que se hayan quedado en los orificios pueden crear infecciones a largo plazo.
- ✓ No pedir colocar la cabeza hacia atrás, puesto que esto hará que la sangre fluya a la garganta generando tos, dolor de estómago o vómito.

## ¿Qué hacer en caso de raspones y moretones?

Según la Universidad Nacional Autónoma de México en el manual de primeros auxilios básicos (2006) los raspones o moretones son heridas en alguna parte del cuerpo ocasionadas por un agente externo o interno.

### Las heridas se dividen según sus características:

**Abiertas:** son definidas a partir de la observación de la separación de los tejidos blandos como músculos, tendones, grasa o vasos sanguíneos. Entre las principales heridas abiertas se pueden observar:

- ✓ **Cortantes:** estas son producidas por objetos afilados como latas, vidrios, cuchillos, etc.
- ✓ **Punzantes:** son generadas por el contacto de la piel con objetos puntiagudos, como clavos, agujas, etc.
- ✓ **Punzocortantes:** son producidas por objetos puntiagudos y afilados, como tijeras, puñales, cuchillos, etc.

**Cerradas:** hacen referencia a todas aquellas heridas que no reflejan separación de los tejidos blandos. Sin embargo, la hemorragia se acumula debajo de la piel o en cavidades.

### Indicaciones para manejar una herida o raspón:



1. Usar guantes de látex, para evitar la transmisión de alguna infección o contaminar la herida.
2. Retirar la prenda de vestir que está cubriendo la herida para evitar que se infecte.
3. Limpiar la herida con una gasa y solución salina quitando el exceso de sangre u otros elementos. Se debe limpiar de adentro hacia afuera y cambiar de gasa una vez se haya pasado por encima de la herida. Esto para evitar infecciones.
4. Cubrir la herida limpia con una gasa para protegerla de cualquier tipo de impurezas.
5. No aplicar ningún remedio casero debido a que esto puede generarle a la herida una infección.
6. No aplicar medicamentos ni antibióticos debido a que estos pueden llegar a generar una reacción alérgica.

# Botiquín

